

LEARN HOW TO MEDITATE 2008

メディテーション講習会

東京・鎌倉



*
*
*
メディテーションは、呼吸法や集中力を使いながら、心を無にします。今回は世界中でクラスをしているアシルバード講師によるメディテーションの入門クラスです。めい想って何?という初心者から何年も実践されている上級者まで楽しんでいただける内容です。是非ご参加ください。(入場無料、日本語通訳付)



講師

アシルバード・ザイアントチック