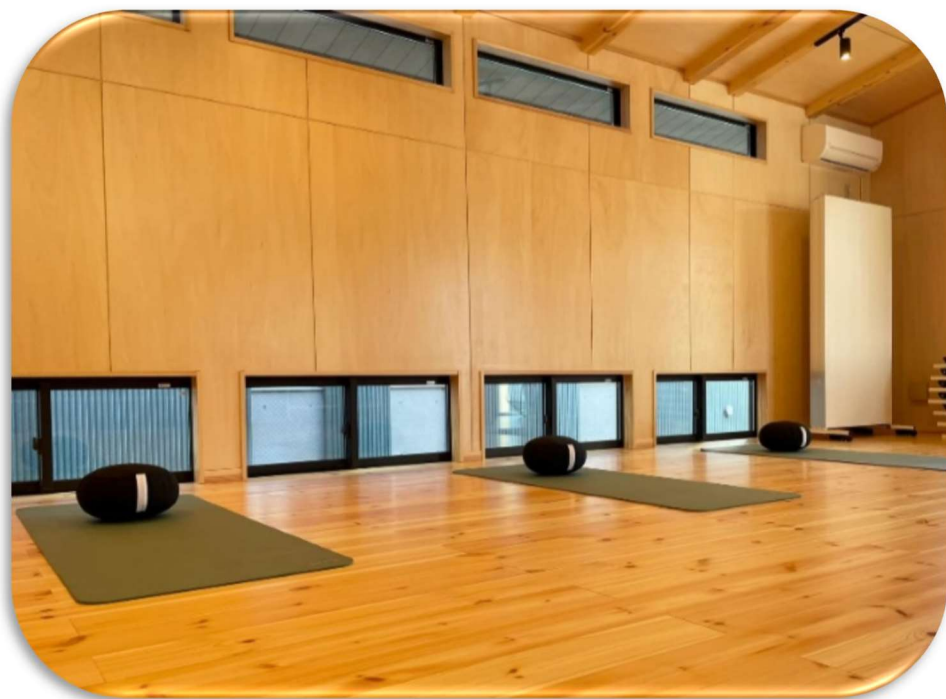


# 座 禅

## 「とらわれないこと」



私たちの日常生活には、  
いつも多くの情報があふれ、  
それらにとらわれてしまいがちです  
大切なのは、  
**「とわられず流すこと」** です

毎週土曜日 8:00~9:00 参加費 1回 500円