

Kundalini Yoga Workshop

2013/5/25(土)

WHA 輪：調和と至福 with クンダリーニヨガと瞑想

“WHA (ワ)”とは、マントラで多くの言語でも存在しています。”WHA”を唱えたり、ただその単語を話すだけで本当の言葉の意味を体験することができます。マントラとは、波動や刺激を通して作用し、あなたの体と心を統一してくれます。

今回私たちは、第5チャクラに働きかける素晴らしいクンダリーニヨガクリアを行います。昨今では、多くの人々が感情を抑え、のどを絞めてしまっているため、あなた本来のエネルギーを放出できていません。やがて、この首にある甲状腺の機能は破壊され、あなたの新陳代謝、特にあなたの思考や感情という部分に悪影響を与えてしまいます。

「もし、甲状腺が正常に機能しなければ、ホルモンバランスは崩れ、特に下垂体が正常に機能してくれません。もし、下垂体が正常に機能しなければ、直感力が鈍り、あなたの感情と衝動に振り回されてしまうでしょう。」

ヨギ・バジャン

是非、一緒にワヘグルマントラを唱え、至福を体感しましょう！
(クンダリーニヨガと瞑想、マントラを使います。)



日時：5月25日(土) 午後2時～5時

参加費：¥3,500-

場所：湘南シャイズヨガスタジオ
名古屋市中区上前津 1-12-28 1F

Tel: 052-253-5515

Khalsa Sada Anand – カルサ・サダ・アナンド

1973年、クンダリーニヨガマスター、ヨギ・バジャン師からヨガを学び、ティーチャーとなる。89年バジャン師より、日本にクンダリーニヨガを伝えることが使命であることを告げられ来日。以来、関西を中心にクンダリーニヨガを広めている。

HP: <http://3ho.jp/index.html>

＝ お申込み・お問い合わせ ＝

湘南シャイズヨガスタジオ Tel: 052-253-5515

お申し込みはお電話かホームページにて受付中！