

# インド五千年の智慧を伝える

## ヨーガ療法説明会／ヨーガ療法体験会

現在、世界的にヨーガ療法が普及しているのも、ストレスに上手に対処する方法をインド・五千年の智慧ヨーガが私たちに伝えてくれているからです。私たちは学生時代のストレスから始まって、職場のストレス、人間関係のストレス、子育てのストレス等々、多くのストレスにさらされて、この一生を生きて行かねばなりません。

sVYASA (スワミ・ヴィヴェーカーナンダ・ヨーガ研究財団。インドにおいてヨーガ教師養成並びに、ヨーガ療法士養成機関として認定されているインド国内機関の内の一つです) と 20 年以上にわたって協力してストレス・マネジメント法としてのヨーガ療法を普及してきている木村慧心氏を札幌市に招いて、ヨーガ教師養成講座開催説明会を開きます。ストレス社会の中でも力強く自立して生きて行けるヨーガの智慧の活用法が学べます。日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士資格取得の機会も与えられます。またとないこの機会を逃さずにご参加ください。

ヨーガの智慧を活用して人々の健康増進に寄与したい方々は勿論、ストレスに強くなりたい人、ヨーガの実習者、心身症の患者さん等、家庭や職場で忙しく暮らしている方々が手軽にできるヨーガの智慧の活用法をお伝えします。皆さんお誘い合わせの上、お出かけください。

尚、説明会に伴いヨーガ療法体験実習 (有料 1080 円) も行いますので、お時間のある方は是非ご参加下さい。



**【第 1 回説明会】** 日時：2014 年 7 月 1 日 (火) 午前 10 時～11 時半 (無料)

**【ヨーガ療法体験実習】** 時間：午前 11 時半～12 時半 (第 1 回説明会終了後) (有料 1080 円)

**【第 2 回説明会】** 日時：2014 年 7 月 1 日 (火) 午後 1 時～2 時半 (無料)

**【ヨーガ療法体験実習】** 時間：午後 2 時半～午後 3 時半 (第 2 回説明会終了後) (有料 1080 円)

\*会場：札幌教育文化会館 402 会議室

〒060-0001 札幌市中央区北 1 条西 13 丁目 地下鉄東西線「西 11 丁目」 1 番出口から徒歩 5 分

\*体験実習参加者 持ち物：ヨガマット又はバスタオル (軽い体操ができる服装でおいで下さい)

(参加費は当日会場でお支払いください)

演 題：「心と体の健康法：インド五千年の智慧に学ぶ」

講演者：木村 慧心 (けいしん)

1947 年 群馬県前橋市生まれ。1969 年 東京教育大学理学部卒業後、京都大学にて宗教哲学を、インドのカイバルヤダーマ・ヨーガ大学にてヨーガ・セラピーを学ぶ。現在、ヨーガや内観法をもとにヨーガ療法士養成講座等の研修会、講演活動等に従事。鳥取県米子市在住

○ (社) 日本ヨーガ療法学会理事長 ○ 日本アーユルヴェーダ学会理事

○ (社) 日本統合医療学会理事 ○ 日本ヨーガ・ニケタン代表 ○ 米子内観研修所所長

**【申込・連絡先】** 日本ヨーガ・ニケタン東京支部

FAX: 042-792-3531 メールアドレス: [fvgp3351@nifty.com](mailto:fvgp3351@nifty.com)

高松 円

メールアドレス: [m-y-bharata@kke.biglobe.ne.jp](mailto:m-y-bharata@kke.biglobe.ne.jp)

-----  
切取線

### ヨーガ療法説明会(札幌) 申込書

参加希望の方は上記連絡先に FAX 又はメールでご一報ください。

氏名： \_\_\_\_\_

住所：〒 \_\_\_\_\_

電話： \_\_\_\_\_ FAX： \_\_\_\_\_

メールアドレス

|           |              |          |                        |
|-----------|--------------|----------|------------------------|
| 参加する説明会   | 第 1 回説明会     | 第 2 回説明会 | (どちらかに○をつけてください)       |
| ヨーガ療法体験実習 | (参加費 1080 円) | 参加する     | 参加しない (どちらかに○をつけてください) |
| 参加する場合    | 第 1 回        | 第 2 回    | (どちらかに○をつけてください)       |