

9/27 (土) 15:30~

龍村修先生トークイベント

「ヨガマスターの呼吸の秘密」 「生き方としてのヨガ」



「ヨガ」と聞いて、どんなことを思いますか？

若い人の流行の趣味、難しいポーズをする高度なもの、身体の柔らかい人のやること、あるいは、スタジオヨガ、呼吸、冥想ということを連想するかもしれません。

クリニックでヨガクラスを開催すると「私にできるとは思わなかった」

「自分がはじめてヨガをした、という事実が嬉しいです」

「初心者でも、年齢が〇〇でも、△△が不調でも、できるんですね」

という声を本当にたくさん頂戴します。

ヨガは「体を動かす特殊なエクササイズ」として一人歩きしている面もありますが、もともとは呼吸であり、生き方なので万人にひらかれているものです。

このトークイベントはヨガマスター龍村修先生にご協力いただき、
ヨガに触れたことがないという超初心者にお気軽にご参加いただける構成にしています。
もちろんヨガにご興味のある方にも楽しんでいただける内容です。

龍村修先生は現在、日本はもとより世界各国で「ヨガの本質はじぶんの生き方」と教えています。その言葉をお借りすると、ヨガの本質的な意味は「心身呼吸を結ぶ」「自然法則と結ぶ」「自他を結ぶ」「真と結ぶ」という意味を持ち、その「結ばれた状態＝調和」を指す語です。そこには体操という意味はありません。ポーズや技術を超えた「じぶんを生きるための息(呼吸)」にぜひ触れましょう、スタッフ一同心よりお待ちしております。

予定内容： ・学生時代（早稲田大学）の演劇からヨガに触れて
・リアルな龍村先生の生の呼吸を！
・生き方としてのヨガ
・医療も生き方も本来ホリスティック – 龍村修先生×長田夏哉院長 –

日 時： 2014年9月27日（土）午後3時30分～6時

場 所： 田園調布長田整形外科リハビリルーム <http://www.osada-seikei.com/>

参加費： 4320円（税込）当日現金払い

申し込み： クリニック受付 [03-5483-7070](tel:03-5483-7070) または yuuka131osada@gmail.com

★お名前・携帯電話番号（当日緊急連絡用）をおしらせください
（キャンセルの場合は必ずご連絡お願いします）

龍村修 プロフィール

龍村ヨガ研究所所長、NPO法人沖ヨガ協会理事長、
NPO法人日本YOGA連盟副理事長、国際総合生活ヨガ研修
会主宰、1948年兵庫県生、早稲田大学文学部卒。
学生時代の演劇活動の中でヨガに出会い、73年求道ヨガの
世界的権威、沖正弘導師の内弟子になる。以後、導師に同行
し世界10数ヶ国以上でヨガ指導経験を持つ。
85年導師没後、沖ヨガ修道場長を経て94年独立。龍村ヨ
ガ研究所開設。

