

PR TIMES の朝活「ピタ活」、8月のテーマは“禅”

開催日程：8月21日(木)午前7:30～ PR TIMES オフィスにて開催

「座禅」、「歩禅」、「食禅」など日常的に実施できる“日常禅”を草薙龍瞬僧侶が指導

《トピックス》

- 第二回「ピタ活」開催、8月のテーマは【禅】
- 世界中のセレブが実践する【禅】の注目すべき効果とは
- 草薙龍瞬僧侶が直接指導、「座・歩・食」日常禅の活用術



PR 事業を手がける株式会社ベクトル(所在地:東京都港区 代表取締役:西江肇司、東証マザーズ上場:証券コード6058)の子会社 株式会社 PR TIMES(代表取締役:山口拓己、以下 PR TIMES)は、完全招待制のセミナー型“朝活”、“ピタ活”第2回を8月21日(木)(午前7:30～ PR TIMES オフィスにて)開催します。

《PR TIMES「ビタ活」とは》

「ビタ活」とは、「こころも身体もフレッシュに！」をモットーに、ビタミンたっぷりのフルーツを食べながら多肢にわたるセミナーが受けられる完全招待制の“朝活”です。「朝の果実は金」と言われるように、ビタミン豊富なフルーツを食べて体の栄養補給を行いながら、講師のお話を聞いたり、時にはアクティビティに参加したりと普段はなかなか体験できないセミナーを通して、知的好奇心を刺激します。参加者のみが次回メンバーを招待できる「完全招待制」を採用し、当社社員だけでなく社外の方も交流できる形式で継続開催してまいります。

《【禅】で身に付く「判断能力」》

今回、第2回目としてPR TIMESが実施するテーマは【禅】。禅は、今や世界の実業家やセレブまでも実施しており、その理由は、様々な事柄に気を散乱せず、「一点集中」出来る様になることと言われています。自分と向き合う時間を自らでつくる方法の一つである【禅】を習得することで、いつどんな状況でも集中力を高め、必要な事のみを瞬時に判断する能力が身に付くとされているため、ビジネス面での業務の効率化および円滑化、また、日々のストレス解消にも効果的です。

《第2回「ビタ活」開催概要》

講師は、全国で仏教講座&坐禅会を開催している僧侶の草薙龍瞬氏。仏教を宗教としてではなく、いかに現実の仕事・暮らしに役立てるかというテーマをもって活動されています。話のわかりやすさ・実用性をモットーとし、講演・企業研修、仏教啓発書の執筆ほか、JICA途上国支援ビジネスの現地アドバイザーも務めておられます。前向き・情熱的な性格と語り口が特色です。著書に『消したくても消えない「雑念」がスーッと消える本』(大和出版)

【Program】

開催日時：2014年8月21日(木)朝7時30分～9時00分終了予定

(※完全招待制)

場所：PR TIMES オフィス(東京都港区赤坂4-15-1 赤坂ガーデンシティ 13F)

講師：草薙龍瞬氏

講演テーマ：「仕事とプライベートの充実度が格段に変わる【禅】」

- 1) イントロダクション
- 2) 簡単な禅についての解説
- 3) 実践(食禅)
- 4) 法話・実践(歩禅/坐禅)
- 5) 質疑応答/全体総括・交流



【草薙龍瞬氏プロフィール】

奈良出身。中学中退後、十六歳で家出、上京。大検(高認)をへて東大法学部卒業。インドで得度出家後、ミャンマー、タイに修行留学。ビルマ国立テーラワダ仏教大学専修課程修了。現在は、仏教を宗教としてではなく「人生に役立つ合理的な方法」として紹介。宗派・伝統に属さないフリーの出家僧として活動。NHK学園・東武カルチャアの講師を務め、全国で仏教講座&坐禅会を開催。企業研修・講演なども行っている。また、インドNGO代表として学校を運営している。

【会社概要】

■株式会社 PR TIMES 概要

会社名 : 株式会社 PR TIMES
所在地 : 東京都港区赤坂 4-15-1 赤坂ガーデンシティ 13F
設立 : 2005 年 12 月
代表取締役 : 山口 拓己
事業内容 : ・ プレスリリース配信サービス「PR TIMES」(<http://prtimes.jp/>)の運営
・ ブログマーケティングサービス「ブログタイムズ」(<http://blogtimes.jp/>)の運営
・ WEB クリップサービス(<http://webclipping.jp/>)の提供
・ モバイルメディア特化型 PR サービス「モバイル PR」の提供
・ Web 上でニュースを生み出す Web PR の企画・実行
・ ソーシャルメディアユーザーのためのモニターサービス「conecc」(<https://conecc.jp/>)の運営
URL : <http://prtimes.co.jp/>

■株式会社ベクトル 概要

会社名 : 株式会社ベクトル
所在地 : 東京都港区赤坂 4-15-1 赤坂ガーデンシティ 18F
設立 : 1993 年 3 月 30 日
代表取締役 : 西江 肇司
資本金 : 536,352 千円(2014 年 2 月末現在)
事業内容 : マーケティング分野における戦略的 PR、ロコミに関するコミュニケーションマーケティング事業、映像制作業務・その他これらに付加する一切の事業
URL : <http://www.vectorinc.co.jp/>