

2月のZOOM日曜行修会につきまして

1月、2月のZOOM日曜行修会につきましては、

”「信念を確立する」～行修の日常化、日常の行修化～”

をテーマに開催しております。

期間中はこのテーマに沿ってプログラムを進めてまいります。

《2月の開催概要》

■日 時：毎週日曜日 9:00～11:00前後(予定)

注意)

○2月21日の寒さに鍛える行修会は拡大版として終了時刻が11時20分(予定)となります。

※ 終了後、原則として毎回、希望者のみを対象に、
20分のグループディスカッションを行います。

※ 入室は8:45から可能です。

※ 終了時刻は、行修内容や当日の進行状況により、
前後することがございます。

※ 退出は自由です。

■参加場所：各自の通信環境(パソコン・スマホ・タブレット等)が整った場所

※基本的には各自のご自宅になることと存じます。

■参加要件：(1) 実名を日本語フルネームで表記できる方

(2) 上記の通信環境をご用意できる方

+カメラをご準備のうえ、ご自身のお顔を映していただくと、
他の参加者の皆様と一体感をもってご参加いただけ、
より有意義な行修になることと存じますので、お勧めいたします。

+グループディスカッションへのご参加にはマイクが必要です。

※ インターネット環境があり、
スマホ・ノートパソコン・アイパッドをお持ちの方は、
マイク・カメラも備え付けられており、まず大丈夫です。

※ デスクトップパソコンをご使用の方は、
必要に応じて、カメラ・マイクをご準備ください。

※ ご不明の方はご相談ください。

《ベーシックな流れ》

8:45 ~ 9:00 入室
9:00 ~ 9:05 ガイダンス(事前案内)
9:05 ~ 9:25 朝礼 ※ガイダンスが終了し次第の開始
9:25 ~ 9:35 養動法
9:35 ~ 9:55 安定打坐法
9:55 ~ 10:05 ひとりマッサージ ~ 休憩
10:05 ~ 10:10 休憩
10:10 ~ 10:15 ワーク① セルフチェック
10:15 ~ 10:25 ワーク② 誦句書き写し
10:25 ~ 10:45 週替わり企画 *
10:45 ~ 10:50 ご案内
10:50 ~ 10:55 誦句
10:55 ~ 11:00 締め
11:00 終了予定

※各日ごとのプログラムの内容や進行の事情により、終了時間は前後いたします。

※筆記用具(ペン、ノート)を準備してご参加ください。ワーク①②で使用します。

※終了後、原則として毎回、希望者のみを対象に20分のグループディスカッションを行います。

* 週替わり企画枠の2月の予定

※事前予告なく、変更されることがございます。

2月 7日 : 箴言解説 (吉田敏男さん)

2月14日 : 書籍紹介 (芳賀健二郎さん、佐藤文男さん)

2月21日 : Q&H (寒さに鍛える行修会特別企画) ※ワーク①、②は実施しません。

2月28日 : 天風先生 CD 拝聴「信念は人生の羅針盤」後編

《ご留意事項》

・「力の誦句」、「吾らの誓い」の唱和も、「甦りの誦句」同様、
ミュートを解除せず、進行のみが先導に応える方式で行うことといたします。

・各回の「力の誦句」、「吾らの誓い」、笑いと力・勇気・信念のご担当は、
11月から進行が指名させていただく方式を採用しておりますので、
ご協力・ご了承の程、お願いいたします。

皆様のご参加をお待ちしております。

公益財団法人天風会認定東京の会

E-Mail tokyo.tempukai@gmail.com

(オンライン企画 専用窓口)
