

このプログラムは 第十四回

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
11/9 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。
<坐敷・坐蒲は問いません。どなたでもお気軽にご参加ください>

法話テーマ
坐禅テーマ
**衆生近きを知らずして・・・
呼吸と体内生命の再確認**

■参加費
2,000円(税込)
※ KK2会員メンバーは500円引き
(※事前申込(クレジットカード決済)



坐禅の心構
-坐る時(方法)は自分のペースです。坐席として、見聞が自然に開かれます。
-坐席について(見聞)は多くには、あくまで見聞し、気分転換の一環です。
本プログラムでは、ご自身の心、坐席を行います。

■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
※KK2会員様の登録が必要です(無料)

■講師(坐禅)
坐禅 文啓 さん
臨済宗妙心寺派 京門法性禅道場 顧問
開教寺(長野県千曲市) 住職
1934年長野県生まれ、40年以上の仏教活動を経て、衆生(衆生)も導き、2000年に帰郷、2001年に長野県千曲市臨済宗妙心寺(開教寺)住職に就任。

■定員
18名

坐禅 宗誠 さん
臨済宗妙心寺派 京門法性禅道場
1947年生、76歳。早稲田大学卒業後、株式会社日本航空入社。経営企画担当取締役(部長)に就任。定年後に臨済宗妙心寺法縁会専門講師にて2年間修行。妙心寺派「第2の人生プロジェクト」に所属し、交通のコーディネートを担当している。

■会場
霞が関ナレッジスクエア(KK2)「スタジオ」
東京都千代田区有明3-2-1 東京駅前センター
西館のトップ&レストラン3F (南側、エスカレーター上が)

■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 坐禅(15分×2セットを予定)
※ソファの上にて、座布団をご用意します
20:05～20:20 お話(法話)
20:20～20:30 対談(気軽な質疑応答)



■服装について
普段通りの服装で大構いません。
半ズボンやスカートでも構いません。足元は滑りやすい靴は避けたいです。
(靴になる方は靴紐を締めたいです)

※ご希望の方は、席中に座布団を持参して頂くことも可能です。
お申し込みの際、ご希望の有無を必ずお知らせください。

<2023年度開催予定>
第十三回:2023/6/22(木) 18時 / 第十四回:2023/11/9(木) <今回> / 第十五回:2024/3/7(木)



03-3288-1921

kk2seminar@avcc.or.jp
