

北辰会事務局：兼田

梅谷様より便りが届きました。私が11月に少し体調を崩した事を気遣って下さいました。

2022年1月29日

最近“書”と“絵”を楽しんでいます

26期 梅谷 武

体調はどうか、毎日慎重に生活をしないとね。

私も今日はすこし喉の痛みがあり、血圧が152/92になりましたが、熱は36.1℃で食事も普通にとれ安心しました。

最近では書道や絵を描いたりバイオリンを弾いたりしています。

また、毎日朝5時過ぎから6.5キロをだいたい70分程かけて歩行。血圧の安定と気持ちが毎日安心して生活できるので、昨年10月4日から毎日雨の日も連続で歩いています。今日、1月29日で117日になりました。

最近の書、絵を送ります。

昨年の12月に黄水仙の絵を描いてみました、これも掲載していただけたらありがたいです。また、書では私が気に入っている「行不退、経験の大切さ」と言うものを書いてみました。

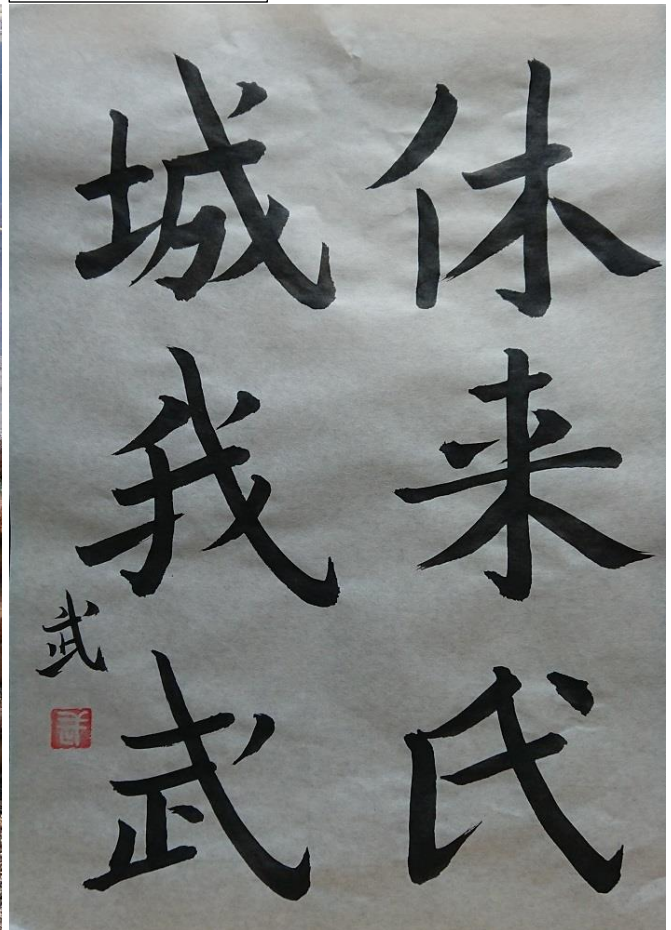
昨年12月、奈良県吉野の竹林院で柴灯護摩をした時の私の写真も送ります。

くれぐれも体には気をつけてください。

梅谷さん（奈良県吉野の竹林院での柴灯護摩）



梅谷さんの書



梅谷さんの絵と書

