

安養寺瞑想実践会

One Day Retreat のご感想をお寄せ下さい

- ◇ One Day Retreat はいかがでしたでしょうか？この場をより良いものにするため、ご感想を受け賜り、今後の参考にさせていただきたく存じます。ご協力をよろしくお願いいたします。

今日はありがとうございました。久々に現世に降りて素晴らしい気づきがありました。

また、道中も自分の保養、心落ち着かせることができると感じました。

自宅での瞑想についての話、参加者の感想も大変参考になりました。

締め付けは、色々気づきがありました。

12月ばかりで、進められ方には生かして、しんどい時期から春から

異変が起きても楽にしたい。瞑想で^{心から}断念したい。自分のペースで

ゆっくり進めたいという気持ちも大丈夫だと感じました。

気づきや学びがいろいろあるのは有り難いことだと感じました。

この辺りはあくせくと進めたい（進めたいは見たいから進めたい、進め

たいと考える。瞑想可能なものはとても大切なことだと感じました。

(年齢/50代 性別/男・女)

- ◇ 上記のご感想を公式ホームページやブログなどに掲載させていただきますか？ (YES・NO) ございました。

医王山安養寺 〒671-4232 兵庫県宍粟市波賀町齋木 588

TEL: 0790-75-2044 E-mail: anyojisangha@gmail.com