



令和元年度10月号

朝二中だより

朝霞市立朝霞第二中学校
令和元年10月1日発行
〒351-0007 朝霞市岡199
TEL 048 (461) 6540
Fax 048 (467) 4742

スイッチを入れる

校長 杉山 巖

3年生の**修学旅行**を9月15日（日）から17日（火）の日程で実施しました。朝霞二中ではここ数年、1学期の過密日程を避けて、9月に修学旅行を実施しています。この時期、観光客に関しては、相変わらず外国人観光客は多いですが、修学旅行生は5月、6月よりは格段に少なく見学しやすい時期であったと思います。班別行動やクラス別行動を通して大阪、京都、奈良の多くの歴史的建造物や文化遺産に触れ、充実した3日間になったはずです。また2日目の夕方には、『**座禅体験**』を行ってきました。

座禅体験の全行程は1時間程度、無言でお堂まで往復し、講話を聞き、座禅自体は30分弱だったでしょうか、短い時間でしたが、そう何度も経験することもないであろう貴重な体験をしてきました。また、座禅中に姿勢が悪かったり、座禅に集中していないと『**警策**』という棒で、肩を打ち注意を促してくれますが、体験したい人は前に来たときに合掌して願い出てください、これも体験してみてくださいということで、多くの生徒が体験していました。

さて、講話の中に、『**冷暖自知**』という話がありました。寒い、暑い自分で知らねば（体感しなければ）わからない、やってみなければわからない。『聞いてわかる』のと実際に『体験してわかる』のとでは『わかる』の中身が違う。そして、人生は『**一期一会**』であり、その機会・同じ状況は2度と繰り返されないであろうから、今のこの体験を大事にして下さい、というような話でした。

今回は、お寺での話でしたが、いろいろな世界の人の話を聞いたり、体験したりする機会というのはそう多くはなく、それを『善し』とするか、『悪し』とするかは、その人の判断ですが、これもまた『冷暖自知』。体験したからこそ、判断できる話でしょう。

ところで、**人が行動を変えたり考えを変えたりすることは非常に難しいこと**です。例えば、**まずいとわかっている学習習慣、スマホを横に置いて勉強していると、つい触って、いじってしまうとか、ありませんか。学校や塾の帰りにだらだらして、時間通りに帰宅できないとかありませんか。**

まずいとわかっている行動や習慣を変えるにあたって、知識や考えだけではない、何か強いインパクトが、心の深いところに響いて、スイッチを入れてくれるときがあるそうです。心に刺さった体験や深層意識に響いた言葉が行動に繋げてくれるというのです。

3年生の修学旅行やその中の座禅体験を含む様々な体験は、強いインパクトになったでしょうか。2年生、1年生も、2学期はいろいろな体験が待っています。それらの体験が自分を変える強いインパクトになるよう、しっかり『**冷暖自知**』=**自分で体験**して判断して、スイッチを入れて下さい。