

# フォーカシング・サンガ 一泊ワークショップ in 大山



山陰を代表する名峰大山（だいせん）の小さなペンションを貸し切って、二日間フォーカシングに浸りきりましょう。

まずはヨガと瞑想で自己に浸り、そしてメンバー全体で少しずつ自己を語り、他者の語りを傾聴します。ときにペアになって深くフォーカシングしてみましょう。また、ときに一人自然の中を歩いてみるのもよいでしょう。

紅葉の大山に抱かれて、自然とそして人との一体感を感じてみましょう。

日時:2024年11月3~4日(日、月祝)

3日 10:30 集合、4日 15:30 終了

場所:ペンションあけまの森(鳥取県大山町赤松 313-14)

定員:10名(2~5名一部屋となります)

参加費:20,000円(1泊2食料金込み、税込)

申込み:tsuchie.shoji@gmail.com(土江正司)



集合と終了時刻は大山口(だいせんぐち)駅・「あけまの森」間のバス発着時刻に合わせています。

<行き>米子駅 9:24→9:42 大山口駅・バス 10:00 発

<帰り>バス→16:15 大山口駅 17:12→17:39 米子駅

\* 米子駅や米子鬼太郎空港への送迎も検討します。



昼食時は大山寺(登山口付近)に車で移動します。

雄大な大山の紅葉や温泉(豪円湯院)も楽しめますよ。

