

2026年2月～4月

LiveZoom オンライン&Zoom 録画配信

講師 木村慧心 Keishin Kimura

THE WISDOM HOLDER OF THE "YOGA NIKETAN" TRADITION

インドの叡智～真我／神我の悟り～

毎月シリーズで学ぶ 90分

# 瞑想を極める

第9・10 講義

スワミ・ヨーゲシヴァラナンダ・サラスワティ大師の  
著書 魂の科学/神我の科学/霊音の科学、等々  
を紐解きながらシリーズで学ぶ、瞑想に必要な心得  
を学びます。

参加費：初回参加：3,300円/復習参加：1,100円

●講座頻度：月2回、同じ内容のZoomライブ講義を行います。また、Zoomでの録画視聴と実習を組み合わせた配信も月2回行います。



←QRコードでのお申込みはこちら

お問い合わせ：日本ヨーガ・ニケタン [sato@yoganiketan.jp](mailto:sato@yoganiketan.jp)

**瞑想を極める**  
**伝統的ヨーガの瞑想法 ～真我／神我の悟り～**  
**第 9、第 10 講義のご案内**

木村慧心先生による「瞑想を極める・伝統的ヨーガの瞑想法～真我／神我の悟り～」第 9、10 講義の日程が決まりました。この講座では、スワミ・ヨーゲシヴァラナンダ・サラスワティ大師の著書と聖典を用いて伝統的な瞑想法を学び、実践していきます。  
※過去の講義が未受講の方は、受講できませんのでご了承ください。第 1 講義から順番にご受講をお願いいたします。

---

### 講座概要

- 開催形式: Zoom オンライン
  - 講座頻度: 月 2 回、同じ内容の Zoom ライブ講義を行います。  
また、Zoom での録画視聴と実習を組み合わせた配信も月 2 回行います。
  - 講座内容: 聖典を使用した伝統的ヨーガの瞑想法を学び、実習します。
- 

### 参加資格

以下のいずれかに該当する方がご参加いただけます。

- 日本ヨーガ療法学会会員
- 認定ヨーガ療法士
- 認定ヨーガ教師
- YIC、YTIC 受講生（現在受講中の方が対象です）
- SVYASA 大学生（現在受講中の方が対象です）

※上記参加資格に該当しない方は、日本ヨーガ療法学会会員の登録をいただくことで受講可能です。学会員登録のお手続きに関するお問い合わせは、こちらからお願い致します。→ <https://www.yogatherapy.jp/contact.html>

【特典】認定ヨーガ療法士、認定ヨーガ教師の方は、特別研修 0.5 ポイントが付与されます。復習にはポイントは付きません。

---

### 各講義の参加費

- 初回参加: 3,300 円
  - 復習参加: 1,100 円
- 

### 講義日程

※初めて受講される方は、第 1 講義から順番にご受講ください。

#### 第 1 講義

- 3/3(火)10:00-11:30 Zoom 録画視聴+実習
- 3/7(土)19:30-21:00 Zoom 録画視聴+実習

#### 第 2 講義

- 3/10(火)10:00-11:30 Zoom 録画視聴+実習
- 3/14(土)19:30-21:00 Zoom 録画視聴+実習

#### 第 3 講義

- 3/17(火)10:00-11:30 Zoom 録画視聴+実習
- 3/21(土)19:30-21:00 Zoom 録画視聴+実習

#### 第 4 講義

- 3/24(火)10:00-11:30 Zoom 録画視聴+実習
- 3/28(土)19:30-21:00 Zoom 録画視聴+実習

#### 第 5 講義

- 3/31(火)10:00-11:30 Zoom 録画視聴+実習
- 4/4(土)19:30-21:00 Zoom 録画視聴+実習

## 第6講義

- 3/1(日)19:30-21:00 Zoom 録画視聴+実習
- 3/14(土)15:00-16:30 Zoom 録画視聴+実習

## 第7講義

- 3/5(木)19:30~21:00 Zoom 録画視聴+実習
- 3/21(土)15:00-16:30 Zoom 録画視聴+実習

## 第8講義

- 2/14(土)19:30-21:00 (Zoom 録画視聴+実習)
- 2/28(土)19:30-21:00 Zoom ライブ
- 3/6(金)19:30-21:00 Zoom 録画視聴+実習
- 3/28(土)15:00-16:30 Zoom 録画視聴+実習

## 第9講義

- 3/13(金)19:30-21:00 Zoom ライブ
- 3/15(日)19:30-21:00 Zoom ライブ
- 3/19(木)19:30-21:00 Zoom 録画視聴+実習
- 4/4(土)15:00-16:30 Zoom 録画視聴+実習

## 第10講義

- 4/7(火)19:30-21:00 Zoom ライブ
- 4/12(日)15:00-16:30 Zoom 録画視聴+実習
- 4/17(金)19:30-21:00 Zoom ライブ
- 4/19(日)19:30-21:00 Zoom 録画視聴+実習

---

### ※大切なお願い

お申込み後、開催日の前日までに Zoom 講座の URL を皆様のメール宛にお送りします。前日までに届かない方は、事務局[電話:080-2348-4461]にご一報ください

い。開催直前または 1 日前にお申込みの方も、事務局にご一報いただきますようお願いいたします。

Zoom の URL は厳重に管理の上、申込者以外の方が使用するということがないようお願い申し上げます。いかなる理由があっても配信映像の録画、録音、Youtube などにアップロードすることは絶対に止めてください。

以下の行為は不正アクセス禁止法により刑事処罰の対象となります。

- 1 他人のパスワードを利用して視聴する行為
- 2 パスワードを教える行為
- 3 パスワードを教える行為

URL を第 3 者に教えることも、上記に当たると考えられるので、ご注意ください  
よう、お願い申し上げます。

---

## お申し込み

日本ヨーガ・ニケタン HP よりお申し込みください。

2026 年 5 月以降の日程につきましては、決まり次第 HP にてご案内いたします。  
ご不明な点がございましたら、事務局までお問い合わせください。

皆様のご参加を心よりお待ちしております。

日本ヨーガ・ニケタン