

11月・12月のZOOM日曜行修会につきまして

《 開 催 概 要 》

■日 時：毎週日曜日 9:00～11:00前後(予定)

※ 終了後、日曜講習会開催日(11/14, 21, 28)以外の毎回、
希望者のみを対象に20分(12/26は30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。

■テ ー マ：『 行修の日常化 』

■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。

■参加費： 会員 無料 会友・一般 1000円

■参加方法：

- ① 登録されている会員の方には特にお申込みなしで、自動的に
毎月初日前日にご参加のためのURL等を配信いたします。
- ② それ以外の方は、以下のページをご参考に、
ご登録・お申込み・お振込みをお願いいたします。

<https://tempukai-tokyo.com/sundaymeeting>

《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 |
| 10:05 ~ 10:10 | 休憩 |
| 10:10 ~ 10:25 | ワーク *1 |
| 10:25 ~ 10:45 | 週替わり企画 *2 |
| 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。

※11月28日は、一部の行修を天風会館から中継し、朝礼後に天風先生のお墓参りをを行います。

※日曜講習会開催日(11/14, 21, 28)を除き、終了後、希望者のみを対象に、20分(本年最終日の12/26は、30分)のグループディスカッションを行います。

***1 ワークの予定**

※事前予告なく、変更されることがございます。

11月 7日 : セルフチェック

11月14日 : セルフチェック

11月21日 : セルフチェック

11月28日 : なし

12月 5日 : ミニレクチャー+書き出し(クンバハカ法)

12月12日 : ミニレクチャー+書き出し(プラナヤマ法)

12月19日 : ミニレクチャー+書き出し(安定打坐法)

12月26日 : ミニレクチャー+書き出し(養動法)

※セルフチェック

: 本年1月~4月のワークで取り扱いました成功手帳記載事項の30項目についてのセルフチェックを、10項目ずつ、3回に分けて行います。

※ミニレクチャー+書き出し

: 三大密法+養動法につきまして、(そのための時間を特別にとるのではなく、)日常生活の中に自然に取り入れる方法を模索する機会をご提供いたします。講師の方から5分強のミニレクチャーでヒントをいただき、その後、10分弱程、考えを整理し、書き出していただきます。

***2 週替わり企画枠の予定**

※事前予告なく、変更されることがございます。

11月 7日 : 天風先生の音源「日々行修なり」

11月14日 : 天風先生の音源「睡眠について」 1 ~概論~

11月21日 : 天風先生の音源「睡眠について」 2 ~睡眠薬について~

11月28日 : 天風先生の音源「睡眠について」 3 ~夢について~

12月 5日 : 天風先生の音源「睡眠について」 4 ~感応性能について+α~

12月12日 : 箴言解説「叡智の響き 箴言10」 岡野真実さん

12月19日 : 箴言解説「真理の響き 箴言12」 板倉純樹さん

12月26日 : 講師の皆様からのお話し

※ 初回は、テーマに関する天風先生のご講演をお聞きします。

※ 2～5回目は、日常生活に密接に関係する「睡眠」についての天風先生のご講演をお聞きします。「睡眠」を扱った天風先生のお話で現存するものは多くはなく、貴重な内容となるかと存じます。

※ 6～7回目は、テーマに関連した箴言についての行修リーダーによる解説となります。

cf. 叡智の響き 箴言10

「天風教義は是を修行として行つたのではおよそ第二義となる
只一念それを生活行事として行う時完全に第一義的のものとなる」

真理の響き 箴言12

「完全な人生に 生きようと思うならば
先づ 現在の瞬間を 能う限り 価値高く 生きるべし」

※ 最終回は、本年ご指導いただいた講師の皆様のお一人お一人から、数分間ずつ、お話をいただきます。

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)
=====