

身心靈成長體驗班

依循大自然法則而創立的合氣道，以不爭不鬥為最高指導原則。將吾人的看法、作法、想法合乎宇宙人生的法則，此時名為“合氣”，藉著人我之間互相成就對方，協調統一，心平氣和，泯滅對抗，由於不斷鍛鍊，讓我們身心靈得于保持平衡。日新、日日新、又日新。每日練習合氣道二小時，對其餘二十二小時在於日常生活當中，故說合氣道是生活當中的合氣道，隨時隨地充滿活活潑潑的氣。朝氣蓬勃面對每日生活的來臨。

合氣道是一門融合武術精華的功夫，適合男女老少練習。運動生命長久，有益身心健康。

合氣道不用蠻力，運用力學原理，克敵制勝，有「四兩撥千斤」之妙用。可以防身、健身，也可以變化氣質。習之日久，氣度儒雅，精神開朗，對家庭生活及工作能力都有助益。

摘自【佛光菜根譚】

悟道以後：

連說話都芬芳了 萬事萬物都美善了 人生忽然天高地迥
心胸如宇宙無極 世間變得如許舒坦

活動訊息：凡參加體驗成長班者，免繳學費，全勤者並致贈「合氣道的身法與入身」體術示範教學 DVD。

參加資格：男女老少身心健全者（請自備道服一套，亦可代為訂購）

報名日期：自 106 年 2 月 2 日起至 2 月 13 日截止

上課時間：自 106 年 2 月 14 日起至 3 月 16 日止，共計九堂課
（早鳥班）每週二、四 早上 7：30～8：30

上課地點：臺北市中山區新生北路 3 段 39 號對面高架橋下

新生合氣道總部道館（位於：中山區新庄里活動中心內）

報名方式：直接撥打 0953-472-660 或 (02) 2558-9630，洽合氣道
新生總部道館王老師