5月23日（金）第３回「禅の知恵と古典に学ぶ人間学勉強会」開催

5月23日（金） 第3回 禅と知恵と古典に学ぶ人間学勉強会

時間に追われ、職場の人間関係で摩耗する神経･･･ストレス社会と言われる現在。誰もが何らかの悩みを抱えているのではないでしょうか。
この講座では、そんなストレス社会の中で自身が心穏やかに過ごせるコツを探っていきます。

誰でもできるイス禅の実習と、東洋の古典的な名著などから人間学を勉強する勉強会です。
1日10分の禅的瞑想法を取り入れることで、社会人としての器を広げる、本質を見抜く直観力、判断力、集中力のアップを図ります。

ビジネスパーソンの他、主婦の方や学生、人生の先輩方･･･と老若男女幅広く集まっています。
初めての方も大歓迎。お気軽にご参加ください。

詳細はこちら
http://p.tl/LNYu

●日時：2014年5月23日（金） 19時～21時（会場は18時30分から）
●会場：ふれあい会館
〒101-0025 千代田区神田須田町2-17
●会費：社会人1,000円（学生無料）
●【対象（参加条件）】 どなたでも参加できます。
※勉強会後、懇親会があります。
近くの居酒屋で開催予定で実費分のみお願いしております（2～3千円程度）になります。

■お申し込みフォーム
HP http://www.utok.jp/contact/
facebook https://www.facebook.com/events/1470496286500832/

[開催内容]:
（１）潜在意識を活性化すると、あなたが変わる！
・「瞑想」が心に効く理由（心を豊かにする）

（２）１分間３回の呼吸で心身を調える「あうん呼吸法」（１分禅）

（３）直観力をみがく禅的瞑想法「イス禅」と「立禅（りつぜん）」
・「イス禅」の３ステップ法「調身」「調息」「調心」
・どこでもできる「立禅（りつぜん）」のやり方

（４）元気になる「禅」の話
・誰もが素晴らしい「宝物」を心の中に持っている

２０１４年４月22日第２回開催時の様子は下記からご確認できます。
http://www.utok.jp/2014%E5%B9%B44%E6%9C%8822%E6%97%A5%E3%80%8C%E7%A6%85%E3%81%AE%E7%9F%A5%E6%81%B5%E3%81%A8%E5%8F%A4%E5%85%B8%E3%81%AB%E5%AD%A6%E3%81%B6%E4%BA%BA%E9%96%93%E5%AD%A6%E5%8B%89%E5%BC%B7%E4%BC%9A%EF%BC%882/

【講師】
有徳経営研究所株式会社 代表取締役 公認会計士 笠倉 健司

【講師経歴】
早稲田大学政治経済学部入学、第二文学部に転入学。
臨済禅の修行に打ち込み禅歴30年、人間禅道場居士。1987年早稲田卒後、高校国語課講師を務める。
1992年、31歳で公認会計士試験に合格。あずさ監査法人で上場企業の監査、株式公開、Ｍ＆Ａなど財務

、会計の第一線で活躍する。
2008年にアーク監査法人パートナーに就任。
2010年、有徳経営研究所㈱を設立。顧問先の経営アドバイザー、日本人の心の歴史の研究の傍らセミナー講師としてメガバンク系コンサル企業や各地の商工会議所で活躍。

【お問い合わせ先】

（注）有徳経営研究所という名前は、日本的な徳のある経営を担う人間力の高い人材を教育する方法を

研究し、社会に伝えていきたいという意味で名付けたものです。
〒107-0062
東京都港区南青山2-2-15-1403
TEL 03-4590-1538
FAX 03-6893-3931
MAIL press@utok.jp

Generated by ぷれりりプレスリリース
https://www.prerele.com