

2013年11月14日

各 位

株式会社 DAHN WORLD JAPAN

ボルテックスのエネルギーを感じ、 「ほんとうの自分」を見つめる

ダンワールドが静岡で「セドナ式瞑想」の体験会

イルチブレインヨガを展開するダンワールドジャパンは11月22日(金)、静岡市のイルチブレインヨガ静岡スタジオで、セドナ生まれの瞑想が体験できる「セドナ瞑想トレーニング」講座を開催します。世界最大級のパワースポットとして知られるアメリカアリゾナ州セドナで開発されたエネルギー瞑想プログラムを習うことができます。



■偉大な創造性を呼び醒ますセドナ

セドナは私たちの内面にある深遠で偉大な創造性を呼び醒ましてくれる場所です。セドナには、莫大なエネルギーが流れると言われる「ボルテックス」があり、大地のエネルギーが渦巻いて噴出し、天空のエネルギーが渦巻きながら入り込んでいます。

本来、エネルギー（気）は目で見たり、手で触れたりすることができないものですが、瞑想によって集中することで身体のエネルギーが感じられるようになり、ボルテックスのエネルギーとも一体になることができます。

■イルチブレインヨガのセドナ式瞑想

イルチブレインヨガは瞑想スポットとしてのセドナの価値に着目し、現地で瞑想プログラムを行ってきました。セドナ式瞑想の基本は、身体のエネルギー感覚を取り戻すことです。エネルギーを覚醒させることで、地上からわき上がるエネルギーとつながり、自らをヒーリングしていきます。そのプログラムは、別名「ボルテックス瞑想」とも呼ばれています。

■セドナ瞑想を日本でも体験

イルチブレインヨガでは、セドナで生まれた瞑想法を日本にしながら体験できる独自プログラムを実践しています。瞑想やヨガ体操、呼吸法によって、人体の中心であるチャクラを開き、自分自身の気エネルギーをより敏感に感じ取れるようにしていきます。

普段忙しく毎日を過ごしていると、自分を見つめる時間を確保することが難しいですが、セドナ式瞑想を実践すれば、素直な気持ちで自分の内側を見つめることができるようになります。

■「本当の自分」が見えてくる

11月22日に静岡市のイルチブレインヨガ静岡スタジオで行われる「セドナ瞑想トレーニング」は、ボルテックス瞑想が体験できる特別イベントです。セドナの大自然をイメージしながら瞑想や呼吸をすることで、一時的な感情や過去の苦い記憶から解きほぐされ、自分が本当に望むものが見えやすくなっていきます。また、呼吸が楽になる、心が穏やかになる、肩こり防止・集中力アップなどの効果も期待できます。呼吸法を体得したい方、日常の忙しさや煩わしさから離れ落ち着く時間を持ちたい方などにオススメです！セドナ瞑想で魂が浄化される感覚を味わってみませんか？

□■□ セドナ瞑想トレーニング □■□

開催日時：11月22日(金) 14:30～16:00

場所：イルチブレインヨガ静岡スタジオ

参加費：2,000円

トレーナー：チーフインストラクター川合

その他：呼吸チェック付

問合せ：054-271-6288

オンライン予約

<http://ilchibrainyoga.com/studio/shizuoka/stdoshizuokas>

+ + +

【イルチブレインヨガについて】

ダンワールドが展開するイルチブレインヨガ(ILCHI Brain Yoga)は、脳科学と東洋医学を融合させた体と心と脳のヨガです。脳教育を通じて脳を活性化し、心身の健康、幸せを実現します。ダンワールドジャパンでは、人生を充実させたいと願う人たちを対象に、「脳教育 BEST5」にもとづくILCHI チョンファ心性(真我発見)などの特別トレーニングを全国各地で提供しています。

▼イルチブレインヨガのスタジオ・教室情報はこちら

<http://www.ilchibrainyoga.com>

▼イルチブレインヨガの公式facebookページはこちら

<http://www.facebook.com/ilchibrainyoga>

▼イルチブレインヨガの体験談はこちら

<http://www.brainyogavoice.jp>

【株式会社 DAHN WORLD JAPAN について】

ダンワールドジャパン (DAHN WORLD JAPAN、本社・名古屋市) は脳教育を専門とする健康・教育サービス企業です。1997 年に設立され、最先端の脳教育理論に基づく「イルチブレインヨガ」のスタジオを全国 100 カ所以上で運営しています。

▼公式ホームページ: <http://www.dahnworld.co.jp>