

令和8年度(2026年度)
夏期修練会[東京会場]9月コース

参加要領

◆定員 150名(全席椅子席)

◆参加費(昼食代含む) ※修練会開始時点での区分の参加費となります。

区分	参加費
一般・会友	78,000円
高校生以上25歳以下の学生	30,000円
中学生以下	15,000円

中村天風財団賛助会員の方は以下の金額となります。

区分	参加費
賛助会員(個人賛助会員・法人賛助会員・特別賛助会員)	39,000円
初年度賛助会員	62,400円
学生賛助会員	15,600円
学生賛助会員(中学生以下)	10,000円
特別功労賛助会員	9,000円

※未就学児の参加については、事務局へご相談ください。

割引特典1

東京会場8・9月連続ご参加の方は9月開催分が参加費が9,000円割引(39,000円→30,000円)となります。割引コードは8月コース参加受付票にてご案内しております。

割引特典2

ご家族でご参加は2人目より5,000円割引いたします。

※割引特典のご利用は、ご本人による申し出が必要です。

※上記割引は特別功労賛助会員、学生の参加者は除きます。

懇親会は有料です!

2日目の懇親会へのご参加は任意です。

ご参加の方は別途1,000円の参加費を頂戴いたします。

○郵便振替・銀行振込の方

参加費ご入金の際に1,000円プラスしてください。

○クレジット(Peatix)決済の方

懇親会付のチケットを購入してください。

修練会のプロローグ「我とは何ぞや」をぜひお聞きください。8月1日より財団公式Webサイトにて受付開始です。担当は萩原いづみ講師(8月)・國分博継講師(9月)です。

諸事情により予定されたプログラムを変更する可能性があります。

宿泊施設は各自でご手配ください

混雑が予想されるためお早目の確保をおすすめします。

◆参加申し込み方法

お早目のお申込みをお願いいたします。

締切後のお申込はできません。

下記いずれかの方法にて事前にお申込みください。

○郵便振替用紙

夏期修練会専用の郵便振替用紙にてご入金ください。

○銀行振込・クレジット(Peatix)決済

中村天風財団公式Webサイトよりお申し込みください。

※現金支払い・クレジット決済は財団事務局窓口でも承ります。

※事前のお申込みがなされていない場合、ご参加いただけません。

※ご入金の確認ができ次第、お申し込みの完了となります。

※参加受付票を郵便またはメールにてお送りします。

※夏期修練会は参加者の氏名・都道府県まで掲載した名簿・名札を作成します。(名簿は全員に配布いたします。)

◆申込締切日とキャンセル料

○締切日は9月10日(木)17時です。

この時間以降のご入金についてはご参加いただけません。

○キャンセル料

ご参加の取り消し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。

9月10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

・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)

冷房対策として、羽織ものなど各自ご準備ください。

靴下を着用してください。

※更衣室はございます。施設はいたしませんので、貴重品は各自で管理してください。

※昼のお弁当付き



『天風誦句集』
はこちらからお買い
求めいただけます。

◆会場のご案内

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。)

