

坐禅の会

柏市倫理法人会 会長 吉田 幸夫
柏市沼南倫理法人会 会長 池田 浩之

いつも倫理法人会にご協力ありがとうございます。

今年も、恒例の“坐禅の会”を開催します。夏の思い出として、宗派は問いませんので、初めての方も、ふるってご参加ください。他単会の皆様のご参加もお待ちしております。

日時 8月 24日(月)

25日(火) 柏市 MS

26日(水) 柏市沼南 MS

27日(木) 精進弁当

会費 1日のみの参加(食事なし) ￥1,000

最終日のみの参加(食事有) ￥2,000

2日以上 (食事なし) ￥2,000-

2日以上 (食事有) ￥3,000

場所 曹洞宗 天徳山 龍泉院(地図参照)

住所 柏市 泉 81

電話 04-7191-1609

当日緊急連絡先 090-1844-5155 柏市沼南 大塚まで



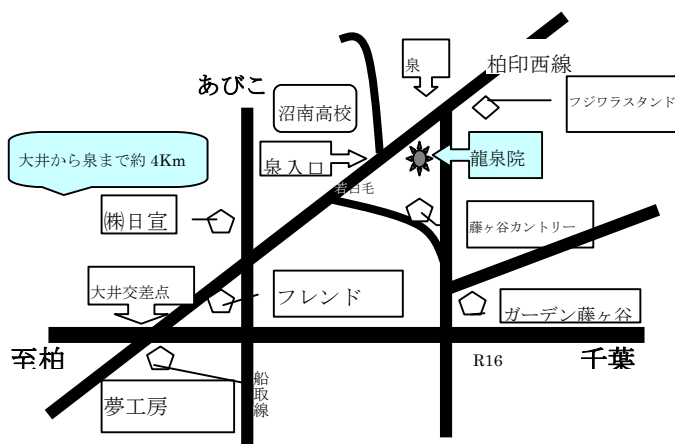
スケジュール

午前 5:30 集合 ラジオ体操

5:45~6:00 点鐘

6:00~6:30 坐禅

6:30~7:00 ご住職の講話



参加申し込み先：東葛北事務所 FAX 04-7166-1688

問合わせ先 柏市：吉田 幸夫 080-4834-0896

柏市沼南：池田 浩之 090-3477-9874

倫理法人会・会社名

電話番号

お名前(連名も可)

出席予定日に○をおつけ下さい。

24(月)・25(火)・26(水)・27(木)・皆勤予定

皆勤又は、最終日に参加され精進料理を希望する方は○をおつけ下さい……精進料理希望

*26日(水)までは追加可能です。

柏市民新聞

THE KASHIWA CITIZEN NEWS

第1698号 (毎月第2・4金曜発行・月額755円)

6月12日 金曜日
2015年(平成27年)

発行所・柏市民新聞社
柏市東上町2-21
郵便番号277-0011
TEL: 7163-1414(代)
FAX: 7164-9341

一度 坐ってみませんか

No.449

竹の葉音と鳥の声だけが聞こえる別世界で、一時静かに坐る。その「坐る」は、古くから行われている坐禅のことです。

やり方は、それほど難しいものではありません。背筋を伸ばし、呼吸を調え(腹式呼吸)、胡坐に近い坐り方で姿勢を調え、

さて、坐禅とは、東洋に2500年も前から伝えられている「行」を指します。

古くはインドにはじまり、中国を経て日本には、仏教の伝来とともに伝わりました。とくに「坐禅」

として強調されたのは、800年程前の鎌倉時代、禅宗が盛んになって



いつも、「坐って何に

なるの!」という言葉が聞きます。ただでさえ忙しいこの時代に、黙って40分も坐るのかというご

疑問はもつともです。では、想像してみてください。ださい。電

車で坐っている10人中7、8人がスマホとご

小畑 節郎 対面、一時禅」です。すぐに効果が

も手放さず、情報の海を泳ぎかつ遊んでおりま

す。遊ぶだけでなく、肝心の仕事もグローバル化が進んだ今日、年を追う

龍泉院は、柏市郊外の泉

地区にある竹林と木々に囲まれた500年の歴史

を有する緑豊かな浄域です。6月はじめには、ホ

トトギスの声も聞こえる静かな環境です。境は

気を移す、といわれま

す。生活の場とは一味違

う環境に身を置くと、普

段とは異なる本当の自分

に目覚めるかもしれません。

(龍泉院参禅会代表幹

事)