

見性院坐禅会のご案内

毎週木曜日 午前9:00～午前11:00

毎週日曜日 午前7:00～午前9:00

於：本堂

日程時間

毎週木曜日

午前 9:00～9:40 坐禅
午前 9:40～10:00 読経
午前 10:00～10:30 掃除
午前 10:30～11:00 お茶会

毎週日曜日

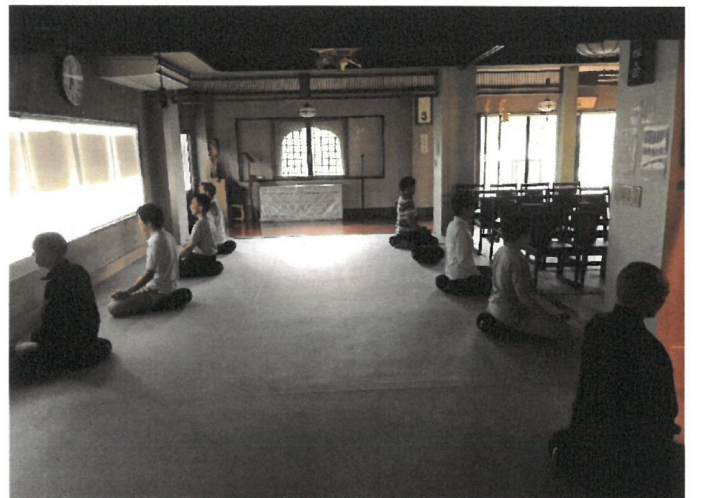
午前 7:00～7:40 坐禅
午前 7:40～8:20 朝粥とお茶会
午前 8:20～9:00 掃除など

木曜坐禅会の様子





日曜早朝坐禅会の様子



最近の坐禅会の様子

坐禅会も発足から15年目を迎え現在は毎回10人以上の参加者を得ております。設立当初から参加の方も3人ほどおられます。また日曜日の早朝坐禅会もおかげさまで好調で今や常時5人～10人くらいの参加があります。比較的若くて知的、真面目な方が多いのも特徴です。項目の中の掃除の他にボランティアで資料作りのお手伝いも時々あります。今の見性院の発展に貢献していただいている意味でも坐禅会は有意義です。和気藹々とした中に凜とした雰囲気を保つ坐禅会は現代人の心を和ます最高の特効薬と思われれます。随時参加者を募集しています。お気軽にお問い合わせください。

坐禅はなんですか？

私たち人間は日常生活の中で日々、悩みと戦っております。それは四苦八苦であり、特には人間関係の悩みです。苦楽があって人生ですから当然なのですが、一難去ってまた一難の人生は時にしんどいものです。これを定期的に解消し、リセットするのが坐禅（瞑想）と思っています。

曹洞宗の禅問答を「現成公案（げんじょうこうあん）」といいます。

開祖道元禅師の現成公案こそ曹洞宗の真髓だと思っています。私訳ではありますが、現実のこの目前にあらわれているひとりひとりの置かれた状況が問いでありその中にこそ答えがあるという意味ではないでしょうか。私たちは常に「いま、ここ」を於いて他にはないのであって、現実を直視しながらそこから決して逃げることなく自己と向き合う。「坐は仏行なり。」そこから見えてくるもの、聞こえてくるものこそ悟りの世界だと思っています。

「不思量底を思量せよ」。人生なんて所詮は誰にもわからないもの、この未知なる世界を愚直に生き、大真面目にやってみる。果てしない道を一步一步。模索の旅の追求。これが仏道というものではないでしょうか。

峯の色、谷の響きもみなながら我が釈迦牟尼の声とすがたと

春は花、夏ホトトギス、秋は月、冬雪冴えて涼しかりけり。 道元禅師

※ 四苦八苦・・・生老病死、愛別離苦、怨憎会苦、求不得苦、五蘊盛苦。

※ 現成公案・・・禅語で、自然のままに完成されている公案。

常に一切の上に仏法が現れていること。