

令和3年・年末年始10日間宿泊瞑想会に参加された方々の感想

令和2年12月27日（日）～令和3年1月3日（日）年末年始10日間宿泊瞑想会が今年も無事に終了いたしました。瞑想期間中に、日本人、ミャンマー人合わせて延べ63名の瞑想者や功德行者、初詣に訪れた参拝者が来庵されました。

仏暦2564年、令和3年（2021年）1月1日（金）お正月、午前7時30分より、茨城県銚田市浄心庵精舎・瞑想堂において、大導師バツダンタ・ニャーヌッタラ大長老のお導きによって「お正月お祝い儀式」が執り行われました。

大長老より「年が変わっても常に自分の心を教え戒めるのは楽」というご説法をはじめ、慈経、護経などを賜りました。続けて、大長老のご先導で、慈悲の瞑想、ヴィパッサナー瞑想、八正道、戒・定・慧を実践して、新しい年を迎えることができました。

※令和3年（2021年）元旦、当会公式 Facebook ページからライブ配信公開。

三宝と大長老をはじめとして、年末年始10日間宿泊瞑想会を支えてくださった会員、関係者の皆さまに心から感謝と随喜申し上げます。

皆様の行われたすべての功德によって、皆さまとご家族の皆さま、世界のすべての生きとし生けるものが、健やかで危険がなく 心安らかに 幸せでありますように。

Sādhu Sādhu Sādhu

瞑想会参加者の感想文を一部ご紹介いたします。

1. 今回の瞑想会に参加されてのご感想をお書き下さい。
2. 宿泊についてのお気づきの点をお聞かせ下さい。
3. その他、何かお気づきの点がございましたらお聞かせ下さい。

1. お正月の浄心庵 10 日間宿泊瞑想会に参加するのは、今回で 2 回目になります。浄心庵精舎は、瞑想者が瞑想実践しやすくなるように準備されているので、瞑想者にとって完璧な場所です。食べ物、飲み物についても良いです。ミャンマー人にとっては、ミャンマーの食べ物もいただけたので、瞑想実践するための応援になりました。自分が識りたい、解らないことについてのたくさんの法をセヤード大長老からよく説明して答えていただけるのは、瞑想するときの助けになりましたので、毎日、教え戒める法は心の力、智慧の力になりました。
2. このお正月瞑想会が成功するように準備してくれたセヤード大長老をはじめとして吉田代表、作務の人々、食べ物、飲み物を宅急便で送って布施した皆さんにも、心からありがとうございます。これからも、このような瞑想会を続けて行うことができますようにとお祈りしています。
3. 三宝を信じる瞑想者たちと一緒に瞑想することはうれしい。心の力になりました。新型コロナの影響で瞑想者は、昨年より少なくなりましたが、セヤード大長老との面接時間を多くいただけたので、私にとっては得難い時間となりました。セヤード大長老をはじめ、皆さんに心から感謝

いたします。

アウン テツ ナイン (58) 東京都

1. 2017年末以来2度目の参加となりました。以前も好印象だったのですが、今回も同じく頑張ってお修行をしないと申し訳ないと思う程、至れりつくせりでした。静かであること、そうじがきちんとされていること等々、衣、食、住に関して行き渡っているので困ることがありませんでした。
2. とても寒いのですが、温熱カーペットと電気ストーブがあるので寒さをしのげます。どちらも欠かせないと思います。
3. ちょうちんの灯りがともっていると夜の雰囲気は何とも明るく優しい気持ちになりました。電気代うんぬんというのもあるかとは思いますがとても良いと思います。

K.K. (48) 千葉県

1. 今回は2回目の宿泊瞑想会でしたので初日からしっかり瞑想することができてとても充実したものになりました。例年、お正月は家ですごしており、欲まかせて生活しておりました。朝からテレビがつけっぱなしで日中は駅伝、夕方から夜はドラマやバラエティーなど。部屋ですっとゴロゴロして飲んで食べては寝ての生活でした。このような生活を3日も続ければ心も身もダルクなる一方です。しかしこの浄心庵ではそのようなことは一切なく八戒を三帰依とともに守り朝から夜まで瞑想することができました。このような特別な時期に功德を積んで心も身も健康にすごせたのでとても良かったですし、三宝を信じる力を更につけることができました。みなさんありがとうございました。

匿名 (22) 新潟県

1. セヤードー、吉田代表、お寺の皆様、功德行、瞑想会を応援して下さいの皆様、一緒に瞑想をして下さった皆様に心より感謝いたします。今年、令和3年は、シーマー・仏塔・五重塔の建立の大変おめでたい年です。この年の初めから浄心庵に入り、たくさんの功德を積むことができ、大変大きな喜び、感謝に満たされました。

喜びなどをヴィパッサナーの観方で観察、洞察することができました。朝の説法は、ウポサタの日から3日間サッターとヴィチキッチャーについて、対機説法でも尊いご説法をいただき私の心は、サッターからアカラサッターへ変わりました。新年のご説法も大変すばらしかったです。1月2日は、ブッダの九徳のウィッザー サラナ、識ったことを、実践する。今迄仏随念ではアラハンだけでしたがウィッザー サラナの意味もはっきりと理解することができ、随念をして大善喜もヴィパッサナーで観ることができました。セヤードーからはいつもの法の土産の他にも、1月3日のご説法でダンモサダを家に戻ってから毎日飲むようにと法の薬をいただきました。充実した、瞑想会となりました。ありがとうございました。

ブッダ サーサナン チラン ティッタトゥ サードゥ サードゥ サードゥ

2. とても快適でした。
3. 12月29日～1月3日迄工事も休みでとても静かで淨らかな浄心庵でした。今年も天気、太陽に恵

まれ外の立つ瞑想、歩く瞑想も気持ち良かったです。お正月の門松、お花、お料理も感激しました。

中村洋子 (64) 埼玉県

1. 浄心庵で瞑想合宿に参加しながら迎える年末年始はとても素晴らしいものでした。セヤードーの朝の説法は、聴くと自分が仏教に出会えたことがどんなに幸運なことかと、毎日幸せな気持ちになります。特に、元旦の説法で、どのように生きていくのが本当の幸せかを説かれたのを思い出すと、今でも嬉し涙が出そうになります。対機説法では、自分の瞑想状況をより深めてくれる法を説いて頂きました。新たな法をセヤードーから教わるごとに、瞑想でも原因—結果を観ることができ、瞑想がさらに深まって、喜びも高まっていきました。本当に、ブツダの九徳の三番目「ウィツザー サラナ サンパンノー」だなあとしみじみとなり、仏教は知れば知る程深いものだと実感しました。今回、自分が八正道を歩んでいるのだと、セヤードーからの法の教えとヴィパッサナー瞑想実践を通してはっきりと分かりました。そして、今までも大事だとは理解していましたが、三帰依と戒律、ヴィパッサナー実践をよく守り、続けていくことこそが、智慧の道を歩む唯一のものだとよく理解しました。最後になりますが、いつも慈悲深いセヤードー、吉田代表をはじめ、浄心庵の皆さま、作務の皆さま、瞑想者の皆さま、本当にどうも有難うございました。
2. 瞑想に没頭できる環境が全て整っており、とても素晴らしかったです。
3. 特にありません。

出村悠 (31) 東京都

※ 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。