

研友会 参禅体験 (一泊研修会)

幹事 副会長 神崎 純一

日時 2004年 9月 11日(土)～12日(日)
 集合 京阪黄檗駅 9月 11日午前9時 30分
 会費 18,500円
 参加者 15名

浅田 千明	内田 宏明	奥谷 悟
神崎 純一	酒谷 卓良	田中 喬
田中 敏文	中川 勉	中山 平三
中谷 臣伯	西尾 光弘	増谷 俊男
増田 士郎	水守 寛敏	山本 公士

日程

9月 11日

9:30 京阪黄檗駅 集合

10:00 黄檗山萬福寺入山

10:30 道場心得

西方丈にて黄檗宗、座禅についての説明を受ける → 座禅の一步は調身調息から!!

11:00 坐禅

法堂にて30分弱の座禅 警策の音が響く



12:00 昼

食

齋堂にて食事の作法 ← を学ぶ 音を立てずに



食事の後片付け →



13:00 萬福寺山内拝観

14:00 閉講式

西方丈(真剣さが足りないと言われる)

14:30 黄檗山萬福寺下山

15:30 源氏物語ミュージアム見学
(宇治十帖中心に解説)

17:00 亀石楼(宇治川沿いの旅館)

18:00より宴会 ↓



六甲おろしで締めくり ↓



カラオケで盛る ↑



9月 12日

8:30 亀石楼 チェックアウト

8:50 天ヶ瀬ダム見学



10:40 平等院見学

12:00 昼食

(宇治橋たもと”宇治川”で天茶そば)

13:00 解散



黄檗山萬福寺山門にて記念写真 ↑

私が参禅体験に参加しようとした理由は自分の集中力がどれ位あるのか知りたいのと、お坊さんがどんな時に叩くのかを知りたかったからです。



よくテレビ番組で座禅のシーンは見たことはあるのですが、自分で体験出来るとは思わなかったので、チャンスだと思い参加しました。

当日参禅の時間がきて、一人ずつ薄暗い部屋に入っていく、高台の所に乗り、

いざ修行!・・・静かな時間が流れて

「意外と余裕あるなあ、これなら30分どころか1時間でも平気や」

と甘く考えていましたが、一番最初の方が叩かれるのを見て、いきなり集中力が無くなってしまったのです。練習の時と明らかに叩く威力が違うのでビックリ、もし自分ならと想像し、怖くなり我慢しましたが、なぜか笑いが込み上げてきて、お坊さんが距離を縮める度に、咳をしている様に見せてなんとか切り抜けていました。

最初の意気込みはどこやら・・・もはや笑いを我慢する修行になってしまったのです。やはりそんな私を見逃すはずがなく、目の前に立たれた時には恐怖と笑いで一杯でした。お坊さんが頭を下げると、これまでかと思念しました。目から星が出る様な痛さでした。

そして昼食でも色々なマナーがあり、そこでもお坊さんの注意が飛びました。箸の置き方の角度や姿勢と米粒の取り方漬物を残しておいて、最後にお茶を入れ漬物をきれいに洗って飲むという事を教わりました。普段食事をする時は合掌をしていないので、もっと感謝しようと思いました。

普段経験できない事や気づかない様な事をさせて頂きました。非常に充実した一日でした。ありがとうございました。
 (株)ニシト発條製作所 酒谷 卓良