

ハコミセラピーワークショップ in 金沢

アメリカで生まれた、深く、もっとも効率の良いセラピーのひとつである、ハコミセラピーを体験するワークショップです。金沢エリアでは初めての開催となる今回は、さまざまなハコミの手法の中から「ラビング・プレゼンス」という考え方とその実践方法を体験的にご紹介します。日常の人間関係やコミュニケーションにも大変役立つ内容となっています。この貴重な機会へのご参加をお待ちしています（特別割引価格となっています！）。

ラビング・プレゼンス (Loving Presence) とは、ハコミの最重要概念のひとつで、その根底にあるのは、相手に何かを与えようとするよりも、むしろスピリチュアルなレベルでの、目には見えない「糧」を相手から積極的に受け取ることを通じて、自らを深く満たしてあげようとする行為です。それにより、相手を十全に尊重し、受け入れようとする姿勢が自ずと生まれ、深い信頼感に裏打ちされた癒しの関係性の場が、無理なく自然に創られていきます。また、心理療法の分野だけに留まらず、あらゆる人間関係に応用可能で、日常生活において常に自分の心を深く満たし、かつ人とのより豊かな関係性を築いていくための大きな助けともなります。

ハコミセラピーは、1980年頃、アメリカ人のセラピスト、ロン・クルツによって作られました。心と身体につながりに注目するさまざまな療法（ゲシュタルトセラピー、バイオエナジェティクス、フェルデンクライスメソッド、等）の影響を受けつつ、彼独自の理論を統合した、包括的な心理療法です。

ハコミは、東洋の仏教や老子の思想からも強い影響を受けています。ハコミのセッションは、ある意味「援助者つきの瞑想」のような感じです。丁寧かつ繊細に自分自身の内面を観察しながら、セラピストと共に深い自己探求を行っていくのです。言葉だけのカウンセリングとは異なり、イメージや身体感覚などの全てを使って、体験的に無意識の世界を旅していき、自分でも知らなかった自己の欲求や感情に触れたり、自分を知らず知らずコントロールしていた「人生脚本」に気づき、その変容を促していきます。そのようにして、もっと自分らしく心豊かに生きていくための道を自分自身で発見していく機会を提供し、援助していきます。

【ハコミセラピーのホームページ】 www.hakomi.net/

日 時： 2010年7月10日（土）～11日（日）

（初日）11：00～18：30 （2日目）9：30～17：00

会 場： シーサイド松任（和室研修室） 石川県白山市相川町 2462 076-274-3190

（地図）<http://www.seaside-matto.jp/access.html>

講 師： 高野 雅司（ハコミ公認トレーナー／心理学博士）

一橋大学を卒業後、コンサルティング会社勤務を経て渡米。カリフォルニア統合学研究所にて博士号（Ph.D.）を取得。また、日本人としては初めてハコミセラピーの公認トレーニングも修了。1997年に帰国し、心理臨床の現場で活躍すると共に、コミュニケーション能力向上に関する研修／コンサルティング活動も行う。また、自己表現に不慣れな、多くの日本人に適した、繊細かつ内省的な心理療法としてのハコミの紹介と普及にも力を注いでいる。著書に『トランスパーソナル心理療法入門』（2001年、日本評論社／編共著）、訳書に『魂のプロセス』（1999年、コスモスライブラリー）、『ハコミセラピー』（1996年、星和書店／共訳）、他。



定 員： 25名程度

参加費： 18,000円（初日のみ参加は12,000円／2日目のみ参加は不可）

申込先： 福多 唯（ふくだゆい） Email: infowendo@yahoo.co.jp TEL 076-280-1819

必要事項〈氏名、住所、TEL、メールアドレス〉を記載し、Eメール等でお申し込み下さい
なお、お申込みの際には当チラシ裏面もご参照ください。