

野生の知性を磨く「自燈明倶楽部」



の
く
に
す
き
ゆ
き

ゆきすきのくに「自燈明倶楽部」では、
大人の知的好奇心を満たすさまざまなプログラムをご用意しております。
「大人の坐禅」「般若心経の読経と解釈」、「養生料理教室」、「暦講座」・・・
先人の知恵、人と人の繋がりから得る気づきなどを通して、次世代を生き抜くための
本能としての智慧「**野生の知性**」を磨くことを目的に開催しております。

会場 吉祥寺 御殿山倶楽部 吉祥寺駅 7分

坐禅

大人の夜坐禅 天台止観

11月22日(木) 19:30～視覚から体を調え“燈明”坐禅
12月20日(木) 19:30～自然治癒力を高める瞑想法“軟酥法”坐禅
5,000円(お食事・お茶付)

般若心経

おとなの般若心経 般若心経の読経と解釈 / はじめての般若心経 @ カフェ

11月7日(木)
昼 14:00～ 3,500円(お茶・お菓子付) ※吉祥寺の御殿山倶楽部 開催
夜 19:30～ 5,000円(お食事・お茶付) ※Organic Cafe ゆきすきのくに 開催

会場 オーガニックカフェゆきすきのくに 西荻窪駅北口徒歩2分

料理

ゆきすきのくに 立冬の養生料理教室

11月16日(金)
昼の部 11:00～13:00 4,000円(お茶、お持ち帰りお菓子付)
夕の部 19:00～21:00 5,000円(お茶、お持ち帰りお菓子付)
※エプロンをご持参ください。

暦

暦講座 特別編 縄文の世界 ver.1 縄文とはなにか?

考古学的な遺跡を対象にアイヌ文化、日本の古い慣習を通し、縄文を再度読み解き直して参ります。

1. 縄文とはなにか? 9/26(水曜日)
 2. アイヌ文化にみる縄文 10/24(水曜日)
 3. 縄文と女神 11/21(水曜日)
- 昼 14:30～16:00 夜 19:00～20:30 3,000円(お茶・お菓子付)
※お食事希望の方は2000円(予定)にてスペシャルプレートをご用意致します

特別

第三回《おとなの七五三》～童還りのとおとたり～

平成最後の「とおかんな」はまさに「十日目の夜」(旧暦十月十日)。古来日本人が最も重要視していた日です! 「来年」はまさにここから始まります。今年と来年の間の区切り心のパワーをつけるために、ぜひご参加いただきたいと思います。今年が最後のおとなの七五三です!
11月17日(土) 14:30～17:30 7,000円(消費税入・お玉串代・お茶席・演奏等込)

十一月 霜月 しもつき

30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	新暦	
食	木	水	火	月	日	土	食	木	水	火	月	日	土	食	木	水	火	月	日	土	食	木	水	火	月	日	土	食	木	新暦	
● 下弦							○ 満月								● 上弦							● 新月 神無月一									月齢
二十三	二十二	二十一	二十	十九	十八	十七	十六	十五	十四	十三	十二	十一	十	九	八	七	六	五	四	三	二	一	三十	二十九	二十八	二十七	二十六	二十五	二十四	旧暦	
丙寅	乙丑	甲子	癸亥	壬戌	辛酉	庚申	己未	戊午	丁巳	丙辰	乙卯	甲寅	癸丑	壬子	辛亥	庚戌	己酉	戊申	丁未	丙午	乙巳	甲辰	癸卯	壬寅	辛丑	庚子	己亥	戊戌	丁酉	干支	
		陽通始め	隠通終わリ	一粒万倍	一粒万倍		勤勞感謝	小雪しゅうせ					十日夜			一粒万倍	(二)の酉						立冬りつとう	秋の土用明け			文化の日		(一)の酉	二十四 節氣	
							中国茶会 聖茶巡礼	燈明坐禅	繩文と女神 暦講座特別編				おとなの七五三	立冬料理教室 昼／夜										般若心経						ゆきすき イベント	

十二月 師走 しわす

31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	新暦	
月	日	土	食	木	水	火	月	日	土	食	木	水	火	月	日	土	食	木	水	火	月	日	土	食	木	水	火	月	日	土	新暦	
		● 下弦						○ 満月								● 上弦								● 新月 霜月一								月齢
二十五	二十四	二十三	二十二	二十一	二十	十九	十八	十七	十六	十五	十四	十三	十二	十一	十	九	八	七	六	五	四	三	二	一	二十九	二十八	二十七	二十六	二十五	二十四	旧暦	
丁酉	丙申	乙未	甲午	癸巳	壬辰	辛卯	庚寅	己丑	戊子	丁亥	丙戌	乙酉	甲申	癸未	壬午	辛巳	庚辰	己卯	戊寅	丁丑	丙子	乙亥	甲戌	癸酉	壬申	辛未	庚午	己巳	戊辰	丁卯	干支	
師走の 大晦日 大祓								冬至とうじ 一粒万倍	一粒万倍								正月事始め				一粒万倍	一粒万倍	針供養	大雪たいせつ							二十四 節氣	
											軟蘇法坐禅	昼／夜 暦講座					産経ニュース講演 vol.3				小川の読書会 vol.4			冬至料理教室 昼／夜	般若心経						ゆきすき イベント	