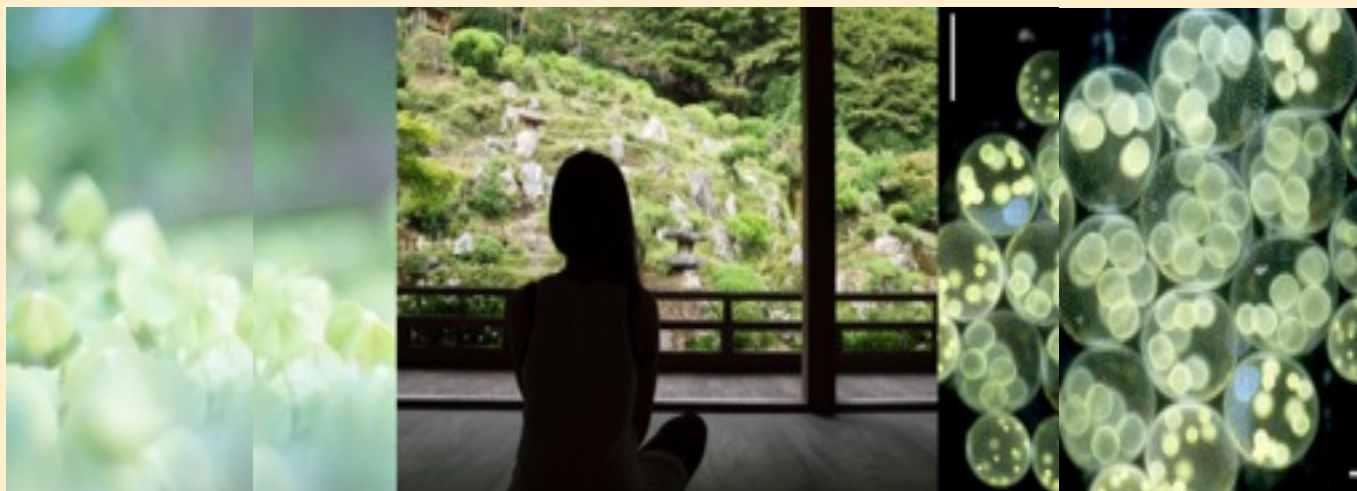


くつろぎをマスターするセルフヒプノシス講座 からだの知恵がもたらす アバダンス(潤沢)なくつろぎ



アспект to アバダンス in 豊川 2015年7月11日-12日

私たちは健康を願うがゆえに、自分の身体の生理学的機能を知り、メンテナンスを行います。この2日間では、更に一歩進めて、身体が独自に備えている“知恵”に出会ってみませんか？ 尽きることのない“豊かなくつろぎの境地”を体感をもって体験できる貴重なチャンスです。



ヒプノシスは意識マインドと無意識マインドとの間に親和的な繋がりを作り出すための技法です。

意識マインドとは、脳内において意識的に行われている思考活動のことです。私たちが

のマインド(心・精神・意識)全体の3%~5%程度を占めているとされています。

一方で無意識マインドは、私たちのマインド(心・精神・意識)全体の90%にも及んでいますが、日常生活において気づかれることが少ない思考活動に影響を与えています。癖やパターンなどは、全てこの無意識マインドからのアクションといえます。

また、無意識マインドは「眠れる脳」あるいは「脳のビッグデータ領域」とも呼ばれており、日常の意識マインド領域からは得ることのできない、貴重な情報を温存しています。従って無意識マインドと意識マインドとの間に繋がりが生まれることにより、私たちはこの貴重な情報を、現実生活の中で活用することが可能となります。

寛ぐことも一つの技能です。

今日の私たちのライフスタイルは、余りにも“寛ぐこと”や“寛ぎ”から遠ざかっています。

確かに、ソファに座ってお茶を飲みながらネットやTVを見たり、気の合う仲間と美味しいお酒を楽しんだり、温泉やガーデニングなどなど…多種多様な過ごし方でリラクゼーションや気分転換を味わうことは可能です。

そしてそれらの多くが、日常のストレスや雑事から私たちを遠ざけて、束の間の憩いを与えてくれているのも事実です。しかしこのような憩いの最中であつたとしても、私たちの胸中には、依然として仕事や家庭の問題や、対人関係のストレスなどが過ぎり、寛ぎの感覚が薄れてしまう、というのも現実の有様です。なぜ、このような状況が繰り返されるのでしょうか？

私たちが言うところの“寛ぎ”とは、「憩い」とは異なった次元にあり、異なった質を備えています。“純粹な寛ぎ”の次元においては、例えば、仕事や家庭の問題や、対人関係のストレスなどが過ぎたとしても、それらが私たち自身の“寛ぎ”を奪うということはありません。



