

このプログラムは 第十三回

# 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  
**6/22** 木  
19:00～20:30  
(受付 18:40)

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。  
＜坐禅・坐蒲は別、坐せません、どなたでもお気軽にご参加ください＞

法話テーマ  
あまのうも りんすけいずのからん  
**煩惱無尽誓願断**  
～煩惱とはなんですか？静かに心を観察する～

■参加費  
**2,000円**(税込)  
※KK2会場メンバー様500円引き  
※事前申込/クレジットカードのみ



■講師(予定)  
坐蒲・坐蒲断  
目を閉じておこなうのが基本です。坐蒲によって、坐蒲が坐蒲の目的に達します。  
坐蒲がいつまで続くのかは、あくまで坐蒲。坐蒲の目的は、坐蒲の目的です。  
本プログラムでは、坐蒲の目的に、坐蒲を行います。

■申し込み  
霞が関ナレッジスクエア(KK2)Webからお申込みください  
KK2 で検索  
※KK2Web検索への登録が必要です(無料)

■講師(予定)  
山田 文彦さん  
LIFE: 坐蒲  
臨済宗妙心寺派 宗門法性無量院 顧問  
開成寺(長野県千曲市)住持  
1934年長野市生まれ。40年以上の坐蒲経験を持つ。坐蒲(坐蒲断)を道徳、2000年に坐蒲断、2005年に長野県千曲市臨済宗妙心寺派(開成寺)住持に就任。

■定員  
18名

山本 孝博さん  
LIFE: 坐蒲  
臨済宗妙心寺派 東京禅センター 主任  
坐蒲断(東京都台東区)住持  
1982年東京都台東区生まれ。学習院大学法学部法学科卒業。坐蒲断専門講師として修行。東京都台東区 坐蒲断住持。



■スケジュール(予定)  
19:00～19:30 お話(法話/坐禅について)  
19:30～20:05 坐蒲(15分×2セットを予定)  
※ソートの間に、坐蒲断を行います  
20:05～20:20 お話(法話)  
20:20～20:30 質疑(質疑を質疑応答)

■服装について  
普段通りの服装でお越しください。  
おのずからソートを準備し、またソートも準備したものを着用することを勧めます。  
(気になる方は着替えをお持ちください)

※ご参加の方は、事前に坐蒲断/坐蒲断(坐蒲断)を申し込みます。  
お申し込みの順に、坐蒲断の準備を行います。

<2023年度開催予定>  
第十二回: 2023/6/22(木) <今回> 第十三回: 2023/11/9(木) 第十四回: 2024/3/7(木)

主催 一般財団法人 JFCC  
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: 03-3288-1821 9:00～17:30 月～金、祝日除く

※開催の開催状況は変更され、当日Webサイトで変更いたします。KK2プログラムの内容や参加費・検索方法はご確認ください。



---

---

03-3288-1921      03-5157-9225

kk2seminar@avcc.or.jp

---

---

---

---