



# ババジの クリヤー・ヨーガ

## 1段階目セミナーのご案内

人生の目標は、幸福、平安、愛、そして悟りです。完全への願いは、真我からやって来るものであり、真我は人類のすべてを通して自らを表そうとする神の似姿です。

クリヤー・ヨーガは、神との完全な合一をもたらす科学的技法であり、インドの偉大な大師であるババジ・ナーガラージによって、18人のシッダの教えを統合したものとして現代に復興されました。

2段階目のセミナーでは、自然に囲まれた環境の中、2泊3日の日程でクリヤー・ヨーガを日常生活に活かしていく方法を学びます。初級セミナーで学んだ技法を強力にフォローアップしていく呼吸法・瞑想法・ムドラー・バンダ・ヨーガニドラーを学びます。そして沈黙の行から火の儀式に続いてマントラの伝授が行われます。

### 1段階目のセミナー

#### 千葉：

2月16日(土), 17日(日) 確定  
千葉県流山市内  
AM9:00開始 6:00終了予定

#### 八ヶ岳：

4月9日(火), 10日(水) 暫定  
北杜市  
カフェ・ピアニッシモ  
AM9:00開始 6:00終了予定

#### 千葉：

7月20日(土), 21日(日) 暫定  
千葉県流山市内  
AM9:00開始 6:30終了予定

#### 千葉：

9月21日(土), 22日(日) 暫定  
千葉県流山市内  
AM9:00開始 6:00終了予定

尚4月以降の予定は変更される可能性がありますので、[wyatt999@nifty.com](mailto:wyatt999@nifty.com)宛てに御連絡下さい。

千葉の開催場所は、つくばエクスプレス沿線の公共施設で、秋葉原より30分程度の場所です。参加希望者宛てにメールにて御案内致します。

2段階目のセミナーにつきましては、ナーガラージ師が予定しております。別途お問い合わせください。

1段階目のセミナーでは次の事を学びます。

- ◇ 健康、寛ぎ、エネルギーをもたす18種類のポーズ
- ◇ クリヤー・クンダリーニー・プラナーヤーマとして知られ、精妙なエネルギーを目覚めさせ循環させる6種類の呼吸法
- ◇ 無意識の浄化、心の統御、真我と実在の認識をもたらす7種類の瞑想法

参加ご希望の方は、メールでご連絡ください。

[wyatt999@nifty.com](mailto:wyatt999@nifty.com)

メール受信後、こちらから誓約書兼参加申込書を返信いたします。