それはまるで、水圧や気圧の抵抗に逆らうことなく、美しい海中を漂いながら水との一体感を味わっているような感覚と言えるかもしれません。

このような“寛ぎ”は、体感覚として起こります。このため、身体には“寛ぎの正体”を知り、必要に応じて、その“寛ぎ”を日常生活の中で追体験できるような技能をマスターしてもらう必要があります。とはいえ、それは未知の難しいことを覚えるのではなく、無意識マインドが承知している感覚を呼び覚ますだけなのです。

ヒプノシスは瞑想と同様に、私たちがこのような純粹な寛ぎの感覚を得るための技能に、私たち自身が気づくことを可能にするものです。この2日間のワークショップでは、ヒプノシスの催眠意識状態から純粹な寛ぎに入っていくことを体験・体感していきます。そして無意識マインドのレベルから、身体が備えている知恵に出会い、自分自身の内なる豊かさを実感していきます。





くつろぎをマスターするセルフヒプノシス講座

ヒプノシスの技法を使って自分自身の無意識と対話することを学んだり、私たちのマインドがどんなふうにからだをコントロールしようとするのかといった認識を通して、からだの知恵に信頼を置くことで得られるアバンダンスなくつろぎを体験的に手に入れます。

外側の豊かさ、ゆとりが自然発生的に起きてくることを意図したプログラム構成となっています。

- 日時：2015年7月11日-12日 10:00～17:00(予定)
- 会場：イン・ルーチェ（愛知県豊川市）
- 受講料：48,000円
- 定員：12名
- 申込み〆切：2015年6月30日
- お申込・お問合せ先：イン・ルーチェ
inluce@7jigen.com
0533-83-5308 / 080-9729-0257
www.inluce.info 吉野かみい まで。

=講師プロフィール=



プレマナダ・R. ベイジー

プレマナダはヒプノセラピスト修士課程を修了し、NLP指導者でもあり、GTCのメンバーでもあります。彼は国際的に知られた指導者です。

プレマナダは彼のワークに多次的システムのアプローチを取り入れています。

彼は特に創造性やセルフ・ヒーリング、罪の意識やさまざまな中毒症などの領域や、どのようにして自身を尊重するかにヒプノシスを用いることに興味を持っています。彼のユーモアと、この分野でワークをしてきた長年の体験が、トレーニングに気軽さや明晰さをもたらし、参加者はくつろいで楽しく参加できるのです。

今年の7月にやってくる二人の講師プラボディとプレマナダの二人はドイツ在住のベテラン講師でABH（米国催眠協会）の認定書を直接出せる資格を持つと同時に経験豊富なNLPトレーナーでもあります。日本には2008年から毎年訪れており大の日本好きです。

このたびの2日間の目玉は女性と男性の声によるダブルのインダクションー催眠に入っていくためのガイドを男女の声で聞けるというアバンダンスな体験ーがもたらす深くくつろぎをお届けします。



プラボディ・ミルデンベルグ

プラボディは弁護士で、ヒプノシストとして、またNLP講師としての資格を持ち、グローバルトレーナー&コンサルタントネットワーク (GTC) のメンバーでもあります。

彼女は特に感情と身体と精神の健康のためにヒプノシスを用いることをしてきました。

これまでの18年間、数えきれないほどのクライアントとワークし、成功を収めてきました。世界中のさまざまな国でトレーニング、指導、セッションをしていっています。

彼女の個性的で、フォーカスされたトレーニングへのアプローチは、ヒプノシスの本質を無理なく伝達するため、参加者はそれを簡単に理解していけることに喜びを見だし、そこに参加していることでヒプノシスの技術を彼ら自身に行えることを知ることです。

=個人セッションのお知らせ=



<二人からのメッセージ>

私たちの大好きな日本のみなさんに今年もお会いできるのを楽しみにしています。

毎回大人気のヒプノシスセッションもわずかですがオープンしています。

60分セッション20,000円+通訳5,000円

7月13日(月)と7月14日(火)の2日間
11:00～ / 12:15～ / 14:30～ / 15:45～ / 17:00～

希望の講師、通訳の有無を明記の上、ご希望の時間帯を教えてください。先着順にてお早めのお申込をお勧めいたします。

2015年は「アスペクト to アバンダンス」というコンセプトのもと、【“からだ” “マインド” “感情” が持つ豊かさ】について、ヒプノ体験を通して気づきをもたらすワークショップの開催となります。これらは、愛知、大阪、神奈川県でシリーズとして展開されます。

■大阪開催「マネーグループ」
7月18・19・20日(土日祝) 新大阪
□連絡先：数野ギータ
info_angelica@yahoo.co.jp

■東京開催「過去の傷を癒やすヒプノシス」
7月25・26日(土日) 江ノ島KKR
□連絡先：斉藤ダソ
daso@cleanlanguage.jp
090-7599-3693