



Zen in One

5.12
全世界
同時坐禅

曹洞宗大本山總持寺 太祖 瑩山禪師700回大遠忌 特別企画

曹洞宗大本山總持寺 世界禅 Challenge

このプロジェクトは、
人種や性別、
年齢や国籍を超え、
坐禅を通してひとつになる
プロジェクトです。

一味同心、
こころをひとつに。
Zen in One

呼吸とひとつに。
重力とひとつに。
私とひとつに。
宇宙とひとつに。

坐禅で日常から
離れるのではなく、
坐禅の心で日常を生きる。

行い尽くす。
何かのためにではなく、
ただひたすらに。

日々のあたり前のことを、
一つひとつ大切に
行い尽くす。

国内外の寺院と大本山總持寺がオンラインでつながって全世界同時坐禅!

2024年 5月12日(日) 13:00-16:30

参加
無料

会場
オンライン
会場

大梅拈華山 圓通 正法寺 法堂
YouTube ライブより配信

#世界禅Challenge

Special
Guest



脳科学 × 禅 / 有田秀穂さん



ミュージシャン × 禅 / GOMAさん



アスリート × 禅 / 中澤佑二さん

Guest
MC



みほとけさん

主 催：曹洞宗大本山總持寺 特別協力・開催寺院：曹洞宗大本山永平寺
開催寺院：定光寺 | 北海道釧路市、正法寺 | 岩手県奥州市、總持寺祖院 | 石川県輪島市
正法寺 愛知専門尼僧堂 | 愛知県名古屋市、洞松寺 | 岡山県小田郡、安國寺 | 福岡県福岡市
両大本山布哇別院正法寺 | ハワイ、グレートバウ禅モナストリー・大願禅寺 | 北米 / オレゴン州
拓恩寺 | 南米 / パラグアイ、禅川寺 | ヨーロッパ / オランダ
協 力：全国曹洞宗青年会、各地曹洞宗青年会、鶴見大学・鶴見大学短期大学部、
鶴見大学附属中学校・高等学校、鶴見特化型ポータルサイト これつる〜日日はつるみ〜 編集部
企画制作：株式会社ダブリューアール

お問
合せ

会場 0197-26-4041
オンライン会場 080-3789-2335

※オンライン会場へのお問い合わせは、平日及びイベント
開催日の前日・当日 10:00-18:00 のみとなります。

特設サイトは
こちらから



詳しくは裏面へ

全国 8 都市、海外 4 都市で開催してきた『總持寺 世界禪 Challenge』集大成イベント！ 会場でも、オンラインでも、皆さまのご参加をお待ちしています。

ハワイ

両大本山布哇別院正法寺



北米 / オレゴン州

グレートパウ禅モナストリー・大願禅寺



南米 / ブラジル
拓恩寺



ヨーロッパ / オランダ
禅川寺



石川県輪島市
總持寺祖院

福井県吉田郡
大本山永平寺



岡山県福岡市
安國寺



愛知県名古屋市
正法寺
(愛知専門尼僧堂)



神奈川県横浜市
大本山總持寺

北海道釧路市
定光寺



岩手県奥州市
正法寺

国内外の寺院

Contents



禅 Challenge / 坐禅

姿勢が調い、呼吸が調うと自然と心も調う。オンラインでつながって世界中の方々とひとつになって同時に坐禅をします。



禅 Talk

国内外で多くの方が生活に取り入れている坐禅。各分野の専門家をゲストに迎えて、日々坐禅修行を続ける禅僧と坐禅の魅力に迫ります。

Present



参加記念御朱印

国境や人種を超えて皆でひとつになって坐る姿を、「一味同心」という瑩山禅師さまのことはに託し御朱印としてお授けします。

大梅拈華山 圓通 正法寺でご参加

寺院でのご参加は事前申し込みが必要です。イベントの内容、参加方法、当日の持ち物などは、特設サイトよりご確認ください、参加したい会場を選んでお申込みください。



オンラインでご参加

大本山總持寺を中心とした全会場の模様を YouTube ライブより配信します。配信は本番当日 30 分前よりスタートします。坐禅しやすい格好でご参加ください。



※いずれかの寺院にてご参加頂いた方を対象とします。なおオンライン参加は対象外となります。

会場 大梅拈華山 圓通 正法寺 | 岩手県奥州市



奥の正法寺は 1348 年の開創以来、道元禅師の厳しい禅風を守りながらも、瑩山禅師、峨山禅師より引き継いだ「師檀和合」を説き、寺院と檀那との結びつきを大切にしてきました。その開かれた門風は僧俗を問わず多くの人々を育み輩出し、東北地方の宗教、文化の発展において大きな役割を果たしてきました。現在も求道としての修行寺の粋にとどまらず、人々の憩いの場としても開山禅師の思想は、伽藍や庭園の佇まいに今も息づいております。



アクセス：〒 023-0101 岩手県奥州市水沢黒石町字正法寺 129

Google Map



お問合せ：0197-26-4041

公式 YouTube | YouTube

總持寺の魅力伝える番組「禅Tube」をお届けする公式チャンネルです。チャンネル登録をお願いします！



公式 Instagram | Instagram

#世界禅 Challenge をつけて、あなたの坐禅を投稿してください。フォロー・いいね！もお願いします！



タイアップ番組 | 1 ONE MORNING

TOKYO FM / JFN 朝の人気番組「ONE MORNING」にて「NEW TREND ONE × 總持寺 世界禅 Challenge」を毎月第 3 月曜日に放送中！

