

# 空の 声聴く

1日まるごと安定打坐

## ご留意 事項

- 定員90名の「集合型」を予定しておりますが、コロナウィルスの感染状況により、定員を減らしての実施、又は、「オンライン」の実施になる場合がございます。
- 運動法及び安定打坐法を行いやすい服装でご参加ください。更衣室のご用意もございます。
- 「シェアタイム」は、講義・実習等における気づき・感想等を共有する時間です。ディスカッション形式を予定しておりますが、状況により変更させていただく場合がございます。

## お申込 方法

※申込みメール後のお振込みにより、受付完了となります。

- 1) ①お名前 ②会員区分（会員、会友、一般）、（会員の場合）所属賛助会  
③お電話番号を明記のうえ、件名を「一日行修会申込み」とし、  
[tokyo.tempukai@gmail.com](mailto:tokyo.tempukai@gmail.com) までお申し込みください。
- 2) 上記メールアドレス宛にお申し込み後、下記の要領でお振込みをお願いします。  
●振込先：ゆうちょ銀行 00130-2-265447（当座：〇一九店 265447）  
加入者名：天風会東京の会 ※振込手数料はご負担ください。  
●振込期限：5月12日（木）
- 3) 1) 2) の双方をいただいた時点で、お申込み完了のメール連絡をさせていただきます。

※ 振込後のキャンセルの場合、振込手数料を差し引いた金額を返金させていただきます。  
※ 当日キャンセル・ご連絡なしの不参加の場合は、全額をキャンセル料として申し受けます。

## プログラム

8:30	受付
9:00	開会・朝礼（護国寺境内にて）
9:30	移動・休憩
9:45	養動法（服部講師）
10:00	「安定打坐法の日常化」（佐藤講師）
10:50	シェアタイム
11:00	休憩
11:10	体験発表「天風会と私」（原野紀枝） 「私の安定打坐体験」（藤本益久）
11:50	シェアタイム
12:00	昼食・休憩
13:00	ひとりマッサージ
13:10	無我一念法（服部講師）
13:30	「安定打坐と自己の確立」（高畠講師）
14:20	シェアタイム
14:30	休憩
14:40	「安定打坐で今を生きる！」（村里講師）
15:30	安定打坐実習（村里講師）
15:50	閉会式

※講義には実習を含みます。  
※事前予告なく変更される場合がございます。

## お問い 合わせ

E-Mail : [tokyo.tempukai@gmail.com](mailto:tokyo.tempukai@gmail.com)

TEL : 090-9139-7008（実行委員長 遠藤靖子携帯）