

宗教法人 普門寺 (ふもんじ)



阿字観とは？

弘法大師空海が僧侶育成のために考案された真言宗の瞑想法です。

住職の声に耳を傾けながら呼吸を整えていきます。

自然豊かな普門寺で、自身の心と体に向き合う時間を作りませんか？



ここがポイント！

- ・「豊橋のもみじ寺」として親しまれている自然豊かな環境で行います。
- ・イスに腰掛けた状態での体験も可能です。
- ・お寺という非日常空間での体験です。

