個別指導 & 帰国直後のお話も

2026
10/17 (土)

ヨーガ行者の王
成瀬雅春先生直接指導

倍音声明と ヨーガ奥義 研修

in 広島県福山市



「人智を超える瞑想」テクニックを一人一人に直接指導



参加条件

成瀬雅春先生著作「ヨーガ奥義書」(BABジャパン・1760円)を必ず読んだ上で、ご参加ください。

講　師

成瀬雅春

プロフィールは裏面へ



時　間　13:30～17:00 (13:00～開場)　※適宜休憩あり

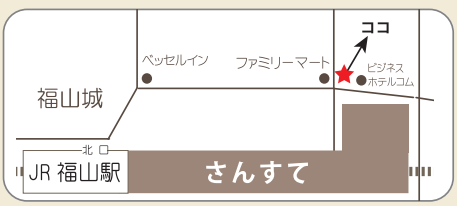
定　員　25人 (先着・入金順に受付)

持参物　動きやすい服装。(更衣室があります)、書籍「ヨーガ奥義書」

参加費　30,000円　※非会員の場合は入会金8,000円必要

主催・会場・申込

シンプルヨーガ
〒720-0054
広島県福山市城見町
1-1-1ウチダビル5階
(JR福山駅北口徒歩スグ)



QRをスキャン

メールアドレスへ申込。または
QRコードのメールフォームから

電　話：084-931-2470　メール：siy@simpleyoga.jp



成瀬雅春先生直接指導

倍音声明と ヨーガ奥義 研修

01 倍音声明

ネパールの奥地・秘境ムスタンから帰国直後の研修となり、その旅の話も聞ける特別研修です。
倍音声明はチベット密教ニンマ派の修行法で、母音（ウオアエイ）を発声し続けるというダイナミックな瞑想法です。誰でも安全に瞑想体験ができ、それによって心身浄化効果が期待できます。

02 ヨーガ奥義

その倍音声明によって瞑想を体感した後に、「ヨーガ奥義書」（BAB ジャパン・1760 円）をもとにして、誰もが手にできるものではなかった“奥義”を会得するためのそれぞれ重要なテクニックを学びます。
さらに「人智を超える瞑想」テクニックを、一人一人に直接指導します。

講師プロフィール

ヨーガ行者。ヨーガ指導者。ハタ・ヨーガ（身体を操作するヨーガ）を中心に独自の修行を続け、1976 年からヨーガ指導を開始。2001 年、全インド密教協会からヨーギーラージ（ヨーガ行者の王）の称号を授与される。2011 年 6 月、ガンジス河源流ゴームク（3892m）での 12 年のヒマラヤ修行を終える。著書多数出版している。朝日カルチャーセンター講師。倍音声明協会会長。成瀬ヨーガグループ主宰。

初心者や経験者に関わらず どなたでもご参加できます

お申込方法

電話かメールでお申込みください。お申込み後は、下記口座へ参加費をお振込みくださるか、または教室にてお支払いください。入金順に受付いたします。お支払後の参加費用の返金はできませんので予めご了承ください。

［振込先］ 広島銀行　福山西支店
普通 3100089　森はま子

会場 / お申込先

シンプルヨーガ

広島県福山市城見町1-1-1ウチダビル5階
TEL 084-931-2470
Mail siy@simpleyoga.jp
WEB https://www.simpleyoga.jp/