



お寺のエコ体験

～ 日本の文化にふれてみて～



西賀茂中学校
岡田史帆



● 東福寺

まず、最初に目に入ってきたのは

右の写真の建
て物でした。



この建て物は
「三門」という

名前らしく、普
段はお坊さんが

右下に見える階段で上り下りするのですが、
特別に上れるということでも上らせてもらいました。

上った感想は階段がすごく急だったので毎回
上り下りするのは大変だなと思いました。

この「三門」は室町時代に建てられ、

大屋根の四隅の角柱は、地震による三門

の傷みを天正13年豊臣秀吉が行った

大修理の際に補足した柱で、

通称「太閤柱」と呼ばれているそうです。

東司

他にも「東司」と呼ばれる所があり見た
めは立派な建った物に見えたけれど、
実はトイレ 〇〇 ということにすごくびっくり
しました。トイレ ということなの？ どんなの
かな？ とのモ"いてみるよ、穴がたくさん
ある？ トイレは？ と思ったらこの穴がトイレ
みたいで、当時お坊さんが100人一斉にトイレ
をすることが出来ることから子供たちに
「100人便所」と呼ばれ現存する唯一の遺構だ"もう
です。



座(坐)禅体験

<やり方>

①



まずは座蒲
クッションを尻に
しき、胡座をかく。

②



右足を左太股
の上に置き、左足
を右太股の上に
置く。
(胡座の持ちかた)

③



手を下にして
親指と親指を
くっつけ輪を作る。

Point!

- 呼吸は鼻でする。
- 目は閉じずろす目です。
- 前にならして、少し下を見る。

体験をしてみて難しいなと思ったことは②です。

両足とも乗せるのはできなかつたので「胡座」私はしましたが、お坊さんは毎日しているから本気でいっただなと思います。

お坊さんの話によると、1人1畳1畳で過ごし、寝る時以外は座禅をしているそうです。私の方は足がしびれてしまっ、絶えられな

い。今回私の方は休けがあったけど、休たなく座禅しているお坊さんはすごいなと思いました。

● 高台寺

高台寺では、お釈迦さんがどんな一生を生きてきたのか、「百鬼夜行」のプロジェクトンマツピングなど貴重な体験をすることができました。

おいしいごはんもいただきました！



ああ！
いろいろと
知らない食
べ物がいっぱい

<今回の体験を通して>

今回の「エゴ体験」では題名の通りぶっくりすることがたくさん見つけることができました。日本の文化でまだまだ知らないことに興味をもちました！

また体験できる機会があればぜひ応募させてもらいたいです。本当にありがとうございました！！