

第82回 絆あんしんイベントのご報告

2026年7月28日（火）日本典礼西新井会館にて、
絆あんしんイベント
「坐禅体験！」



「坐禅体験！」
開催！

坐禅体験では、静かな空間の中で姿勢を整え、呼吸を意識しながら心を落ち着かせる時間を過ごしました。住職から坐禅の作法や心構えについて説明を受けた後、実際に坐禅を行い、普段の生活ではなかなか味わうことのできない穏やかな時間を体験しました。最初は慣れない姿勢や雑念に戸惑う場面もありましたが、次第に気持ちが落ち着き、自分自身と向き合う貴重な機会となりました。参加された一般の方々も真剣に取り組まれており、静寂の中で心を整える時間の大切さを感じられる体験となりました。

次回 第83回 絆あんしんイベント
「キューピーマヨネーズ」
8月26日（水）13時～
日本典礼西新井会館にて
「マヨネーズについて」を開催します