

# 能舞台上で

# ゆる

# ると

# 坐 禅

週半ばに一息を



※当日警策はございません。

## 日時

令和5年 2月22日 3月1日、15日、22日 (いずれも水曜日)  
18:30～19:30

## 会場

ハピリンホール 能舞台上  
福井市中央1-2-1 ハピリン3F

## 内容

テーマ:「呼吸」※当日時間の変動がある場合がございます。  
18:30～19:00 お話(法話/座禅について)・呼吸禅・歩行禅  
19:00～19:05 休憩(足袋履き替え)  
19:05～19:30 能舞台上にて座禅

## 定員

参加費

各部20名  
1,500円/回(税込)

## 準備物

足袋  
※靴下は不可、座布団の上で足袋を脱ぐのは可能  
※お持ちでない場合は受付にて600円で販売いたします。  
※座禅のしやすい服装でご参加ください。

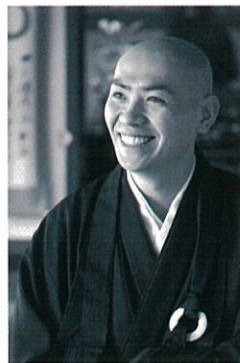
## お申込

右記QRからお願いします。



## 講師

臨済宗妙心寺派 萬松山 大安禅寺  
副住職 高橋 玄峰 和尚



昭和57年7月24日生まれ。平成17年京都大本山妙心寺専門道場に掛塔。修行後、平成21年5月に大安禅寺副住職に就任。また更なる活動の場を広める為、平成22年4月同派滋賀北陸教区青年僧の会を発足、平成26年6月には大本山妙心寺派布教師適任証を授かる。現在は、「仏教」や「禅」をもっと身近に感じてもらえるようにと、県内外問わず法話や坐禅、また様々なイベントを企画しそれらを通して青少年育成や地域活性化の為、日々精力的に布教活動を行っている。

## 【坐禅の仕方】 - YouTube

玄峰和尚と一緒に坐りましょう。  
ご参加の前にご覧ください。



## 参加にあたってのお願い

- ・マスクの着用と手指の消毒をお願いいたします。
- ・発熱や咳、倦怠感等の症状のある方、周囲でコロナウイルスの感染が疑われる方は参加をお控えください。
- ・新型コロナウイルスの感染状況によっては、延期または中止となる場合がございますので予めご了承ください。

主催: 福井市、まちづくり福井株式会社  
問合せ: まちづくり福井株式会社 TEL0776-30-0330(平日のみ)