

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。

3度目の参加で、内容がガラッと大きく変わるわけではないけれど、その日その時の自分の状況などで気付けることが都度様々にあり、やはりこちらのお寺で直に参加させていただけることが私にはとてもありがたい経験です。

まだ初心者なので、深い瞑想にはなれないけれど、小さな気付きがあることにとても嬉しく思います。とても心地の良い時間を過ごせることに感謝でいっぱいです。まだまだご指導を頂きたいので、8週間プログラムも視野に入れてみようと思います。

(年齢/40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)
ご協力ありがとうございました。

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