

## 瞑想会に参加された方々の感想

平成 24 年夏期宿泊瞑想会も無事、終了いたしました。今回は19歳の初心の方から80代の方まで幅広い年代の方が多数参加されました。功德行を申し出てくださった方々、瞑想者の方々からの感想の言葉をここに一部紹介させていただきます。

- 浄心庵に来るたびに新しい発見があり勉強になります。浄心庵の功德、セヤードーの功德、吉田さんを初めとしてスタッフのみなさまの功德に感謝申し上げます。  
ピンニャッタの世界から少しでも離れる為の因縁になる功德を積むことができる場所があることがとても嬉しいです。功德行も、瞑想も、どちらも喜びです。有難うございます。  
サードゥ サードゥ サードゥ 武藤芳美 (61 才)
- 朝の礼拝時のセヤードーの説法がとても素晴らしかった。朝の礼拝はとても大切な一日の始まりで身の引きしまる思いでした。 平野英江(66 才)
- お釈迦さまの本当の教え 三帰依と八戒の中で初めて修行させて頂きました。 2500年、お釈迦さまの教えを実践し、変えることなく守り続けて来られた、サンガに驚きと感謝の念が沸いて参りました。そして、その法に出会うことの出来たことを思うと、喜びの心が起こります。  
浅田朝夫(54)
- 私は妻の T. に瞑想やれといわれて、定年で60才になったら瞑想やると、いいました。ヴィパッサナー瞑想が春と夏とあるとききました。夏の10日間の宿泊瞑想に参加できて、本当によかったと思います。礼拝のしかたや瞑想のやりかたなど面接をとおして、よくわかりました。ありがとうございました。 K.K.(60 才)
- 初めて作務に入らせていただきました。このようにいつも大変なお仕事をされているのだなァ、と実感いたしました。3日間の瞑想と6日間の作務が無事終えることができ、とても良かったです。瞑想されている方の健康と幸せを祈りつつ行なえることは、とても尊いことだと思いました。このような機会をいただけましたことを、心から感謝いたします。 R.O.(50 才)
- 三宝への信が益々深くなりました。礼拝時のお経では今迄以上に心をこめて唱えることができました。生きる目的がはっきりわかり功德の喜びも増大しました。瞑想中に心を観るとブッダ・ダンマ・サンガ、セヤードー、作務の方々、瞑想者の皆様に対する尊敬、感謝、喜び、慈しみの心がたくさん観えるようになりました。瞑想は心身ともに柔らかさが出てきて、楽になってきました。家に戻っても毎日積み重ねていこうと思います。ありがとうございました。  
お食事がとても美味しかったです。地水火風のバランスがとれ、慈しみの心で作って下さったことが伝わってきました。 中村洋子(56 才)

- すべてにゆき届いた状態で実践することができ感謝いたします。どうもありがとうございました。このことを忘れず、帰宅してからも気をつけて生活したいと思っています。  
「聖なる沈黙」大好きな言葉になりました。 S. (61)

- セヤードーを始め吉田様、スタッフ（功德行）の皆様大変お世話になりました。セヤードーが毎日ご指導下さって感激いたしました。仏教国の森林僧院に来ているかのようにでした。 T. (60)

- 念願の瞑想会でしたが、3日程、家族の事が現出し、又、逃げ出したい気持ちが出るがありました。セヤードーの御教導をしっかり練習し、瞑想すると次第に心と身体が明確に観れる時があり、喜びが生まれました。2回のウポサタ日とセヤードーの御誕生日をお寺で過ごすことができ、とても幸せでした。ウポサタ日であり、セヤードーの御誕生日には生じて滅することもわかりました。私にとって初めての瞑想をこの浄心庵で修行することができ、これからも縁に恵まれますことを感謝いたします。吉田様をはじめとして、関係者の皆様に深くお礼申し上げます。  
本田陽彦(19)

- 「三帰依と八戒を守りながらヴィパッサナーの瞑想をすることを決意してください」というセヤードーの言葉にヴィパッサナー瞑想の意味の深さを知りました。今回始めて瞑想の正しい姿勢を教えていただき、納得致しました。身（受・心・法）随観を教えて頂き、今までとは違う、もう少し深い所を感じることができました。セヤードーとの面接、直接のご指導に気付くことが多く、有難い時間でした。 K.N.(60代)

- 昨年はインドに参加させて頂きましたが、その後体調悪く浄心庵にはどうしてもこられませんでした。今回瞑想会に参加できまして幸せでした。セヤードーの面接の時歩く瞑想会のやり方を教えて頂き、足を一步一步と外側に向け、心をこめて歩きます。古い事、悪い事を考えない（今まで私はそうでした）今を大事にして、自分をよく考え無理をしない。出来る事をする。あれこれ考えないとおっしゃいました。瞑想は座る、立つ、歩く、寝ていても出来るとおっしゃいました。  
85才で死を考えています。一日を大事にして八戒をよくまもり、心おだやかに暮らしたいと思っています。ありがとうございました。瞑想は家でも続けます。 Y.M.(85才)

※お名前とご年齢は、本人の了解を得て、掲載させていただいております。