

徳成寺

# 満月の夜の坐禅会

手放す、受け取る、調える

徳成寺では、満月の夜に坐禅会を開催しています。

坐禅とは、「手放す・受け取る・調える」営みです。

ひたすらに坐る時間は、私たちに「頭で作り出した世界が全てではなかった」と、はたらきかけてくれることでしょう。



日時

満月の夜

18時45分 - 20時半頃

参加費

500円

事前  
申込み

参加希望日毎に、必ずメールフォームにてお申込みください。  
尚、お申し込み者が多数の場合には、抽選とさせていただきます。



徳成寺HP > 満月の夜の坐禅会 - お申込みフォーム  
[URL] <https://tokujoji.jp/zazenkai/>

坐禅会の流れ 19時までにお越しください。

- 18:45 開場 時間厳守
- ▼
- 19:00 真向法 - 身体をほぐします
- ▼
- 19:20 止静 - 坐禅のはじまり
- ▼
- 20:00 抽解 - 坐禅のおわり
- ▼
- 引き続き 講話
- ▼
- 20:30頃 解散



坐禅をしやすい服装でご参加ください。

ジャージ等のストレッチ素材のものや作務衣などをご準備ください。

なお、短パンやスカートはご遠慮ください。更衣室がありますので、お寺にてお着替え可能です。

2020年  
開催日

1月11日 土 2月 9日 日 3月10日 火 4月 8日 水 5月 7日 木  
6月 6日 土 7月 5日 日 8月 4日 火 9月 2日 水 10月 2日 金  
10月31日 土 11月30日 月 12月30日 水



曹洞宗 光邦山 徳成寺

〒963-0112 郡山市安積町成田字成田68

[Mail] [info@tokujoji.jp](mailto:info@tokujoji.jp)