

# 西日本霊性センター・長束黙想の家

## 2018年10月～11月黙想のご案内

### 日帰り黙想

10月27日(土) 9:30～16:00 (墓地ミサ 10:00～) アレックス神父  
11月17日(土) 9:30～16:00 //

### ロザリオの祈り

10月4日(木)・13日(土)・18日(木)・27日(土) 18:30～

### 火曜日のヨーガ教室

《体と呼吸と心を整えてから味わう沈黙の瞑想で、健康と平和な毎日を》

10月2日・9日・16日・30日 9:30～11:30 アレックス神父  
11月6日・13日・20日・27日 //

### 1泊2日癒しのヨーガ

《からだと心と魂の糧を味わうことのできる、忙しい人のための癒しのヨーガ》

10月27日(土) 18:00～ 28日(日) 6:00～ アレックス神父  
11月17日(土) 18:00～ 18日(日) 6:00～ //

### 2泊3日の黙想

11月23日(金) 17:00～ 25日(日) 15:00 アレックス神父

### 3泊4日の黙想

サダナ《デ・メロ師が開発した東洋的方法による霊への導きと祈り、

指導者とともに円陣を作って座り、指導を受けながら祈り、分かち合う》

10月18日(木) 17:00～ 21日(日) 16:00 植栗 彌神父  
アレックス神父

### 8日間の霊操

キリスト教的ヴィパッサナー瞑想

《心の自由を育み、イエスの示す「神の国」に目覚めることを目指す気づきの瞑想》

10月 5日(金) 17:00～ 14日(日) 朝 柳田敏洋神父

11月 4日(日) 17:00～ 13日(火) 朝 曾根忠明神父

※アキウォーク 11月10日(土) 10:00～15:00

お問合せ: ☎731-0136 広島市安佐南区長東西 2-1-36  
電話: 082-239-0034  
ホームページ: <http://www.gloriadei.jp/>

