

第17回 あんしんセミナー

IN 福島市山口
「安洞院」

今回のセミナーでは、45名の参加をいただき、盛会裏に終了いたしました。会員の方以外にも、お知り合いや友人等の一般の方々もご参加いただきました。

講師:曹洞宗 香澤山安洞院 横山俊顕住職

セミナーⅠ「和の香りでリラックス…お香ブレンド体験」



セミナーⅠの様子

セミナーⅠでは、お香の歴史や効能を学んだ後、実際に複数の原料を調合してオリジナルのお香を作りました。自分で作ったオリジナルのお香は、自宅に飾れるように川俣シルクの飾り布で包み、相馬焼のお香皿とセットで持ち帰りました。



完成したオリジナルのお香

セミナーⅡ「いす坐禅とブツタの言葉を味わう」

セミナーⅡでは、ブツタの言葉に触れながら、坐禅を体験しました。

膝や腰が痛い方でもできる「いす坐禅」も行い、参加者は心と体を調えました。



セミナーⅡの様子



セミナーに参加した皆さん