



INTERNATIONAL DAY OF YOGA 国際ヨガデー関西 2018 in 神戸 24 JUNE

2018年6月24日 神戸メリケンパークにて
開催されました国際ヨガデーのお祝いを
ブラーマ・クマリも協賛し、実行委員と一緒に盛り上げていきました

2016年大阪城、2017京都・平安神宮に続き、
様々なヨガ愛好者が実行委員会を結成し、6か月間にわたる準備を
経て、「ヨガでイロイロなものがつながる一日」を楽しみました。
午前中の1000人ヨガには1496人が参加、兵庫県知事、
神戸市長、インド総領事ら来賓と共に、晴天の空の下、楽しみました。



ヨガエリア・クラスの一つを担当し
「心のヨガを体験する～感じて、
つながりを形にする」
と題してワークショップを行いました

自己の内面に繋がり、魂である光を感じ、
周りをつなぐ光の輪をイメージして、
世界～宇宙に平和を拡げる瞑想をしました。

サンフランシスコのラージャヨギ Sis, 恭子による、
フルート演奏で雰囲気を一気に瞑想状態にしてくれました。
「神崎海風と木のそよぎを感じながら、とても心地よく瞑想状態でいられた、
周りの音が一切気にならなかった」と参加者の感想。



最後に、私たちが感じた繋がりを形に～自由につながる、をアートしました