



どんな境遇でも 自分らしく活きる

理想を実現するための6つのステップ

社会情勢の急変・天変地異・戦争……等々、極めて不透明な世界ですが、だからこそ自分らしく活きることが大切です。モヤモヤした不安な気持ちで生きるのと、内なる無限の力を発揮して力強く活きていくのとではどちらがよいでしょうか。一日一日、理想に向けて邁進できたら、どんなによいでしょうか。今回の夏期修練会・東京会場では6つのステップを踏んで、理想を実現できる自己を作り上げていきます。世界がどうあろうとも、境遇がどうあろうとも、あなたの人生はきっと素晴らしいものになることでしょう。



2024年度夏期修練会 理想実現コース

プログラム

^初8月10日⊕

^最8月13日×

	□OFIUH	昔○月11日②	廿〇月1∠日億	昔〇月1つ日火
		(開館8:00)	(開館8:00)	(開館8:00)
8:45	受付	戸外実習	戸外実習	戸外実習
		9:00 朝礼	9:00 朝礼	9:00 朝礼
5		9:20 (大久保)	9:20 (大久保)	9:20 (大久保)
77		移動・休憩	移動・休憩	移動・休憩
	開会式	9:35 誦句/安定打坐	9:35 誦句/安定打坐	9:35 誦句/安定打坐
9:50		(+10.00)	(京海)	
9:50	【講話/実習】	10:00 (吉田) 10:00 (誦句と瞑想3)	10:00 (髙瀬) 10:00 【誦句と瞑想4】	10:00 (岸本) 10:00 (誦句と瞑想5]
	修練会の意義・目的 養動法・安定打坐法	信念の誦句	10:00 (調可と映思47	10:00
	食動法・女足打主法	1日ぶり 開り		理想の誦句
10:40	(木村)			
10.40	休憩	10:50 (伊藤)	10:50 (高畠)	10:50
10:50	【誦句と瞑想1】	休憩	休憩	休憩
	力の誦句	11:00 安定打坐	11:00 安定打坐	11:00 安定打坐
	人間本質自覚の誦句	11:10【実験】	11:10【実験】	11:10【実験】
		吊るし玉	はし切り	竹切り
11:40	(岸本)	11:40 (佐藤)		
11:40	ひとりマッサージ	11:40 ひとりマッサージ	11:50 (佐藤)	
11:55		11:55	11:50 ひとりマッサージ	
			12:05	12:10 (佐藤)
-			·	12:10 ひとりマッサージ
	昼食・休憩	昼食・休憩		12:25
Ē.			昼食・休憩	
	1			
	安定打坐	12:55 【講話】 天風先生が我々弟子たちに	10.00	昼食・休憩
13:15		伝えたかったこと	13:05 安定打坐	
13:15	【誦句と瞑想2】 思考作用の誦句	13:25 (大久保) 13:25 安定打坐	13:25 (山下) (山下) 13:25 精神機能訓練	12.25
	大偈の辞	13:45 (山下)	13:25 有种機能訓練	13:25 安定打坐 13:45 (山下)
		13:45 精神機能訓練		13:45 精神機能訓練
14:05	 (鷹野)	13.73 作用中小及用后的用床		13.73 7月1下4% 16の
11.03	休憩			
14:15	安定打坐		14:25 (吉田)	
	【実験】		移動・休憩	
7	腕曲げ/指輪	14:45 (吉田)	14:40【実習】	14:45 (吉田)
	重い・軽い	移動・休憩	呼吸法・運動法	休憩
15:05	(佐藤)	15:00【実習】		14:55 安定打坐
	移動・休憩	呼吸法・運動法		15:05【誦句と瞑想6】
15:20	【実習】		戸外(伊藤)	一念不動の誦句
	呼吸法・運動法		15:40 室内 (山下)	
		戸外 (伊藤)	15:40 終礼	1
		16:00 室内(山下)	15:50 終了	15:55 (山田)
16.33		16:00 終礼		休憩
16:20 16:20		16:10 終了		16:05 閉会式
16:20				
16:30		班	A	16:35 終了
F			ム 別程度班会の時間を設けます。	10.00
17.0	00~18:30 懇親会)班長会にて決定いたします。	

