

子どもコース ニュース

第6号

日本ヴィパッサナー瞑想センター・ダンマバーヌ：京都府船井郡京丹波町八田岩上奥 電話:0771-86-0765

日本ヴィパッサナー協会

2008年4月発行

「国立妙高自然の家」で 初めてのセンター外コース

2007年8月28日、新潟県「国立妙高青少年自然の家」において、六回目的子どもコースが行われました。

これまで、京都のヴィパッサナーセンター「ダンマバーヌ」で春と秋の年二回実施してきましたが、ご父兄からの要望もあり、今回は試みとして、子どもたちの夏休み中にセンター以外の国立施設をお借りしての「一日子どもコース」となりました。

開催前には地震の影響や体調不良などで参加者のキャンセルがありました。センター外でのコースのため、十日間コースを体験されていないご父兄や引率者の方も、前日にコース地入りが可能となったため、当日の受付とオリエンテーションは順調にスタートしました。

名前覚えゲームで緊張も和らぎ、ホールに案内された子どもたち。先生から瞑想についての説明を聞き、先生の後について五つの約束(戒)を元気な声で繰り返します。そして、



いよいよ瞑想の体験です。

先生の指導の言葉に耳を傾け、初めての瞑想に入ります。「目を開けていいですよ」の先生の言葉を聞くまで、子どもたちはしっかりと坐っていました。瞑想の後の集中力チェックゲームは、リラックスして楽しんでいました。

お話し お話しタイム

今回の「お話しタイム」はブツダの小さい頃のお話のビデオ。

ビデオの前に、世話役のお姉さんから「言葉がヒンディー語というインドの言葉でよくわからないと思うので、しっかりと絵を見てください」との説明を受けた子どもたちは、素直にじいっと画面を見つめます。ビデオの後での話し合いでは、言葉がわからなくても内容をよく理解していた子どもたちに世話役もびっくり！

創作 創作タイム

「創作タイム」は、落ち葉を使ったTシャツの制作。

小雨の中、拾ってきた落ち葉に思い思いの色を塗り、白いTシャツに貼り付け形を押しします。とても素敵なTシャツができました。

初めてのセンター以外の場所での子どもコース。準備が大変でしたが、コース後の子どもたちの笑顔で、世話役も疲れが吹き飛び「またやりたいね」。ご父兄の方からも、子どもも大人コースをやってほしいとの要望もありました。



