



名古屋坐禅会 in 本誓院

日時： 2016年10月15日(土曜) 午後1時～6時

内容： ● 青空の法話 青空が言葉となってこの世界に顯れる

● 青空の瞑想 ワンダルマ・メソッド(現在アップデート中！)

((青空へのフォーカシング+お腹のアナパナサティ+微細な感覚の瞑想+慈悲の瞑想+鼻の入り口のアナパナサティ青空からのヴィパッサナー))

西山浄土宗の愛知県尾張北部の中心曼陀羅寺の塔頭である本誓院。その慈悲のエネルギーが境内に漲っているなかで、身体の微細な感覚を感じることで、シンキング・マインドが手放され、慈悲とマインドフルネスが自然と備わった「青空の次元」が自分のなかにひろがってゆきます。

定員： 大きな会場ですので、定員はありません。お友達やご家族と一緒においでください。

会場： 西山浄土宗 本誓院(犬塚純英住職)

住所： 〒 483-8336 愛知県江南市前飛保町寺町202

電話： 0587-55-5360

アクセス： 名鉄犬山線 江南駅からバス 曼陀羅寺下車 徒歩5分

名鉄名古屋駅発 江南駅着

11:11 → 11:33 (準急・新可児行き)

11:22 → 11:40 (快速特急・新鵜沼行)

11:29 → 11:50 (急行・新鵜沼行)

11:41 → 12:03 (準急・新可児行)

11:52 → 12:10 (快速特急・新鵜沼行)

江南駅からのバスの情報です。

車の場合は、本誓院と曼陀羅寺に駐車場あります。

地図： [グーグル地図](#)をご覧ください



バス停からの地図です。「曼陀羅寺」バス停を降りて、進行方向に向かって歩き、最初の角を、左折してしばらく進むと、最初の右手のお寺が本誓院です。

差定:

- 12:00 pm お弁当、散策(曼陀羅寺公園)
- 01:00 pm 受付・オリエンテーション(本誓院本堂)
- 01:15 pm 三帰依・五戒
- 青空の法話
- 02:45 pm 休憩
- 03:00 pm ウォーキングメディテーション(曼陀羅寺公園)
- 03:50 pm 青空の瞑想
- (微細な感覚の瞑想+慈悲の瞑想+アナパナ・サティなど)
- 05:20 pm 質疑応答
- 06:00 pm 茶話会(時間の余裕のある希望者のみ)
- 07:00 pm 終了

参加費: お布施を浄財箱へおいれください。

問い合わせ・申し込み: 一法庵まで[メール](#)か[電話](#)で願います。本誓院ではなく。

7月に行われた坐禅会の様子





(曼陀羅寺公園でのウォーキングメディテーション)



(本誓院の庭)



(本誓院本堂 坐禅会会場)



左が本誓院住職の犬塚純英さん 右がスタッフをしてくださる仙石真弓さん



隣の曼陀羅寺公園。ここでウォーキングメディテーションをします。