

～いま話題の禅的シンプルライフを体感！～

2月24日「禅僧 吉村昇洋さんに教わる、 心が晴れるくらしの整え方」イベント開催

「禅」の僧侶が説く一冊『心のもやが晴れるそうじと片づけ 禅に学ぶくらしの整え方』を1月に刊行した株式会社オレンジページ(東京都港区)は、このたび出版記念イベントとして、広島から著者の吉村昇洋さんをお招きし、特別おはなし会を開催します。



吉村昇洋さん



『禅に学ぶくらしの整え方』 本体 1389円(税別)

吉村昇洋(よしむら しょうよう)

曹洞宗八屋山普門寺副住職、臨床心理士、相愛大学非常勤講師。曹洞宗大本山永平寺での2年2か月間の修行生活後、広島の自坊に戻る。禅仏教や臨床心理学、精進料理、仏教マンガに関する講師、執筆活動を積極的に行い、NHK Eテレ『趣味 Do 楽』『いただきます お寺のごはん』やNHK総合『助けて！きわめびと』の講師としても人気を博す。著書に『心が疲れたらお粥を食べなさい』(幻冬舎)、『週末禅僧ごはん』(主婦と生活社)など。

禅僧の吉村昇洋さんを広島からお招きし、禅の教えを通したそうじや片づけとの向き合い方などを教わります。片づけや収納は、雑誌やテレビでも人気の高いテーマ。「もっときれいにしたい！」という前向きな声がある一方、「やらなくてはいけないとわかっているけど、なかなか取りかかれな
い……」というお悩みをよく聞きます。吉村さんがそんな悩みをすっきり解決！ ほうきやぞうきんといった道具の正しい使い方から、心を落ち着かせる坐禅の組み方まで、くらしとこころの整え方を教えていただけます。こころのもやが晴れて、清々しいひとときを過ごせます。

「禅僧 吉村昇洋さんに教わる、心が晴れるくらしの整え方」イベント概要

■開催日時：2月24日（水） （1）10:30～12:30 ごろ／（2）14:00～16:00 ごろ

■開催場所：オレンジページサロン 東京都港区新橋4-11-1 A-PLACE 新橋 5F

■イベント内容：おはなしテーマ「心が晴れるくらしの整え方」

禅修行のそうじの仕方／禅に教わるこころの整え方／正しい坐禅の組み方&取り入れ方

※講座終了後、『心のもやが晴れるそうじと片づけ 禅に学ぶくらしの整え方』を特別価格にて販売。

サイン会も実施予定です。

■受講定員：先着順 各回40名（計80名）

■受講料金：3500円（税込み）／1人

※受講料金はあらかじめご入金いただきます。また受講者都合によるご入金後の払い戻しには
応じられませんので、ご了承ください。

■応募サイト：<http://www.orangepage.net/op/event/151217syuno.html>

■応募締め切り：2016年2月18日（木）AM10:00

※定員を大幅に超える申し込みがあった場合は、応募期間内であっても締め切る可能性があります。

<このイベントに関するお問い合わせ先>

〒105-0004 東京都港区新橋4-11-1 株式会社オレンジページ

メディア・ビジネス本部 イベント担当

Tel 03-3436-8418（月～金曜 10:00～18:00 祝日除く）

<このリリースに関するお問い合わせ先>

〒105-0004 東京都港区新橋4-11-1 株式会社オレンジページ

広報室 遠藤

press@orangepage.co.jp Tel 03-3436-8421 Fax 03-3436-8434