

—— 慌ただしい日々の喧騒を忘れ、いま一度、我に帰る ——

善光寺参禅会にご参加になりませんか

成寿山善光寺ではかねてから、参禅会を催しています。坐禅は日々の忙しい時間を忘れ、無の中から見失いかけていた自分を改めて見つめ直し、心を調え、さらに、新しい毎日のエネルギーの発露として、みなさまにも貴重な体験をお届けすることができましょう。

また、当日は少林寺住職井上寛道老師のありがたいご法話に触れると同時に、みなさまの疑問にお応えする質疑応答のお時間も用意しています。

これまでに坐禅の経験のない方、初心者の方のご参加もお待ちしております。

■当日のスケジュール

午後6時より随時坐

◎会場に到着された方から、随時坐っていただきます。

◎初めて参加される方には、この時間に作法進退を指導いたします。

6時30分～7時10分 坐禅 一炷（いっちゅう）

7時10分～7時20分 経行（きんひん）

7時20分～7時30分 小休…お手洗いなど

7時30分～8時20分 提唱（ていしょう）…席改め、ご法話

僧燦禅師（そうさんぜんじ）の『心信銘（しんじんめい）』

8時20分～9時00分 質疑応答…お茶

9時00分 散堂（さんどう）…解散

■会場：成寿山善光寺釈迦殿

■提唱：少林寺住職

井上寛道老師『心信銘』

■これからの日程

平成14年 2月8日・金曜日

3月8日・金曜日

4月5日・金曜日

5月3日・金曜日

6月7日・金曜日

7月5日・金曜日

8月2日・金曜日



少林寺住職 井上寛道老師

■坐禅ご希望の方は準備の都合上、
あらかじめ善光寺までご連絡ください。

お申し込みは **電話045-845-1371(代表)**



提唱



坐禅

