

書道セラピー講座

ことばをととのえ、こころに触れる

静かな茶室で、呼吸とともに筆を動かし、「いまの自分」とやさしく向き合う時間です。

上手に書くことではなく、感じること・気づくことを大切にします。書いたあとは、抹茶とともに余韻をゆっくり味わいます。



講師：書道家 松蘭(しょうらん)

静岡在住 ニューヨーク州立大学卒
国内外で書道指導・パフォーマンスを行い、ロサンゼルス・パリなどでも活動。
現在は、書を通して「自分と向き合う時間」を届ける書道セラピーを展開。

抹茶体験付き

全3回 10,500円

1回 4,000円での参加も可能です

第1回 5/22 10:00~12:00

テーマ：「整う・新緑の呼吸」
・新緑の空気のなかで、呼吸とともに心を整える

第2回 6/4 10:00~12:00

テーマ：「流れ・心をほどく」
・雨の季節に、心にたまったものをやさしく流す

第3回 7/2 10:00~12:00

テーマ：「光・私のエネルギー」
・夏の光のように、自分の内側の力をひらく

こんな方にオススメ

- ・なんとなく疲れている方
- ・自分と向き合う時間が欲しい方
- ・忙しい日常から少し離れたい方

会場：紅葉山庭園茶室

申込：WEB(QR)から

持ち物：筆・墨・下敷き・文鎮・半紙

道具は、1日500円でレンタルも可

定員：20名(応募者多数は抽選)

お問合せ：

駿府城公園ランドマーク共同事業体

TEL: 054-251-0016 (9時~17時 月曜休館)