なお会期中は開館時刻までご入館いただけません。

開館時刻以降にご来館ください。

※天風会館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。



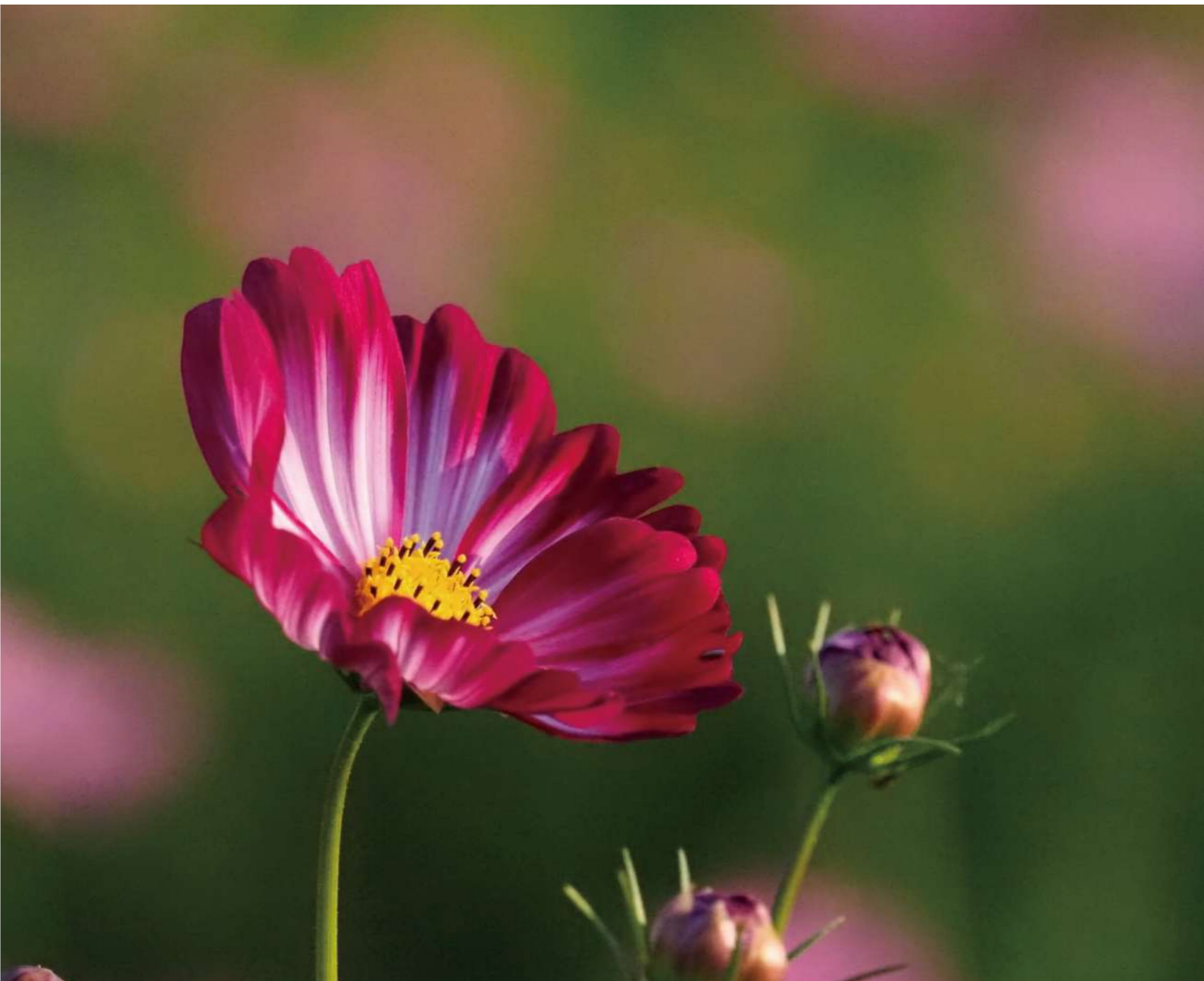
2026
9.20(SUN) - 22(TUE)

東京・天風会館

主催:中村天風財団

夏期 修練会 (東京会場)

令和8年
(2026年)
9月コース



プログラム

9月20日(日) 初日

(開館9:00)	
9:00	受付開始
10:00	
	開会式 ③0
休憩	
10:40	【実習】 養動法・安定打坐法 ③0 (安倍)
11:10	【講義】 力の法則 ⑤0 (佐藤)
12:00	ひとりマッサージ ①5
昼食・休憩	
13:15	【実習】安定打坐法 ②0 (萩原)
13:35	【真理瞑想1】 信念の誦句 ⑤0 (吉田)
休憩	
14:35	精神能力の 開発と訓練① ⑤0 (難波)
移動・休憩	
15:40	【実習】 呼吸法・運動法 ⑥0 戸外(安倍) 室内(石川)
16:40	終礼 ①0 (終了16:50)

