

# 催眠療法体験セミナー

長野メンタルステーツ

～長野開催・第179回催眠療法体験セミナー～

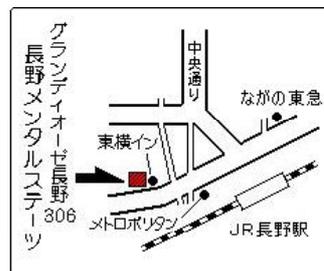
## 催眠とは”自分へのコミュニケーションの扉”を開くこと

そして催眠療法は自分へのダイビングです。

葛藤やトラウマを解き放ちながら、それを越えた自分の本質に出会い、そこへシフトしていくプロセスを促す効果的な体験方法の一つです。

このセミナーでは、まず自分自身とのコミュニケーションのとりかた、催眠状態を体験的に理解します。そしてさらに、過去の体験を「ゆるす」とは？トラウマを解放するとは？といったことを、頭の理解ではなく、実際どうあればいいのかという「自身の在り方」へと結びつけていきます。自分自身と向き合うこと、今までの枠を越えた高い視点で物事をとらえていくことを助け、自分を再発見していく方向をサポートしていきます。

- 日時 2019年 5月12日(日) 10:00～16:30
- 会場 長野メンタルステーツ (長野市南石堂町1315-4-306)
- 講師 富井 清文 (ヒプノセラピスト)
- 参加料 8,800円 (ステップ単位の場合:各3,500円)
- 定員 5名 ※会場までの地図は下記ホームページをご覧ください



- その他 楽な服装で、バスタオルなど(敷物)をご持参下さい。  
会場はJR長野駅より徒歩3分、ホテル東横イン西隣のビルです。  
※会場には駐車場はございませんので、近くのパーキングをご利用下さい。

- 申込先 長野メンタルステーツ TEL/FAX 026(224)4976  
e-mail: [present@pat.hi-ho.ne.jp](mailto:present@pat.hi-ho.ne.jp) HP: <http://www.pat.hi-ho.ne.jp/present/>



### <講師プロフィール:富井 清文(とみいきよふみ)>



1963年4月11日生まれ 長野県長野市出身。東京理科大学理学部卒。海上保安庁水路部(現海洋情報部)に勤務し、太陽系天体の観測、暦の編纂などに従事。退職後現職となる。

リンダ・ローザ博士のヒプノ・ポテンシャルをはじめとした催眠療法や、癒しの本質、次元を越える視点を体験的に学び、1999年6月に長野市にてセッションルーム「長野メンタルステーツ」を開設、本格的にセラピーを始める。催眠療法の臨床セッション数は、現在(2017.1)まで約6,500回。過去の未消化な体験へのアプローチと解放、高次元の存在や自身の叡智とのコミュニケーションを助ける、退行催眠療法を専門分野とする。長野市の他、招請により東京、札幌、仙台、新潟、名古屋、京都、広島、福岡など各地で個人セッションやセミナー、講演を行っている。また京都三条ラジオカフェ毎週放送の番組「癒しのステーションTommyHz」のラジオパーソナリティを一年間務め、長野では、SBC信越放送ラジオにレギュラー出演。自身の本質への回帰を促すフラワーエッセンスの普及活動にも力を入れ、現在レイ・エッセンスのプロデューサーとしても活動中。

## ○講座内容

このセミナーでは、体験を通じて自分を再発見し、  
新たな感覚や視点を自分のものにしていくことをサポートをしていきます。

### ●ステップ1 ストレスを解消する自己催眠法 10:00～12:00

#### ～催眠状態を体験する～

催眠とは、心と体の解放体験です。自分へ耳を澄ませていく状態、ただゆるしている状態、とも言えます。つまりすべてに対してオープンになっている状態です。すると閉ざしていた自分とのコミュニケーションが開くことにより、心身の恒常性(本来の健康な状態へ戻ろうとする性質)が誘発され、ため込んでいたストレスが解消されていくのみならず、さらに本来の自分への回帰プロセスが促されていきます。

一般的に思われがちな催眠に対する様々な思い違いを解いていき、実際に体験をしていただきながら、催眠とはどういう状態なのか、「ゆるし」ということはどういうことなのか、体験を通じてつかんでいただけます。

### ●ステップ2 退行催眠療法について 13:00～15:10

#### ～トラウマを解放するには～

人生に起こってくるすべての"問題"と思われているものと、心の中で未消化のまま閉ざしていた過去の体験の関係、そしてトラウマを解放するプロセスとはどんなものなのか、事例を交えながらお話していきます。人生を越えたトラウマのことは「カルマ」と呼ばれていますが、それも含めた「過去」のゆるしていない未消化な体験が、いかに自動的に自分の人生を創っているのかを、いくつかの実例を通じて理解を深めていきます。そしてそれに気づくことで葛藤や苦しみから離れ、視点が上がっていくプロセスについてお話していきます。

### ●ステップ3 セラピストによる誘導瞑想体験 15:20～16:30

#### ～自分とのつながりを深める～

セラピストの催眠誘導により、ステップ1で体験したテクニックによるリラクゼーションから、さらに深く知覚を開いていき、自分自身(ハイアーセルフ)への気づきと感覚を深めます。自分自身と向き合い、ただ「今」この瞬間に意識を向け続けていくと、より精妙な感覚が次第に開かれていき、それぞれの方の状態にふさわしい体験へと意識が赴いていきます。自分とのコミュニケーションを開いていくことは、実はすべてとのつながりを開いていくことです。そしてつながるとは、ただそのものであるということ。大切なのは起こってくる出来事ではなく、その在り方こそが自分自身との出会いであるということです。

※ステップ1から3までお受けいただいて一講座ですが、ご都合により1から順番にステップ単位でもお申し込みいただけます。

※当セミナーでは、催眠状態での暗示はいっさい行いません。

※当セミナーは、治療・診断等の医療行為ではありません。心身の症状については、医師にご相談下さい。

## ○催眠療法個人セッションのご案内

このセミナーは、当所で個人セッションをお受けいただく方の準備セッションを兼ねております。セミナーを全ステップお受けいただきました方は、個人セッションをお申し込みの際、本来お受けいただく「初回セッション」は省き、初回から退行催眠の本セッションに入っていただけます。

#### ○基本予約時間

A・10:00～12:00      B・13:00～15:00  
C・15:30～17:30      D・18:00～20:00

○料金:18,000円

