

## 座禅研修会

平成23年11月9日に青年部会の活動計画の一環であります、事業委員会による研修事業として、今年は「座禅研修会」を京都黄檗にある黄檗宗萬福寺にて行いました。

黄檗宗は江戸時代初期の1654年に隠元により開かれ、臨済宗、曹洞宗による禅宗の一つで、萬福寺はその本山にあたります。

研修としましては、和尚様による法話、齋座(昼食)、座禅、写経、作務といった丸一日をかけての内容で、全ての研修を作務衣(袈裟)・裸足で行いました。当日は運よく晴天で、気温も暖かったのですが、それでも素足からくる寒さに「真冬だったら…」という思いにさせられました。

「日々の仕事、生活を離れ改めて自分を見つめ直し、感謝の気持ちを芽生えさせる」を研修目的としましたが、特に齋座では、「いかに普段の食事を疎かにしていたか」ということを気付かせてもらったように思います。食べる前にお経を唱え合掌し、食事中は音(声)をださない、桶に残った御飯粒も一つ残らず食べ、最後には自分の使用した持鉢(食器)を沢庵とお茶できれいにするなど、普段では考えもしないことを体験させてもらいました。

今の時代は物が溢れ過ぎて「ある」ことが当たり前になっており、感謝の気持ちというものを忘れていたような気がします。そんな私達の日頃の気持ち、行いに「喝」を入れていただいたように思います。皆さんも一度、足を運ばれては如何でしょうか。

今後もこのような研修事業等、更なる青年部の活動を充実させていきたいと思っております。参加された皆様、本当にご苦労様でした。

