

このプログラムは 第十二回

霞が関坐禅会

～自分自身と向き合ってみよう～

KK2会場参加

2023年

3/9 木
19:00～20:20
(受付 18:40)

■参加費
2,000円(税込)
※KK2会員メンバーは500円引
※事前支払い(クレジットカードのみ)

法話と坐禅がセットになった仕事帰りに気軽に参加できる“坐禅”プログラムです。姿勢を調え、呼吸を調え、そして心を調えます。

＜学費・会費は問いません、どなたでもお気軽にご参加ください＞

※2023年度も開催予定しています

法話テーマ **おかげさま ～随処に主となる～**



坐禅とは何ぞ
-座り方から正しい姿勢まで、指導員がいて、見守りながら自分自身と向き合います。
-坐禅がいつか仕事に活かせることには、あくまで期待は、気分転換の一環です。
-本プログラムでは、ご希望に応じて、坐禅を行います。

■申し込み

霞が関ナレッジスクエア(KK2)Webからお申し込みください

KK2 で検索



※KK2Web会員への登録が必要です(無料)

■定員

18名

■会場

霞が関ナレッジスクエア(KK2)「スタジオ」
東京都千代田区霞が関3-2-1 霞が関コンセンター
霞が関ナレッジスクエア(旧国産 エコセンター上2F)



会場「スタジオ」の最寄り駅は、丸の内線、千代田線、日比谷線「霞が関駅」A13番出口より徒歩5分

■講師(予)

林田 文晴 さん



臨済宗妙心寺派 密門法性院住持 顧問
開眼寺(長野県千代田市)住持

1934年福澤市生まれ。40年以上のビジネス経験を経て、横河電機(株)を退任後、2000年に帰郷。2005年に長野県千代田市臨済宗妙心寺派(開眼寺)住職に就任。

鈴木 泰博 さん



臨済宗妙心寺派 東京禅センター 主任
坐禅寺(東京都台東区)住職

1962年東京都台東区生まれ。学習院大学法文学部卒業。早稲田大学法政学部にて修行。東京坐禅道場 住職、寺住持。

■スケジュール(予定)

19:00～19:30 お話(法話/坐禅について)

19:30～20:10 坐禅(15分×2セットを予定)

※この間に、坐禅の指導員がいます

20:10～20:20 対話(気兼ねな質疑応答)

■服装について

普段通りの服装でお越しください。半ズボンやTシャツでも構いません。スリッパも大丈夫です。お申し込みの際に、ご希望の服装をお知らせください。



※ご希望の方は、椅子に坐るが椅子坐禅(せん)ご参加できます。お申し込みの際に、ご希望の服装をお知らせください。

主催 一般財団法人 JAFCC
協力 臨済宗妙心寺派 東京禅センター
お問い合わせ 霞が関ナレッジスクエア 事務局 電話: 03-5288-1821 | 9:00～17:30 | 月～金、祝日除く
※詳細の開催状況は本誌、及びwebサイトで公開します。またプログラムの内容や参加費・検索方法はご遠慮ください



03-3288-1921 03-5157-9225

kk2seminar@avcc.or.jp
