☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆ 輝く地域の星となれ ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

報道で見る氷上西高　2017

神戸新聞　平成２９年５月３０日（火）

目を閉じて座禅に集中する氷上西高校生ら＝高源寺

氷上西高 新1年生40人 座禅に挑戦

高校生としての自覚や忍耐力を養おうと、氷上西高校（丹波市青垣町佐治）の1年生約40人が29日、同市青垣町桧倉の高源寺で座禅体験に参加した。生徒らは目を閉じて集中力を高め、約40分にわたって座禅を組んだ。

新入生の恒例行事。最初に同寺の山本祖登（そとう）住職が座禅の意義などを説明し、「吐く息を数えて心を集中させて」と呼び掛けた。体操服姿の生徒らが脚を組み、合図で座禅が始まると周囲は静寂に包まれた。

時間とともに背中が曲がり始めた生徒には、山本住職が棒をそっと当てて注意する場面も。生徒は20分後にいったん脚を組み替え、やり終えた時には思わずほっとした表情を浮かべた。

初めて挑戦した行明（ぎょうみょう）珠里（じゅり）さん(15)は「脚が痛かったけど周りの音が聞こえないぐらい集中した。やりきってすっきりした」と朗らかに笑った。（岩崎昂志）