

坐禅

高石昭二郎(たかいし しょうじろう)先生

- 鎌倉市在の三雲禅堂で見性。
- 三雲禅堂は既成宗門の形式に囚われた坐禅とは異なり、達磨大師の求めた霊寂を究めようとする在家禅で、海外に広く知られています。

