

「禪」の語は、古くから日本に伝わり、仏教の修行方法として知られてきた。現代では、その精神を日常生活に活かす「禅生活」として、多くの人々に受け入れられている。

禅の精神と現代生活



「禅」の精神は、現代社会において、人々の心身の健康と幸福に貢献している。特に、長時間の労働やストレスの多い環境下で働く人々にとって、禅の修行は、心身の安定と集中力を高める有効な手段となっている。また、禅の精神は、人々の相互理解と協力を促進し、社会の調和と発展に寄与している。

禅の精神は、現代社会において、人々の心身の健康と幸福に貢献している。特に、長時間の労働やストレスの多い環境下で働く人々にとって、禅の修行は、心身の安定と集中力を高める有効な手段となっている。また、禅の精神は、人々の相互理解と協力を促進し、社会の調和と発展に寄与している。禅の精神は、現代社会において、人々の心身の健康と幸福に貢献している。特に、長時間の労働やストレスの多い環境下で働く人々にとって、禅の修行は、心身の安定と集中力を高める有効な手段となっている。また、禅の精神は、人々の相互理解と協力を促進し、社会の調和と発展に寄与している。

[illegible]

□□□□ □□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□ □□

[illegible]



2 -

... ..

... ..

...

... ..

[illegible]

□□□□□ □□□□□ □ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□□□

[illegible]

□□□ - 3 □□□

[illegible][illegible]

၂။ အထက်ဖော်ပြပါ အချက်များကြောင့် အောက်ဖော်ပြပါ အချက်များကို အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြပါ။

□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□

[illegible]- 4

. □□□□□□ □□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□ □□ □□ □□□□ □□□□□□□□

[illegible]

0000 000000 0 0000000000 00 000000 00 0 000 000000 000000 000 00 2011 000 00 000 000 000
 000 00 .000000 000 000000 00 000000 000 00 000000 0000 0000000000 0 00000000 000 0000 00 00000000
 0000 0000 00000 000 .000000 000 00000000 0000 00 00000000 00000000 00 000 150 000000 2010

A large, multi-story industrial building with a white facade and numerous windows. The ground floor features large, dark, open bays. A person is walking in the foreground on the left, and a small cart is visible near the entrance.

• 0000 000000 0000 0000 0000 000000 000 • 000000 000000 00000000 00

[illegible]

8C-%D9%88-%D9%85%D8%B1%DA%AF-%D8%AF%D8%B1-%D8%B4%D9%87%D8%B1-
%D9%85%D9%85%D9%86%D9%88%D8%B9%D9%87-%D8%A7%D9%BE%D9%84