



学習院生涯学習センター 当庵住職坐禅講座のご案内

平成27年3月7日(土)に学習院生涯学習センターにて、当庵住職の坐禅についての講座が開催されます。初めての方でも気軽にご参加頂けます。日白の森に隣接した静かな会場で、呼吸を調べて心を落ち着かせましょう。

お申込みは、下記の冬期講座申込みにご記入の上、学習院生涯学習センターにFAXして頂くか、直接センターにお電話してください。

《講座詳細》【S07】坐禅のすすめ ～心を落ち着け、自分自身を調えるには～

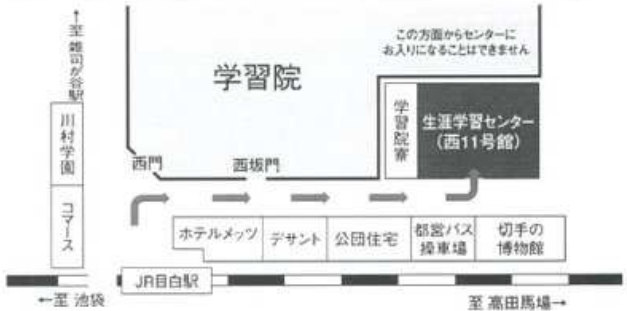
最近何となく落ち着かない、と思ったことはありませんか。道具が便利になり、様々なものがスピードアップした分、のべつまなく「用事」が押し寄せ、さらにその場で判断をせまられることも多く、それがストレスになる。又、簡単に多くの情報が取れることによって、かえって迷ってしまう。そんな時少し坐ってみませんか。姿勢を調べ、呼吸を調べて坐ってみると、自然と心が落ち着いてくる、是非一緒に体験してみませんか。

- ・日 時：平成27年3月7日(土) 13:30～15:00
- ・受講料：1500円



平井正修

臨済宗国泰寺派 全生庵住職
 1990年学習院大学法学部政治学科卒業。
 1990年静岡県三島市龍澤寺専門道場入山。
 2001年同道場下山。
 2003年より中曽根元首相や阿部首相などが参禅する全生庵の第七世住職に就任。全生庵にて坐禅会、写経会を開催。主な著作、「最後のサムライ 山岡鐵舟」(教育評論社)、「因われない練習」(宝島社)「坐禅のすすめ」(幻冬舎)。



● お問い合わせ、お申込みは ●

学習院生涯学習センター 東京都豊島区目白 1-3-19
 電話: 03-5992-1040 FAX: 03-5992-1124

◎日白駅 徒歩5分 (JR山手線)

◎高田馬場駅 徒歩9分 (JR山手線・東京メトロ東西線・西武線)

◎日白駅前バス停 徒歩5分 (都営バス)

平成26年度冬期講座申込

講座名：S07「座禅のすすめ」

フリガナ			
氏名	男・女		
ご住所	〒		
お電話番号			
生年月日	お差し支えなければご記入ください		
ご職業	整理番号		

*申込書で頂戴したお客様の個人情報は厳重に管理され、本体験教室の運営にのみ利用させていただきます。本センターでは、お客様のお名前・性別・住所・電話番号等の個人情報は、一切、公表しておりません。