

☆「カラダ」にそっと語りかけてみる...」

## トレガーアプローチ

～赤ちゃんのときのような柔軟な‘カラダ’って？～

アメリカで生まれたボディワークの一種。筋肉の深い層にやさしく語りかけることにより、‘カラダ’全体がやわらかくほぐれていく感覚。痛みのないアプローチは‘ココロ’にもやさしい。欧米などではリハビリにも使われています。詳しくは公式 HP ( <http://www.trager-jp.com/> ) ご参照。

\* 「Trager (R)」は国際トレガー協会によって日本でも商標登録されています。

☆「ココロ」にそっと語りかけてみる...」

## ヒプノセラピー

～自分の‘ココロ’がすっきりしている感じって？～

いまひとつ、‘ココロ’がすっきりしないときってありますよね。なんとなく自分のことが嫌いだったり、むしゃくしゃすることが重なったり...。長引くと、‘いつもうまくいかない感じ’や‘同じことが繰り返されているような感覚’...

流れを切り替えるヒントが自分自身の‘ココロ’の中にあるとしたら？ あなたが安心できるあなたなりのペースで少しずつ‘ココロ’に語りかけてみませんか？

いつもセッションの主導権は‘あなた’にあります。

☆「カラダ’と‘ココロ’にそっと語りかけてみる...」

## CHUアプローチ

～あなたの‘カラダ’と‘ココロ’が伝えたいことって？～

あなた自身の‘自然治癒力’は毎瞬毎瞬あなたの‘カラダ’や‘ココロ’のバランスを最善のものに整えてくれています。‘CHU アプローチ’では、‘カラダ’、‘ココロ’、そして‘エネルギー’の流れが‘今のあなたに伝えたいこと’を感じとり、それをあなたの人生に活用してゆくサポートをしていきます。

また必要に応じて、各種ヒーリングを施していきます。

すべてあなたとの相談の下に進めていくセッションです。

☆「まず‘はエネルギー’を補充してみる...」

## レイキヒーリング

‘あなたの今のエネルギー量’は？ 最低60%は欲しいところ。

‘レイキ’のエネルギーヒーリングで補充するという方法があります。

☆「まずは今思っていることから話してみる...」

## カウンセリング

‘今、思っていること’、‘考えていること’をあなたのペースで

少しずつ話すことから始めてみませんか？

<セッション時間 & 料金> \*各セッション共通

\*一般的により長くお時間を頂けるほど、より深いサポートをさせて頂くことができます。

(特に敏感な方などには短めが良い場合もあります。)

・フルセッション(90分): ￥10,000(税込)

・60分ミニセッション : ￥6,000(税込)

・30分(体験)セッション: ￥3,500(税込)

\*各種割引回数券もあります。(3回、6回)

<セッションの間隔について(目安)>

\*2週間毎が平均的です。ご事情に合わせて週1回、月に1回なども可能です。毎回のセッションの後に次回までの間隔についてご相談させて頂いています。

<スクールについて>

◇ レイキヒーリングスクール

ファースト・セカンド・サード / ティーチアーズコース

◇ コミュニケーション講座

◇ JPTA カウンセラー養成講座

◇ JPTA ヒプノセラピスト養成講座

\*詳しくは HP ( <http://www.officechu.com/> ) ご参照。

注) 弊事務所より提供させて頂く各種セッションは、あくまで

‘健康法’、‘リラクゼーション’、‘コミュニケーション’、

‘教育モデル’、‘ライフスタイル’ としての位置付けです。(治療行為を目的としたものではありません。)