



Satsangha

＊ YOGA LIFE 講座 ＊ サットサンガ ＊



◎ 第7回 テーマ: **カルマ** — “私” が生まれた理由を知るヨガー

カルマとは【業】のこと。広くは、行為やその行為に対するリアクションも含みます。

「ヨガ哲学におけるカルマとはどんなことか？」カルマの基本のお話からゆっくり進めていきます。

「カルマを知ることは、自分の生きる道を知ること」カルマヨガの教えを紐解くことで、人生の迷いや悩みの助けになることがあるかもしれません。

◎ 日 時: **10/15** Sun. 16:00-17:00

◎ 講 師: 長島千比呂 (Chihiro)

◎ 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

《 Zoom受講は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