



Satsangha

＊ YOGA LIFE 講座 ＊ サットサンガ ＊



● 第6回 テーマ: 「無知」という煩惱についてー

「知ら無い」その世界から解放されていくこと。

ヨガにも、クレシャ＝煩惱の考えがあります。ヨガで考える煩惱は5つ。「無知」はその一つです。

無知について考えるとき、それは、単なる知識、情報のある、なしではなく本当の「智慧」を教えてください。

煩惱の根底と言われる「無知」。そこから解放されるヨガの教えです。

● 日時: **9/23 Sat. 15:15-16:15**

● 講師: Sophie

● 会場: たまプラーザ × Zoom オンライン

● 受講料: 月謝チケット1回分

《 会員限定 》 《 ネットシステムからご予約可能! 》

《 振替や追加レッスンで受講できます! 》

\ Satsanghaとは /

「ヨガはマットの上だけではない」ヨガを嗜むものなら、一度は耳にする言葉。この言葉をより実感、実践するためには、ポーズや呼吸法、瞑想といったメソッドとあなた自身とを結ぶ“カギ”が必要。それが、ヨガ哲学や思想、それに体験、つまりはヨガの学びです。

このSatsangha講座は、皆さんのライフとヨガを結ぶヨガの知恵が詰まった60分。座学講座はもちろん時に体験もプラスして、疑問や悩みにお応えしながら、一緒にヨガを深めていきます。



●ご予約・お問い合わせは、お電話 / メール / スタジオ受付にて

クシャナヨガスクール 横浜校(たまプラーザ) TEL 045-309-7293 ✉ reserve@ksana-yoga.com