

# ろうはつせっしん 「臘八撰心」

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、「臘八撰心（ろうはつせっしん）」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、「撰心」というのは「心をおさめる」こと、つまりは坐禅のことですが、早朝より深夜まで、一日中坐禅が行われます。これを、岡本寺のような一般寺院でも行えばいいのですが、現実問題としては難しいので、せめて、3日（土）・4日（日）・7日（水）の19:30～21:00の夜坐と成道された早朝の12月8日（木）の早朝5:00～の暁天と朝のお勤めを修行したいと思います。（8日は6:15から早朝登山も参加可能です）どうぞふるってご参加ください。

12月3日（土）・4日（日）・7日（水）

19:30～21:00の夜坐

12月8日（木）

早朝5:00～の暁天坐禅と朝のお勤め

