

いたづらに

過ぎ  
つきひ  
おお  
過ぎす月日は多けれど

みち  
道をもとむる

とき  
時ぞすくなき

—道元禅師和歌集『傘松道詠』より—

早朝  
坐禅会

Komajo

駒沢学園では、恒例行事として、早朝坐禅会(曹洞宗では禪心会せっしんえといいます)を開催いたします。本年も以下の要領で実施しますので、是非ご参加ください。

坐禅が初めての方でも、お気軽にご参加ください。坐り方をご指導いたします。

日時	2019年12月2日(月)～7日(土) 7:40～8:10 (7:30より入場可) 約30分 期間中何日でも可 ※7:40以降、ご入場はできません。
会場	駒沢学園女子中学・高校体育館
費用	無料
服装	坐りやすい、ゆったりした服装でご参加ください。 なお坐禅は素足で行います。
申込方法	事前申込みは、不要です。直接会場にお越しください。
駐車場	駐車場を利用することができます。

あなたはこの一年間、どのように時を過ごしましたか？  
歳月は流れゆく河のように過ぎ去り、人の心も気がつかぬうちに移り変わるものです。  
我が身を振り返れば、ただ漫然と過ごしてしまっ時間が、どれほど多いことでしょうか。あるいは真剣に自分を見つめ、志を求める時間が、どれほど少ないことでしょうか。  
そこで道元禅師は投げかけるのです。人生はどれだけ長いかではなく、どのように生きるべきかが問題なのだ。  
一瞬の時間に永遠の価値を込めるために、坐禅を組んで、自分の求めるべき何かを見つけてませんか？



学校法人 駒沢学園 IR・広報部

〒206-8511 東京都稲城市坂浜238番地 TEL:042-350-7212(直通)  
URL: <https://www.komajo.ac.jp/>