天満静坐聞法会

静坐とは、腰をしっかり立てて、鼻から静かに長く息を吐き
丹田（下腹）に力を入れる姿勢呼吸法です。6時半から静坐を30～40分いたします。
座蒲団使用と、椅子使用どちらでもご自由です。丁寧に仕方をお伝えいたします。

その後聞法会（もんぽうかい）と申して仏教の法話を静かに聴聞する会をいたします。

宗教・宗派に関係なく広く開かれています会ですので
皆様のご参加を心からお待ちしております。

名倉　幹（なくらみき） ニューヨーク在住

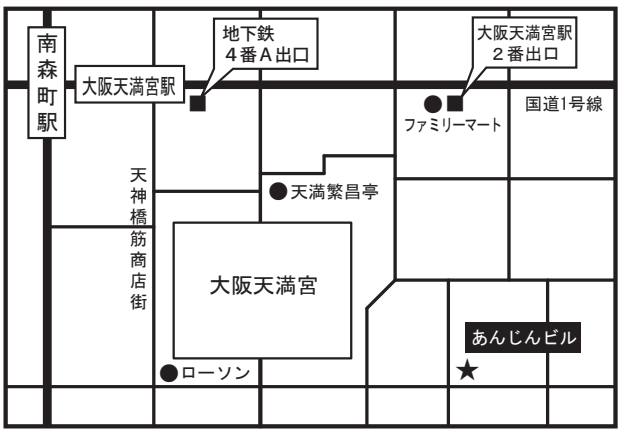
浄土真宗大谷派　東本願寺　北米開教使僧侶
NPO 自殺防止ネットワーク『風』相談員
電話：090-3278-5687（日本滞在時）

日　時　平成26年 8月26日（火）18:30～21:00

場　所　ろふとほうる　ザンマイムイ（マイルドスクエア）
大阪市北区天満4-16-5　あんじんビル4階
http://www.mild-square.com/

参加費　なし（お布施自由）
終了後、懇親会します。
ご参加はご自由でございます。

予　約　お名前、ご連絡先をご記入の上
下記までお申し込みください。
懇親会ご参加の方は必ずご連絡ください。
info@mild-square.com（メール）
06－6355－5124（FAX）



ＪＲ東西線　　「大阪天満宮」２番出口徒歩３分
地下鉄谷町線・堺筋線「南森町」４番Ａ出口徒歩５分
あんじんビルの旗がはためいている黄色い建物です