

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。

<子供・後援は問いません、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、ご来場者様に、坐禅を打ちます。

■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」
東京都千代田区豊洲3-2-1 豊洲コンベンションセンター
豊洲のスタジオ&レジスタンス(前座席 エコカープール上フロア)



会場「スタジオ」5階出口 11番出口より徒歩3分
丸の内線、千代田線、日比谷線 1階・9階A13番出口より徒歩5分

■講師(予)

法話 文晴さん



臨済宗妙心寺派 専門法性部 顧問
開眼寺(長野県千代田市)住職

1934年福澤市生まれ。40年以上のビジネス経験を経て、福澤電機(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。

法話 泰洋さん



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、寺住職。

■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、座布団を準備します

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。ズボンもゆるいものでも構いません。お気軽にご参加ください。



※ご来場の際は、椅子に座る(椅子坐禅)でも構いません。お申し込みの際に、ご来場のお服装をお知らせください。

主催 一般財団法人 KK2
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
※詳細の開催状況はご登録したWebサイトでお知らせします。またプログラムの内容や参加費・検索方法はご登録ください。



03-3288-1921 03-5157-9225

kk2seminar@avcc.or.jp
