

Jules Febre

ジュールス・ファブレ先生はNYのカリスマスタジオであり、世界中のヨギー・ヨギーニから絶大な人気を誇る「ジヴァムクティ ヨガ スクール Jivamukti Yoga School」に籍を置き、世界中で行われるジヴァムクティヨガのティーチャートレーニングのメイン講師であり、世界で大人気のヨガの先生です。



キルタン

Kirtan キルタンの kir とは賛美するという意味です。ハルモニウムの演奏と共にマントラ（聖なる真言）や神様の名をコール&レスポンスで参加者全員で歌い音を奏でていく NADA（音のヨガ）です。

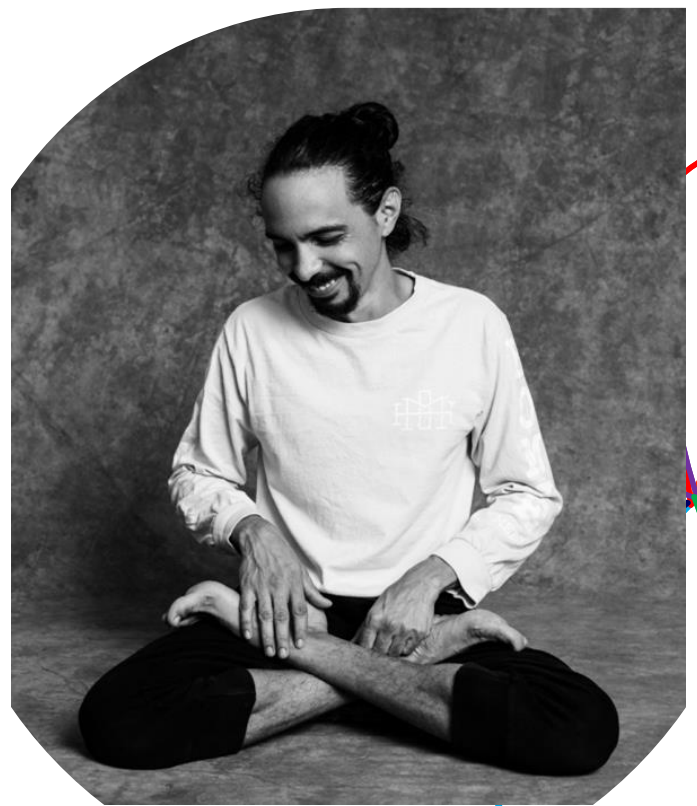
日本には言霊という言葉があります。言葉は自分自身の体を振動させて出す音です。何よりも自分自身が影響を受けます。良い言葉（よい周波数の音、振動）は 良いエネルギーを生み出し、自分自身も周りも幸せにします。良いことを引き寄せます。音のヨガで 美しい地球の振動、音と私達の内なる音をつなげ、大きな喜びと心の安定をもたらしていきましょう。

サットサンガ

Satsang の Sat は「真理」、ang は「肢」という意味です。

サットサンガは、「真理とは何か?」「真実とは何か?」を探究することに興味のある、志を同じくする人々の集いです。

2018 年をより、調和のある素晴らしい年にしていくきっかけとなるようなヨガの教えや話をして頂きます。



JIVAMUKTI YOGA

ジヴァムクティヨガは、1984 年に Sharon Gannon 先生 David Life 先生により NY に設立されました。すべての存在（人間、動物、植物等の生物だけでなく、山や川や石、鉱物の無機物も含む）への思いやり、優しさを通して Enlightenment（悟り）へ導きます。国際的に認められている世界 9 大ヨガの一つです。

ジヴァムクティヨガは 5 つの教義から成ります。

アヒムサ/非暴力、バクティ/献身、ナダ/振動・音、ディヤーナ/瞑想、シャーストラ/ヨガ教本の教えです。

レッスンの中でアーサナ、ポーズはもちろん、それだけでなく、5 つの教義に基づき、ヨガの哲学も学べるスタイルとなっています。

