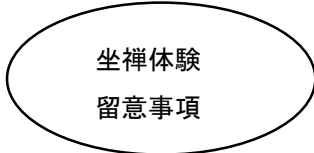


# 坐禅体験申込書

坐禅体験をいたしたく、下記の通り申し込みます。

【坐禅体験申込団体の下記の項目についてお知らせください】

|           |                 |             |
|-----------|-----------------|-------------|
| 貴団体名      |                 |             |
| 希望実施年月日   | 令和 年 月 日        |             |
| 実施希望時間    | 時 分 ~ 時 分まで     |             |
| 参加人数      | 男性( )名 女性( )名   |             |
| イス坐禅希望の有無 | *希望無し *希望有り( )名 |             |
| 責任者       | お名前             |             |
|           | ご住所             | (〒 - )      |
|           | 電話番号            | ( )-( )-( ) |
|           | Eメールアドレス        | @           |



- ・10~30名までのグループの参加でお願い申し上げます。
- ・筆記用具をご持参ください。
- ・素足で坐禅をしますので、“靴下が脱ぎやすい”“ゆったりした”服装が望ましいです。
- ・女性でスカート着用の場合は、ロングスカートが望ましいです。
- ・基本コースの時間が原則ですが、時間等についてはご相談に応じます。

| コース種類 | ガイダンス<br>(挨拶・説明) | 坐禅<br>(1 炷目) | きんひん<br>経行*1 | 坐禅<br>(2 炷目) | 移動<br>(坐禅堂往復) | 法話*2 | 茶話会 |
|-------|------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------|-----|
| 基本コース | 30分              | 20分          | 5分           | 15分          | 10分           | 30分  | 10分 |
| 任意コース | 分                | 分            | 分            | 分            | 分             | 分    | 分   |

\*1 / 歩く坐禅(堂内をゆっくり歩く) \*2 / 龍泉院住職・椎名老師または参禅会会員による

※龍泉院参禅会記入欄 【実施日時:令和 年 月 日 時 分~ 時 分】

