

プログラム番号：46

禅の心 座禅体験

禅の心 座禅・写仏体験

日本人の心、禅の心を磨き自分と向き合い何かを感じてほしいプログラム

日常では経験できない座禅や写仏などを通じて自分自身との語らいを体験



■体験内容

禅体験を通じて日本の良さを多くの方に体験して頂きたいと思います。特に福井県は永平寺も有り禅の文化と深くかかわりを持っております。精神を鎮め、日常では経験することのない座禅を体験します。座禅の後は、住職から講話を聞き、写仏に挑みます。同じ題材でも、個人によって精神状態が反映されたように様々な顔のお釈迦様が描かれます。静かな時間を過ごすことができ、心休まる機会として心の体験をお楽しみ下さい。

■体験費用（5名様以上催行）

■体験の流れ（所要時間：約3時間）

- 1) オリエンテーション、自己紹介
お寺の役割や手を合わせる大切さなど説明
↓
 - 2) 座禅を組み（自分自身との語らい）
講和を聞く 写仏体験（集中力を高める）
↓
 - 3) 自分のまわりの大切なものを気付いてもらう
後片付け、まとめの会
- 静かな時間と共に心を休まる機会として心の体験を過ごして下さい。

プログラム番号：47

郷土 歴史体験

国吉城跡探訪（戦国時代の隠れた秘話）

越前（朝倉家）と若狭地域との戦いから見えるもの

織田信長、羽柴秀吉、明智光秀、徳川家康等戦国の英雄が集った地（佐柿国吉城）



■体験内容

丹後街道と椿峠を眼下に見下ろす標高 197.3mに聳え立つのが戦国時代の山城である国吉城で、今は城跡と資料館があります。若狭地方に数多く築かれた城の中でも名声を高めているのが、1563年に押し寄せた越前朝倉氏の軍勢を数年にわたり撃退し続け、壮絶な籠城戦を展開した「国吉籠城戦」です。インストラクターから当時の様子や未だ存在する街並みの話を聞きながら歴史を学びます。戦国時代の城作りから当時の生活など、当時の時代背景を体験下さい。また、織田信長等戦国の英雄が集った地のエピソード等お聞き下さい

■体験費用（5名様以上催行）

■体験の流れ（所要時間：約3時間）

- 1) オリエンテーション、自己紹介
注意事項など説明
↓
- 2) 国吉城址跡探訪
城作りの大変さや日本の城作りの技術
重機の無い時代で工夫など体感下さい
↓
- 3) 国吉城資料館 当時の戦い方や城下町との関わりから当時の生活など説明致します。
まとめの会