

# 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5年

3月5日(日) 8時～9時  
檀務のため休会になります。

- 【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。

