

# 円覚寺 坐禅会案内

円覚寺には「居士林」という在家修行者の為の歴史のある修行道場があります。専門的な坐禅会の他に、下記のとおり初心者が参加しやすい坐禅会もあります。  
居士林の土日坐禅会への入門は、原則として下記の土曜坐禅会経験者からの受付のみになりました。

〔坐禅会参加に際して服装等の注意〕 トレーナー・ジャージ・スウェット等、体を締め付けない衣類  
年末年始の開催は電話等で確認のこと 夏期 肌着・短パンだけの着用不可  
冬期 厚手の上着（セーター）等の着用不可

**日曜説教坐禅会** (会場：大方丈) 毎月 第2・第4日曜日 初心者向き  
参加随意（予約不要） 費用は無料 7月の第4日曜の開催は無し  
法話 午前 9：00～10：00  
坐禅 午前10：00～11：00（自由参加） 必ず法話から参加すること

**暁天坐禅会** (会場：仏殿) 初心者向き  
年間無休（但し1月1日～8日・10月1日～5日は休み）  
参加随意（予約不要） 費用は無料  
4月～10月 午前5：30～6：30  
11月～3月 午前6：00～7：00

**土曜坐禅会** (会場：居士林) 毎週土曜日 初心者向き  
参加随意（予約不要） 費用は無料 熟練者は面接のうえ土日坐禅会への参加が可能  
時間 初めの方 午後1：20～2：20 10分前には来ること  
2回目以降 午後2：40～3：40 入れ替え制です  
着替えの為の部屋あり  
休会日 8月中及び年末年始の週 3月・9月の第1週目(学生坐禅会の為)

**夏季講座坐禅研修会** (会場：大方丈) 初心者向き  
7月後半の講座開催中に平行して、講座の聴講と作務を4泊5日間行う  
予約方法等詳細は、下記の電話か公式HPを確認のこと 事前申し込みを要す

**学生坐禅会** (会場：居士林)  
僧侶の修行道場に準じた内容なので、厳しいが初心者も参加可能  
事前申し込みを要す 社会人も可（中学生、高校生は不可）  
3月上旬および9月上旬（土日を含む）  
期間・開催日程・予約方法等は下記の電話か円覚寺公式HPを確認のこと

臨済宗 円覚寺派宗務本所 電話：0467-22-0478  
住所：〒247-0062 鎌倉市 山ノ内 409 FAX：0467-23-3027

円覚寺公式HP [www.engakuji.or.jp](http://www.engakuji.or.jp)