

夏季坐禅(いす坐禅)体験のお知らせ

檀信徒の皆様におきましては、いつも御法愛頂きありがとうございます。

夏休みに、地元の小学生数名が永林寺の掃除に來たり、坐禅したり、細々と永林寺を利用しての朝活動を、取り組んでおりました。元号が変わり令和になっても細々ですが、永林寺を利用しての活動を広げて取り組んでいこうと思い、今年も坐禅体験といす坐禅体験を企画します。

夏休みを利用して、檀信徒の皆さんにもお知らせをして、坐禅体験を通して、普段の生活のストレス解消や自己の集中力等をつける体得の【第一步】と思い、今年も下記の通りお知らせ致します。

なお、この企画は、当時の小学生が提案して始めたものです。小・中学生に高校生・大人でも、体験行事ですので難しく考えず、どなたが参加して頂いても大丈夫なので、気軽にお越しください。

費用は無料です。当日参加でもOKですが、準備の都合上（最大20名位まで）、前日までに申し込み頂きますと優先したいと思います。

皆様お誘いの上、多数の参加をお待ちしております。

記

| | | | |
|-------------------------------|-------|-----|------------------|
| 第1回 | 7月31日 | (水) | 午前7時から終了まで1時間くらい |
| 第3回 | 8月18日 | (日) | 午後4時30分から6時くらいまで |
| (拝観終了後に行いますので、夕方に拝観後の参加も可能です) | | | |
| 第2回 | 8月21日 | (水) | 午前7時から終了まで1時間くらい |

場 所 永 林 寺 本 堂

開始時間の5分前(初めての方は15分前には、)お越し下さい。
スカートや足を締め付けるようなズボンでの参加はお止め下さい。

詳しい問い合わせは、副住職・公彦まで お気軽にどうぞ！

ここ近年、お問い合わせを頂くことも多くなりました納経の証(御朱印)の自らの帳面に書いて欲しいとの問い合わせですが、本来なら写経を書いて納めていただく証ですが、永林寺では写経会を開催しておりませんので、新規の試みとしまして、この坐禅体験で終了後に般若心経をお唱えしますので、体験参加者には納経帖(御朱印帳)をお持ちいただけたらお書きいたします。