

7月のサットサンガ

皆さん、ハリオーム！梅雨入りしましたが、紫陽花が咲き乱れ、新緑が美しいですね。

今年は2月のサットサンガから3回に渡り、インドツアーで拝聴したスワミジたちの講話を復習しました。さて、今回はガラリと変えて、秋のリトリートの“プレ・リトリート”を行います。

今年のリトリートは10月3～4日に関東随一の霊場・パワースポットと言われる御岳山の宿坊で行います。プログラムもその場が持つパワーを活かし、通常のクラスではなかなかできないプラーナヤマやさまざまな瞑想をじっくり実践する予定です。今回のサットサンガはその準備として、新しいキールタンを習ったり、プラーナヤマの予習(座学&実践)、クリスタルボウル瞑想などを体験していただきます。また、小林真希子さんのコーナーも設けます。どんなお話が伺えるか楽しみです。

いつものように、アットホームでポジティブな気持ちになれるサットサンガをご期待ください。秋のリトリートには参加できない人ももちろん大丈夫です。初めての人も大歓迎です。皆で確認しながら会を進めますのでリラックスしていらしてください。また、キールタン帳や今までの資料などをお持ちの方はご持参ください。

参加を希望なさるかたは、資料の準備などがありますので7月24日迄にユングハイム、または丸岡教室までご連絡ください。

Om Shanti

シャンティヨガクラブ代表 マキ・ユングハイム

日時： 7月26日(Sun) 2pm ~ 5pm

会場： シャンティ丸岡ヨガ教室

豊島区南長崎 4-7-12 TEL (03) 3951-6186

地下鉄大江戸線、落合南長崎駅 A2 出口 から徒歩 1 分

会費： ￥1,000

♥ シャンティ本部連絡先 shantiyoga@jcom.home.ne.jp

TEL/FAX03-3397-4455 <http://members3.jcom.home.ne.jp/shantiyoga/>

マキ・ユングハイム携帯 TEL070-5569-0768

♥ 丸岡教室 maruoka-h@mvc.biglobe.ne.jp 携帯 TEL 090-7280-2221