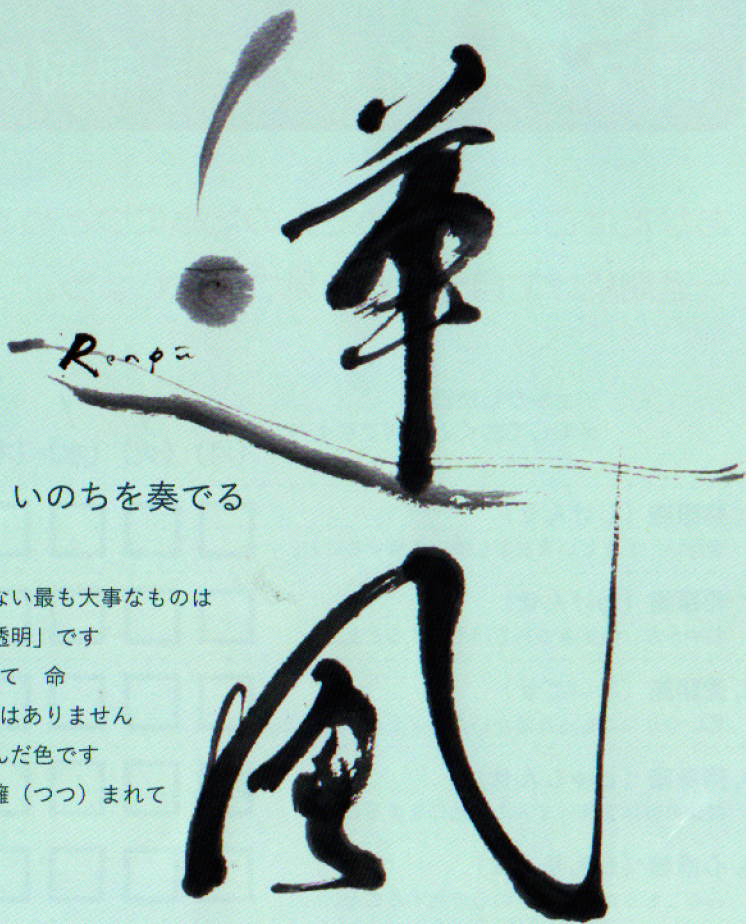


「信じる」から「感じる」へ



透明色のそよぎ いのちを奏でる

私達の命を支えている
決して欠かすことのできない最も大事なものは
不思議なことにすべて「透明」です
風(空気) 光 水 そして 命
「透明いろ」は「無色」ではありません
最も豊かな色 全てを含んだ色です
世界は「透明いろ」に抱擁(つつ)まれて
存在しているのです

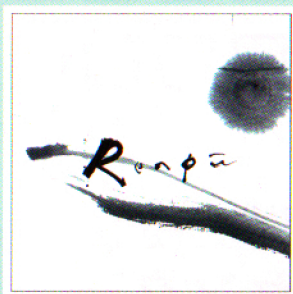
日蓮聖人生誕 800 年慶讃事業

CD アルバム

『蓮風』演奏：蓮風アンサンブル

- [CD 1] 蓮 風 - まことのいやし -
- | | |
|-----------------------|------------------------------|
| 1. 久遠の風光 | 6. 白蓮華の吉祥 |
| 2. いのち煌めき 一切り取られた永遠 - | 7. 忍土(シャバ)に活きる - 大地の鼓動を感じて - |
| 3. 無常 - 三次元の葛藤 - | 8. 妙なる風に抱擁(つつ)まれて |
| 4. 菩提樹 - さとりの朝 - | 9. いのち煌めき - 遍なる時への回帰 - |
| 5. 蓮 風 - 透明色のそよぎ - | |

- [CD 2] 瞑想とお題目へのいざない
- | |
|---|
| 1. 瞑想 - お題目 - 瞑想 女声ガイドバージョン |
| 2. 瞑想 - お題目 - 瞑想 男声ガイドバージョン |
| 3. 瞑想 - お題目 - 瞑想 - お題目 - 瞑想 - お題目 - 瞑想 ロングバージョン 2 |
| 4. 瞑想 - お題目 - 瞑想 - お題目 - 瞑想 ロングバージョン 1 |



2017/1/28(土) 発売 CD 2 枚組 定価 ¥2,500(税込) C×S Records (CSR-001)

週 ^{セルフ} マインドチェック ~四苦八苦~

あなたの心を苦しめている原因を探ってみませんか?
一週間続けて自分の心をチェック☑していきましょう。

* 仏教の「苦」とは、単に苦しいということではなく、「思い通りにならない」という意味です。

チェックした日を
メモしておくくと便利です! → / / / / / / /
(月) (火) (水) (木) (金) (土) (日)

1. 生苦(しょうく) 生活の不安・苦しみ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 老苦(ろうく) 老いの不安・苦しみ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 病苦(びょうく) 病気の不安・苦しみ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 死苦(しく) 死んでいく不安・苦しみ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 愛別離苦(あいべつりく) 愛する人との別れの苦しみ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 怨憎会苦(おんぞうえく) 憎しみを抱く人と出会う苦しみ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 求不得苦(ぐふとつく) 求めるものが手に入らない苦しみ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 五蘊盛苦(ごうんじょうく) 心身をコントロールできない苦しみ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

蔵の財よりも身の財すぐれたり身の財より心の財第一なり

日蓮宗北海道西部教化センター

週セルフ
間 マインドチェック ～日常の六心～

あなたは日々この大事な気持ちを「ことば」にしていますか？
 一週間続けて自分の心を見つめましょう。

チェックした日を
メモしておくとお便利です！→

	/	/	/	/	/	9	/
	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(日)
1. 「はい」という素直な心	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 「すみません」という反省の心	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 「おかげさま」という謙虚な心	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 「お先にどうぞ」という謙譲の心	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 「私がします」という奉仕の心	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 「ありがとう」という感謝の心	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

蔵の財よりも身の財すぐれたり身の財より心の財第一なり

日蓮宗北海道西部教化センター

週セルフ
間 マインドチェック ～無財の七施～

あなたはここをこめて人のためにつとめていますか？
 一週間続けて自分の心を見つめましょう。

チェックした日を
メモしておくとお便利です！→

	/	/	/	/	/	/	/
	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(日)
1. 慈眼施（じげんせ） 暖かい、やさしいまなざしで人に接すること。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 和顔施（わげんせ） 和やかな、微笑みのある顔で接すること。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 愛語施（あいごせ） 思いやりのこもった暖かいことばをかけること。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 捨身施（しゃしんせ） 自分の身体を使って人の手助けをすること。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 心慮施（しんりよせ） 心のこもった思いやりの心で接すること。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 壮座施（しょうざせ） 分かち合う心。座席を喜んで譲ってあげること。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 房舎施（ぼうしゃぜ） 温かいおもてなし。 雨露をしのげる場所を与えてあげること。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

蔵の財よりも身の財すぐれたり身の財より心の財第一なり

日蓮宗北海道西部教化センター