

※本講座は、受講者一人ひとりの状態に合わせて、内容や順序を微調整しながら進めていきます。

		内容	配布資料
第1回 120分	基礎知識	<p><b>(オリエンテーション)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 講座概要と進め方</li> <li>・ 日程確認</li> </ul> <p><b>(カウンセリング)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 現状について</li> <li>・ これからの在り方、目指す姿 ①</li> </ul> <p><b>(座学)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ハイヤーセルフについて</li> <li>・ セルフチャネリングの仕組み</li> </ul> <p><b>(実践)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ セルフチャネリングの実践</li> </ul>	<p><b>(PDF)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 受講のご案内</li> <li>・ カリキュラム</li> <li>・ 事前課題</li> </ul> <p>・ レジュメ 第1回</p> <p>・ セルフチャネリング講座 知識編①</p> <p>・ セルフチャネリング講座 技術編①</p> <p>・ セルフチャネリング講座 1</p> <p>・ セルフチャネリング講座 2</p> <p><b>(音源)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 深い瞑想 (YouTube,音声ファイル)</li> </ul>
第2回 120分	基本練習	<p><b>(カウンセリング)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 前回からの変化や現状について</li> </ul> <p><b>(座学)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 肉体のわたしについて</li> </ul> <p><b>(実践)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ セルフチャネリングの実践</li> </ul>	<p><b>(PDF)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ レジュメ 第2回</li> <li>・ セルフチャネリング講座 知識編②</li> </ul> <p><b>(音源)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ セルフチャネリングガイド 基本 (YouTube,音声ファイル)</li> </ul>
第3回 120分	実践的な練習 ～短時間で 瞑想状態に入る ～体感から 瞑想状態に入る	<p><b>(カウンセリング)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 前回からの変化や現状について</li> </ul> <p><b>(座学)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ セルフチャネリングの習熟に向けて</li> <li>・ 体感を利用して瞑想状態に入る方法</li> <li>・ より具体的な質問、複雑な質問への対応方法</li> </ul> <p><b>(実践)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ より短い時間で瞑想に入る実践</li> </ul>	<p><b>(PDF)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ レジュメ 第3回</li> <li>・ セルフチャネリング講座 3</li> </ul> <p><b>(音源)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ セルフチャネリングガイド ショート (YouTube,音声ファイル)</li> </ul>
第4回 120分	応用 1 ～未来、過去への チャネリング	<p><b>(カウンセリング)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 前回からの変化や現状について</li> </ul> <p><b>(座学)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ セルフチャネリングの応用</li> <li>・ 体感を利用して瞑想状態に入る方法</li> <li>・ 未来、過去へのチャネリング</li> </ul> <p><b>(実践)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 体感を利用して瞑想状態に入る</li> <li>・ 未来、過去へのチャネリングの実践</li> </ul>	<p><b>(PDF)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ レジュメ 第4回</li> <li>・ セルフチャネリング講座 4</li> </ul>
第5回 120分	応用 2 ～他者の情報への チャネリング	<p><b>(カウンセリング)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 前回からの変化や現状について</li> </ul> <p><b>(座学)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 第三者の情報を得る方法</li> </ul> <p><b>(実践)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 体感を利用して瞑想状態に入る</li> <li>・ 第三者の情報へのチャネリングの実践</li> </ul>	<p><b>(PDF)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ レジュメ 第5回</li> <li>・ セルフチャネリング講座 5</li> </ul>

※本講座は、受講者一人ひとりの状態に合わせて、内容や順序を微調整しながら進めていきます。

		内容	配布資料
第6回 120分	日常での活用 ～日々の在り方	<b>(カウンセリング)</b> ・これからの在り方、目指す姿 ②  <b>(座学)</b> ・セルフチャネリングを活用した生き方  <b>(実践)</b> ・体感を利用して瞑想状態に入る ・日々の在り方についてアドバイスを得る	<b>(PDF)</b> ・レジュメ 第6回 ・セルフチャネリング講座 6 ・第6回終了後のご案内
第7回 90分	アフターフォロー 1  講座後に出てくる疑問やズレを整えたり、日常への統合を目的とした時間です。	<b>(カウンセリング)</b> ・これからの在り方、目指す姿 ③  <b>(座学)</b> ・セルフチャネリング補足説明 ・質疑応答  ※状況やご希望により、内容は適宜調整します	<b>(PDF)</b> ・フォローアップ期間中のご案内
第8回 90分	アフターフォロー 2  講座後に出てくる疑問やズレを整えたり、日常への統合を目的とした時間です。	<b>(カウンセリング)</b> ・これからの在り方、目指す姿 ④  <b>(座学)</b> ・セルフチャネリング補足説明 ・質疑応答  ※状況やご希望により、内容は適宜調整します	<b>(PDF)</b> ・講座終了後のご案内