所属の班の班会日程は初日の班長会にて決定いたします。 事情によプログラム変更の あらかじめご了承ください。

理想を実現するための6つのステップ

Step I 自分の中にある無限の力を自覚する

Step2 宇宙の法則を知り、自然の力に順応する

Step3 人生の羅針盤となる信念を育む

Step4 消極心を撃退し、勇気を煥発する

Step5 想像の作用を応用し、気高い理想を作り上げる

Step6 不動心を確立し、さらに信念を強固にする

理想の実現を可能にするオリジナルプログラム

- 1. 誦句と瞑想……中村天風の密法である「安定打坐法」を行った状態で、真理の言葉の注入を受けることにより、人間の生命に与えられている法則を自悟・自覚していきます。今回は、6つのステップを踏んで「理想を実現できる自分を作り上げる」ことを主眼として行います。そして、これにより「どんな境遇でも自分らしく活きられる」ように、自己を確立していきます。
- 2. 実験……「割り箸をこよりで切る」「竹を木刀で切る」等の様々な実習を通して、大自然の法則、力の法則、思考の作用等を、実際に身体を使って体感していただきます。ご自身の中の力を自覚し、自然の力に順応する方法を体得していただくことにより、理想の実現のために望ましい心身の状態を常に保ち、より良く生活することができるようにしていきます。
- 3. 精神機能訓練……言語・表情・身振り等を介さずに思いを伝える「テレパシー」能力がご自身の中にあることを確認し、磨いていただきます。この能力は本来誰にでもありながら文明化の過程で衰えたもので、訓練することで復活させることができます。これにより、家族関係・人間関係を良くしたり、危険を回避したりすることが期待でき、理想を実現するための極めて頼もしいツールとなりえます。
- 4. 呼吸法・運動法……中村天風創見の錬身法により宇宙に遍満存在する「いのちのエネルギー」を分量多く取り入れて、理想の実現を可能にする活力に溢れた身体を作り上げていきます。具体的に期待できる効果は、呼吸機能が旺盛になる、血液の状態が良好になる、自然治癒力が高まる、普段使われない裏筋肉が鍛えられる、気力が充実し精神・身体が活発になる等、多岐にわたります。

担当講師



●参加要領

◎定員 150名(全席椅子席)

◎参加費(昼食代含む)※下記参加費は修練会開始時点でその区分条件を満たしている方にのみ適用となります。

区分	参加費			
参加費	88,000円			
参加費(大学生·専門学校生·高校生)	33,000円			
参加費(中学生以下)	16,500円			
中村天風財団賛助会員の方は以下の金額となります。				
賛助会員(個人賛助会員·法人賛助会員·特別賛助会員)	44,000円			
初年度賛助会員	70,400円			
学生賛助会員(大学生·専門学校生·高校生)	17,600円			
学生賛助会員(中学生以下)	11,000円			
特別功労賛助会員	12,000円			

」の長め云真 12,000円 未就学児の参加については、事務局にご一報のうえご相談ください。

★割引特典1

本コースへご参加の方は9月13日~16日に開催される夏期 修練会 [幸福実感コース] の参加費が10,000円割引とな ります。詳しくは本コースご参加の方へご案内いたします。 ★割引特典2

ご家族でご参加は2人目の方より5,000円割引いたします。

割引特典のご利用は、ご本人によるお申し出が必要です。

※上記割引は学生・特別功労賛助会員、中学生以下の参加者は適 用いたしません。

中村天風財団公式ウェブ

サイトへはこちらからどうぞ 📵

◎参加申込方法

★定員は150名です。お早目のお申込みをお願いいたします。

事務局まで下記のいずれかの方法にて事前にお申込みをお願いいたします。

○郵便振替用紙

夏期修練会専用の郵便振替用紙ににてご入金ください。

○銀行振込・クレジット決済(Peatixでの決済となります)

中村天風財団公式ウェブサイトよりお申込みください。

案内に従い参加費をお支払いください。

(クレジット決済は中村天風財団事務局窓口でも承ります。)

- ※事前のお申込がなされていない場合、ご参加を受け付けることができません。あらかじめご了承ください。
- ※ご入金確認後、受付票を郵送いたします。
- ※夏期修練会は名簿・名札を作成いたします。参加者の氏名・都道府県まで掲載した名簿・名札を配布します。 (住所・電話番号は掲載いたしません。)

◎申込締切日とキャンセル料

締切日は8月1日(木)17時です。

ご参加を取り消された場合はキャンセル料を申し受けます。ご返金にかかる振込手数料はご負担いただきます。 キャンセル料

8月1日(木)17時より前日17時まで……10% 前日17時以降…………100% (クレジット決済の方も銀行口座へのご返金となります。)

●携行品

主催

★体操のできる服装 ★運動靴 ★汗拭きタオル ★筆記用具 ★誦句集(黒)

必要な方はお持ちください……★羽織もの(冷房対策)

マスクの着用については参加者個人でご判断ください。

※更衣室はございます。施錠はいたしませんので貴重品は各自で管理をお願いいたします。 昼のお弁当付きです。

●会場へのご案内

天風会館(東京都文京区大塚5-40-8)

東京メトロ有楽町線「護国寺」駅2番出口直通

(1番出口を出て右側の建物です。)

※会場には駐車場はございません。

(会館裏手に民間の時間貸し駐車場はございます。) 宿泊施設はございません。各自でご手配ください。

状況により感染症拡大への対策をお願いする事があります。 事情により予定されたプログラムより変更する可能性がございます。 修練会とは・・・中村天風自らの体験を基に研究し創りあげた方法により、 自己を確立して生きる力を甦らせる、最重要と位置付けられる行事です。数 日間集中的に心身統一法を学ぶことにより自身に内在する力を充実させること ができ、「修練会に参加して初めて天風教義の真髄に迫ることができる」と も言われています。

初心者・未参加の方には、特にご参加をお勧めいたします。

夏期修練会[幸福実感コース]は 9月13日(金)~16日(月·祝)の開催です。

連続参加の方は 10,000円割引!

₹112-0012

中村天風財団 東京都文京区大塚5-40-8

(公益財団法人天風会) Tel:03-3943-1601 Mail:info@tempukai.or.jp

