



あなたも 体験してみませんか

ミャンマー瞑想法

講師

ミャンマー尼僧

サッチャー女史

(京都大学でアジアの宗教を研究中)

ミャンマー仏教に伝わる瞑想法（ヴィパッサナー）
仏陀が弟子たちに直接伝授したものが現代に！
体調調整に、ストレス、頭脳明晰に効果が！！



ミャンマーでの瞑想の光景

写真 上・左ともに

今回は、椅子を使用します。

主催：ミャンマー関西

日時：2月25日（日）午後2時～3時30分

場所：神戸生活創造センター・セミナー室

〒650-0044 神戸市中央区東川崎町1-1-3

神戸クリスタルタワー5階

TEL:078-360-8530（当日会場の連絡先）

参加 500円

定員：15名程度

対象：一般（どなたでも）

連絡先：神戸市須磨区大田町7-3-22
myanmarkansai2015@gmail.com

