

第17回 寢禅講座 「半意識」について

^{はんいしき}
「半意識」とは、真理生活研究所・人間社でよく言っている言葉ですが、一般的にはあまり聞くことはないと思います。辞書には「半意識」は「無意識」と同じ意味とあります。当所の「半意識」は、無意識に含まれるものですが、同じ意味ではありません。見える世界の意識と、見えない世界の意識が流通している状態です。この「半意識」は、昼から夜になる時と、夜から朝になる時の、1日に2度訪れますが、はっきりと感ずることがないので、分かりにくいのです。特に、朝の目覚めの時の「半意識」は大事です。これを経過するか、しないかで、1日の在り方が違ってしまいます。目が覚めていくにも、自然の順序があり、その過程を踏めば、効力は絶対で、意識しなくてもよくしてくれます。また、寢禅の呼吸法や自然運動とも関係してきます。今回の寢禅講座では、この意味の深い「半意識」をまとめてみたいと思います。是非、この機会に、ご家族やご友人をお誘いの上、ご参加ください。

【日 時】 令和2年

4月17日(金)

午後1時～4時30分

【内 容】

テキストにそって、「半意識」の話と「寢禅」の呼吸法の実習。初めての方は当研究所のホームページの「自然生活」「寢禅」を参考にしてください。

<http://www.kounojyuzen.com/>

【場 所】

十全ビル新館 1階会議室
住所 東京都千代田区永田町2-9-6
電話 03-3595-6666

【参加費・持ち物と服装】

参加費は無料。筆記用具、飲料水、タオルなど。動きやすい服装

【対象者】

「月刊人間」や河野十全著書、ホームページの読者。「寢禅」や心身の健康に興味がある方

★申し込み方法★

「真理生活研究所・人間社」に、電話・ファクスまたはハガキでお申し込みください。

住 所 〒100-0014 東京都千代田区永田町2-9-6 十全ビル114
電 話 03-3595-6666 FAX 03-3595-7820