17:00～18:00
班会

PROGRAM

9月21日(月・祝) 2日目

(開館8:00) 戸外実習	
9:00	朝礼 ②0 (山田)
移動・休憩	
9:35	誦句／安定打坐法 ③0
10:05	【真理瞑想2】 坐右箴言 ⑤0 (村里)
休憩	
11:05	【実験】① 腕曲げ／指輪 重い・軽い／吊るし玉 ⑤0 (高島)
11:55	ひとりマッサージ ①5
昼食・休憩	
13:10	【実習】安定打坐法 ②0 (萩原)
13:30	【実験】② はし切り ④5 (高島)
休憩	
14:25	精神能力の 開発と訓練② ⑥0 (難波)
移動・休憩	
15:40	【実習】 呼吸法・運動法 ⑥0 戸外(安倍) 室内(石川)
16:40	終礼 ①0 (終了16:50)

17:20～18:50
懇親会

9月22日(火・祝) 最終日

(開館8:00) 戸外実習	
9:00	朝礼 ②0 (山田)
移動・休憩	
9:35	誦句／安定打坐法 ③0
10:05	【真理瞑想3】 勇気の誦句 不幸福撃退の誦句 ⑤0 (國分)
休憩	
11:05	【実験】③ 竹切り ⑥0 (高島)
12:05	ひとりマッサージ ①5
昼食・休憩	
13:20	精神能力の 開発と訓練③ ⑥0 (難波)
休憩	
14:30	【実習】安定打坐法 ②0 (萩原)
14:50	【真理瞑想4】 理想の誦句 想像力の誦句 ⑤0 (山田)
休憩	
15:50	閉会式 ③0 (終了16:20)

重要 懇親会のご参加は任意です。
参加費は別途有料1,000円となります。
修練会申込時に参加費と同時にご入金ください。

いかなる場合にも 心に喜びを感じしめて生きる

「人間をつくり上げた」、そう思っても不安や消極が押し寄せます。その時どう対処すればいいのでしょうか？
「努力する」「切替える」「先ずやってみる」「未来を描く」—— 巷にあふれるこれらの言葉の真の意味を天風哲学で紐解きます。〈日常をどう生きるか〉この修練会に参加することで、正しい人生建設を現実化していきましょう！

● 真理瞑想 ●

安定打坐法で雑念妄念を取り去った状態で、中村天風が悟った宇宙真理（宇宙観、生命観、人生観）を自悟・自覚する。

● 精神能力の開発と訓練 ●

天風哲学の真髄“インスピレーション”を実感する。「頭上法」「物取り」「歩き」と段階を踏むことで、最高度の心の機能を開発し訓練する。

● 実験 ●

自分の中に、普段気付かない“力”があることを実感する。3日間を通し心の思いひとつで驚くほどの力が発揮されることを経験する。

● 呼吸法・運動法 ●

「呼吸操練」「統一式運動法」「積極体操」の3つの運動法を身に付けて心身を活性化する。
2日目・最終日の朝礼前の時間は自由参加の練習時間となっている。

100年続く中村天風創見の 特別プログラム

● 安定打坐法 ●

何事にも捉われない純粋無垢な生まれたての心にリセットし、命の中にある無限の力を自覚する。3日間真理瞑想の前に天風式座禅法である安定打坐法をおこなう。

● 【講義】力の法則 ●

天風による命の言葉である誦句集より「力の誦句」「思考作用の誦句」を解説する修練会のイントロダクション。

令和8年度（2026年度） 夏期修練会 [東京会場] 9月コース 担当講師



安倍敏明



石川辰義



國分博継



佐藤昭明



高島達美



難波和広



萩原いづみ



村里泰由



山田真次



吉田章人