

新春 1 日修行体験のご案内

静かなひとときを過ごしませんか？

坐禅して、法話をきいて、おいしい精進料理を食べる

坐禅をしてみたい。法話を聞いてみたい。精進料理を食べたい。

自分を見つめてみたい。修行をしてみたい。どうぞ1日修行体験にお越し下さい。まずは坐り方からご説明させていただきます。椅子席もあります。

日時：2月4日（土）午前9時から13時頃

場所：新定院本堂（イス席のご用意もあります）

服装：坐禅のしやすい服装（はきやすいズボン）

会費：三千円（精進料理を召し上がって頂きます。）

坐禅は『静かに坐って考える』という意味があります。西に行くか、東に行くか、毎日の大事な選択をしている中で、一度立ち止まり静かに坐って考え、一步を踏み出してみませんか？というのが坐禅です。人生を楽しみたい。壁を乗り越えたい。何か不安がある。健康になりたい。自信を持ちたい。ホッとしたい等、様々な思いの中、全国各地多くの方々が坐禅をされております。いつもと違った新しい目線やご縁にふれ、皆様と共に坐らせて頂けたら幸いです。どうぞご参加下さい。

申し込み方法 1月31日までに申込用紙に会費を添えて新定院までお持ち下さい

| 申込者氏名 | 住所 | 電話番号 | イス |
|-------|----|------|-----|
| | | | 有 無 |
| | | | 有 無 |

定員45名 ※集まり次第締め切りとさせていただきます。

お気軽にお問い合わせください。もちろん、お檀家さんでなくてもご参加頂けます。

清水区北矢部町1-8-19

054-352-5765

<http://shinjojin.com>

新定院