



6月のサットサンガ



ハリオーム、皆さん、緑が美しい爽やかな時期になりましたね。サットサンガのお知らせです。
今回は、今こそ改めて『ポジティブ思考』に注目し、ポジティブ思考をトレーニングとして学び、身につけ、実践できるようになるためのワークショップを行います。実践力にはパワーがあります。今までに学んできたヨガ哲学が活かされ、ヨガの世界観、その理解も深まるはずです。ホームページの参考資料のページから『ポジティブ思考と瞑想』『ポジティブ思考WS』を読んでおいてくだされば、わかりやすいと思います。

新しいキールタンも覚えましょう。マントラやキールタンで声を出すのが苦手な方もポジティブな気持ちになれば、ゆったり唱えることが気持ちよくなります。キールタンで魂に栄養をあげましょう。魂が癒されれば、自分の中に深い安らぎや落ち着き、平安が感じられ、瞑想にも入りやすくなります。

初めての方にもよくわかるように、確認しながら会を進めます。アットホームで楽しいサットサンガになるように、とにかくポジティブな気持ちで参加なさってください。(^^♪(^^♪♪

なお、会場の都合がありますので、参加希望者は必ずご連絡ください。

Om Shanti

シャントィヨガクラブ代表 マキ ユングハイム

日時： 6月17日(Sun) 2pm ~ 5pm

会場： シャントィ丸岡ヨガ教室

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

◎ シャントィ本部 shantiyoga@jcom.home.ne.jp

マキ・ユングハイム TEL070-5569-0768

◎ 丸岡教室 maruoka-h@mvc.biglobe.ne.jp

丸岡 汪行 TEL090-7280-2221

P.S. インドツアーミーティングは11:30amからです。参加希望者は必ずご出席ください