



～心が楽になるお話を 「いす坐禪」の実践～

コロナ禍の中で多くの人々が悩み苦しんでいます。しかし、仏教では「苦樂一如」といい、苦しみがあるからこそ喜びが感じられると説きます。自分自身の考え方を変えることで心が楽になります。コロナ禍でも生きることをプラスと捉えられる仏教のお話をします。

また、いすに座って行う「いす坐禪」を実践します。身体を安定させ、心を集中させて身・息・心の調和を図ることができます。

【日時】 令和2年10月31日(土)

1回目：14:00～15:00 2回目：15:45～16:45

【場所】 热田図書館 集会室

【講師】 川口高裕 (あつた宮宿会・



川口講師

はくちょうさん こう ゆう

白鳥山法持寺副住職・愛知学院大学非常勤講師)

【定員・費用】 22名 無料

【申込】 10月17日(土)11:00～(窓口・電話 先着順)

**【申込・問合せ先】 名古屋市熱田図書館
熱田区神宮三丁目 1-15**

TEL:052-671-6600



【コロナウイルス感染症予防関連の注意事項・お願い】

下記①または②に該当する方は、参加を自粛してくださるようお願いいたします。

- ① 開催当日に発熱等の症状がある場合、感染陽性者又は感染が疑われる人との濃厚接触がある場合
- ② 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国・地域等への渡航並びに当該国・地域の在住者と濃厚接触がある場合

※万一に備えて、感染者が発生した場合に参加者全員に連絡ができるよう、当日の参加者名簿を作成し、

熱田図書館で1か月間保管します。保健センターの感染追跡調査が行われる場合にはご協力ください。