

# 坐禅会

## ～洗心～

お寺で平静な時間を過ごしてはいかがでしょうか。  
どなたでもご参加できます。

令和4年	10月23日(日)	8時～9時
	11月27日(日)	8時～9時
	12月11日(日)	8時～9時

- 【場所】 加古川市平岡町新在家 900 横蔵寺 TEL 079-424-0345  
本堂において行います(初めてのの方は開始15分前にはお越し下さい)
- 【服装】 トレーニングウェアやジャージ。  
体を締め付けないリラックスできるもの。
- 【参加費】 300円
- 【内容】 約40分坐り、般若心経をお唱えし終了です。  
長時間足を組めない方は、椅子を用いた坐禅もあります。

