

「禅」で心の疲れをとる!

編り込み付録 32ページ
アメリカ版の
最新ヨガを
翻訳大特集

身もココロも
「美力アップ」
生活誌

VOL.24
2012

YOGA
JOURNAL

ヨガジャーナル日本版
saita mook

整体いらずな
夏の肩甲骨ヨガ

肩甲骨を動かすと整体いらずになる
& 肩甲骨ヨガ特選ポーズ20

表紙巻頭インタビュー

ほしのあきの
細グラマー
の秘密

総力特集

心の疲れをとる!

禅入門

禅の歴史&教え&作法はこんなにシンプルで簡単
毎日気軽に実践できる20のプチ禅メソッド
禅的インテリアが今おしゃれにハマる理由

- アメリカ本国版から6大特集を翻訳
1. コブラのポーズ完全習得
 2. コアを鍛える上達講座
 3. 賢人たちのエコな最新事情
 4. 波のように動くシークエンス
 5. カルマを知る
 6. アウトドア・ピザのすすめ

好評連載

ケン・ハラクマ
柳生直子
長谷川理恵
etc.

HEALTH FITNESS FOOD TRAVEL HOME WORK NATURE RELATIONSHIPS SPIRITUALITY VALUES

YOGA JOURNAL JAPAN

VOL. 24

灯

ランプシェード

明治30年創業の富山の鋳物メーカーが制作。鋳肌を磨いて艶を出した、独特の風合いだ。年月とともに味わい深く変化する質感を楽しみたい。φ15.6×H12cm。「明星 小」¥18,900 (FUTAGAMI) ①



キャンドルホルダー

実は珍しい、和紙製のホルダー。海外で人気が高まり、日本でも販売が始まった。和紙を透かしてこぼれる光は、空間に癒しを与えてくれる。防災加工済み。[KOTORI T-LIGHT S] ¥3,990 (日吉屋) ②



ろうそく立て

富山の高岡に古くから伝わる銅器をアレンジ。仏具でありながら普段使いできる、モダンなろうそく立てだ。揺れる炎に心を落ち着かせて、坐禅に集中しよう。φ3.4×H13.4cm。「華 灯立」各¥10,185 (能作) ③

テーブルランプ

秋田の「大館曲げわっぱ」の高度な技術で実現した、凛とした行いの逸品。天然の秋田杉の美しい木目と香り、LEDライトがつくる光の陰影が絶妙に響き合う。一輪挿しつき。「ぐるり」¥31,500 (YOnoBI) ④



SHOP LIST

- ① アンシャンテ・ジャパン tel.03-5319-1966
- ② 出光美術館 tel.03-3213-9402
- ③ All About スタイルストア
www.stylestore.allabout.co.jp
- ④ クロスエッジ tel.050-3335-6295
- ⑤ J-PERIOD 表参道ヒルズ店 tel.03-6439-1611
- ⑥ センプレ本店 tel.03-6407-9081
- ⑦ 添島敷商店 tel.0944-88-1141
- ⑧ 高岡 tel.075-341-2251

- ⑨ テオリ tel.086-698-4526
- ⑩ 東京松屋 tel.03-3842-3785
- ⑪ 能作 tel.0766-63-5080
- ⑫ 日吉屋 tel.075-441-6644
- ⑬ 二上 tel.0766-23-8531
- ⑭ MORITA ☎0120-925-495
- ⑮ 山口久美 tel.0766-22-0993
- ⑯ リビング・モティーフ tel.03-3587-2784

YogaAlliance

ヨガアライアンス実績ナンバー1。

米国ヨガアライアンス取得100%保証
無料説明会 開催中

PRESENT 参加者にレッスンチケットを贈呈

【詳細・お申し込み】

<http://www.underthelight.jp>



UNDER THE LIGHT
YOGA SCHOOL

東京都渋谷区代々木1-53-4 奨学会館別館4F
【お問合せメール】 yj24@underthelight.jp