

## 第1学年 永平寺坐禅研修 令和3年10月7日(木)

秋晴れの下、1年生59名と引率教員8名の67名で永平寺へ坐禅研修に行ってきました。この研修は30年以上続く、本校教育の特色の一つです。昨年度は、新型コロナ感染予防のため残念ながら実施できませんでした。今年度は、日帰りとはいえ実施することができ、大変中身の濃い、充実した研修となりました。

開講式のあと、大講堂で、雲水さんの指導のもと、坐禅の姿勢を整え、息を調べ、とらわれているものを手放し、素直な心で坐禅をしました。また昼食の時には、「作ってくださる方がいることを考え、感謝の気持ちをもって、食してください」と雲水さんが話され、全員でありがたくいただきました。短い時間ではありましたが、坐禅、食事の体験、諸堂の見学、雲水さんの所作を間近で見ることを通して、禅の神髄に触れ、普段とは違う時間を過ごす体験となりました。

閉講式で挨拶した代表の生徒は「自分を見つめなおすことができ、これからも感謝の気持ちを忘れず、この経験を今後の生活に生かしていきたいです」と挨拶しましたが、この気持ちは参加した生徒の誰もが感じていたのではないかと思います。

学校での出発式や帰着式の進行・挨拶を担当した生徒も立派に行いました。



【心を無にした坐禅】



【五観の偈で始まった中食】



【長い長い階段を】



【法堂に向かって】