

坐禅で心の「デトックス(解毒)」

12月は坐禅強化月間

お釈迦様が2500年ほど前にお悟りを開かれたという12月8日に向けて、曹洞宗の修行寺では、1日から8日まで、「臘八摂心(ろうはつせつしん)」が行われます。「臘」というのは「臘月」の略で12月のこと、「八」は「8日」のことです。また、「摂心」というのは「心をおさめる」こと、つまりは坐禅のことです。永平寺など修行寺では早朝より深夜まで、一日中坐禅が行われます。岡本寺では下記の予定で坐禅会を行います。

『正法眼蔵 現状公案』に「人のさとりをうる、水に月のやどるがごとし」=「人が悟りを得るというのは、水に月が映るようなものだ」 水面=心を静めて、仏法を映してみませんか。その時、心の情報という毒物がデトックス(解毒)されるでしょう。

2025年12月1日(月)・6日(土)・7日(日)

19:30~21:00 の夜坐



12月1日(月)~8日(月) 毎朝

早朝 5:00~6:10 の暁天坐禅と朝のお勤め

主催：觀瀧山 岡本寺 (こうほんじ) TEL.072-793-0203

〒666-0121 兵庫県川西市平野1-33-14 TEL/FAX072-793-0203 mail:vyku11976@nike.eonet.ne.jp