

# 野生の知性を磨く「自燈明倶楽部」



ゆきすきのくに

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

9月20日(木) 19:30～耳のストレスの緩和“音”坐禅  
10月18日(木) 19:30～香りでカラダを調える“香”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

10月4日(木) 11月7日(水)  
昼 14:00～ 3,500円(お茶・お菓子付) ※井の頭弁財天での読経も行います  
夜 19:30～ 5,000円(お食事・お茶付)

## 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 寒露《亥子》の養生料理教室

10月12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

#### 縄文と陶工(すえものづくり)の系譜 産経プロジェクト

好評の「産経ニュース講演会 vol.2」ものづくり大国・日本を支える技、情熱、努力とは?  
井戸だから知る、職人たちの生き様に迫ります。

10月26日(金) 19:00～20:30 3,800円(お茶付き)

