「成瀬 雅春先生の倍音声明」と

「成瀬メソッド呼吸法」講座



ヨーガ行者、ヨーガ指導者。
1976年からヨーガ指導を始め、
1977年2月の初渡印以来、インドを中心にアジア圏を数10回訪れている。地上1メートルを超える空中浮揚やクンダリニー覚醒技法、心臓の鼓動を止める呼吸法、ルンゴム(空中歩行)、系観瞑想法などを独学で体得。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、12年のヒマラヤ修行を終える。成瀬ヨーガグループ主宰。

成瀬ヨーガグループ王宰。 倍音声明協会会長

【倍音声明】

倍音声明は大勢で発声し、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。母音(ウオアエイ)を低音で連続的に発声することで、無限の体内空間を感じたり、イメージや色々な音を感じたり、神秘的ともいえるスペシャルな瞑想を体験できます。サウンドのシャワーに包まれる体験には、癒しと浄化の効果があります。初めての方も、簡単に楽しみながら倍音声明が体験できますので安心してご参加頂けます。

【「成瀬メソッド呼吸法」講座 内容】

成瀬先生の呼吸法講座は、オリジナルな視点からご指導いただける他では類を見ないスペシャルなご指導で 定評があります。「息が合わない」「阿吽の呼吸」

「呼吸の乱れは意識の乱れ」など呼吸に関する表現の 仕方は数多くあります。呼吸を意識的にコントロール することができれば、人生のあらゆる場面で大きな影 響力を持ち変化を作ることができます。

[日時] 2021年7月25日(日) 13時~17時

(12時30分から受付を開始いたします) ※この時間内の入退室はご遠慮ください。

【会場】 愛日会館

〒541-0053 大阪府大阪市中央区本町 4丁目7-11 TEL: 06-6264-4100



地下鉄御堂筋線 本町駅4番階段 地下鉄四つ橋線 本町駅25番階段 地下鉄中央線 本町駅17番階段 いずれの場所からも 徒歩5分

【参加費】10,000円(税込)

銀行振込み、ペイパル、クレジットカードからお選び頂けます。※銀行振込みご希望の方は、お振り込み手数料はお客様にてご負担をお願い申し上げます。

持参するもの:動きやすい服装・筆記用具。床に座りますので、必ず小さな座布団かバスタオルなどをご持参ください。冷えないためにも必ず敷物をご持参ください。(着替えをなさる場合は、お手洗いをご利用下さい。)





参考図書

※「ゆっくり吐くこと」の改訂版が 5月末に発売される予定です。

【お申込み・お問い合せ】

株式会社ホロンPBI

office@holonpbi.com

ホロン・成瀬先生



