

2019
9/28
(土)

ヨーガ行者 成瀬雅春先生直接指導

成瀬先生インド帰国直後の

倍音声明&魂を磨く研修

倍音声明とは

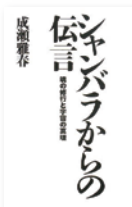
もともとチベット密教ニンマ派の修行法で、母音（ウオアエイ）を低音で連続的に大勢で声を出し、その音の集合体の中に身を置くダイナミックな瞑想法です。



うまくおこなえると、無限の体内空間を感じたり、色々な音を感じたり、声を出すだけで深い瞑想が体感でき、心身が浄化されスッキリと、リフレッシュできることでしょう。

魂を磨くとは

人間の一生において、「魂を磨く」ことは非常に重要なテーマの一つです。それは、五感を磨き、能力の枠を拓げ、悟りを開くことへと繋がります。



人間の感覚「触覚、聴覚、視覚、味覚、嗅覚」の五感を磨いていくことで、魂を曇らせている汚れを取り除き「魂を磨く」ことになるのです。

ヨーガの経験の有無に関わらず、どなたでもご参加できます。

成瀬先生の直接指導が受けられる貴重な機会となりますので、ぜひご参加ください。



磨くと、五感が拡大され、人間の能力があらゆる方向に拡がり、自分のすべてを識る（悟りを得る）ようになるのです。（成瀬雅春先生著作「シャンバラからの伝言」より）

それぞれに対応する方法として、ムドラー行法（触覚の拡大）、ナーダ行法（聴覚の拡大）、ピンドゥウ行法（視覚の拡大）など具体的な実践方法を学びます。

募集要項

初心者
大歓迎

「倍音声明&魂を磨く」研修

2019年 9月28日（土）

13:30 ~ 17:00 (13:00 ~ 開場)

参加費 15,000円(入金順に受付いたします)

会場 シンプルヨーガ TEL084-931-2470
広島県福山市城見町1-1-1ウチダビル5階



詳しくは裏面へ

講師プロフィール 成瀬雅春

ヨーガ行者。ヨーガ指導者。成瀬ヨーガグループ主宰。倍音声明協会会長。ハタ・ヨーガ（身体を操作するヨーガ）を中心に独自の修行を続け、1976年からヨーガ指導を開始。2001年、全インド密教協会からヨーギーラージ（ヨーガ行者の王）の称号を授与される。2011年6月、ゴームク（標高4000メートル）での12年のヒマラヤ修行を終える。2016年からオリジナルアート作品「瞑想画」の制作に入る。2107年田中八重洲画廊、2018年、渋谷ヒカリエにて個展を開催。著書多数出版している。



倍音声明 & 魂を磨く研修

2019年 9月28日(土) 13:30~17:00 (13:00~開場)

参加費 15,000円（入金順に受付いたします） 定員 30名

持参物 座りやすい服装をご持参ください（更衣室があります）
成瀬雅春先生著作「シャンバラからの伝言」（中央アート出版、1728円）
をお持ちの方はご持参ください。（当日購入可）

申込方法 電話やメールにて、お申込みください。お申込み後は、下記の振込口座へ参加費をお振込みくださるか、または教室にてお支払いください。入金順に受付いたします。お支払後の参加費用の返金はできませんので予めご了承ください。

振込先

広島銀行 福山西支店
普通口座 3100089
口座名 森はま子



JR福山駅北口スグ

主催
申込
問合せ先

🙏 シンプルヨーガ 広島県福山市城見町 1-1-1 ウチダビル5階
TEL 084-931-2470 Mail siy@simpleyoga.jp