

寺雲祥

# Liberal Arts in Shoun-ji



## 坐禅会 ～マインドフルネス～

坐禅とは日常の雑踏の中で無意識に積もった心のチリを洗い清め、新鮮な思考や真実の心、そして自分と向き合いながら活力ある自分をリセットできるものであります。

### <Program>

坐禅（20min×2＋自由禅）茶礼

＋アクティビティ（自由参加…茶話会、写経など）

禅指導：祥雲寺 住職 岩崎宗瑞 / 東叡寺 住職 平本祥啓

告知：小田原 東叡寺 ×Zen 農業プロジェクト始動

（祥雲寺とのコラボレーションによる広尾 Zen マルシェ構想）

7月23日（日曜日）

8月20日（日曜日）

8:00~9:00（受付 7:30~）

会費：1,000円

Terakoya Meets / 彩プロダクツ

詳しい情報は「彩プロダクツ」FACEBOOK PAGEにてお知らせいたします。

<https://www.facebook.com/223284584538446/>

