

10月4日(土)開講。定員30人限定(先着優先。定員になり次第募集終了となります)

実践！

人間として生きる力を向上させる。

目に見えない不思議が幾重にも重なって、今ここに
私たちは生かされています。
不思議な命です。でも人生は一度きりです。

**「再びは 来たらんものを 今日の日は
ただ ほがらかに 生きてぞ たのし」**

天風先生の教えのように喜びをもって朗らかに生きる
には、人生は軌道修正をしながら進んでゆかねばな
りません。やはり何度も何度も心を奮い立てて学び、
本気に実践を続けるしかないのです。

**この講座は
その実践方法を中心にお伝えします。**



担当: 鷹野國雄講師

講座の概要

第1回 10月4日(土) 14:00～16:00
身体に意識をめぐらす
成長を妨げている欠点短所は何か
積極精神と活力
クンバハ力法の体勢
安定打坐の姿勢

第2回 11月15日(土) 14:00～16:00
身体に意識をめぐらす
クンバハ力法の訓練と活用
安定打坐法の訓練
プラナヤマ法の基本
怒らず、怖れずの実行

第3回 12月13日(土) 14:00～16:00
身体に意識をめぐらす
プラナヤマ法の訓練
無我一念法の実習
安定打坐法の訓練
正直、親切、愉快に生きる

第4回 1月10日(土) 14:00～16:00
身体に意識をめぐらす
プラナヤマ法の活用
活力移送法
安定打坐法の活用
心の使い方の基本

第5回 2月11日(水祝) 14:00～16:00
身体に意識をめぐらす
三つの密法の実習
活力移送法
精神集中・統一
苦勞厳禁の実行

※都合によりプログラム内容が変更になる場合があります。

受講料

- 1コース(5回セット) **25,000円**
- 1回のみ受講も可 各回**6,000円**
※事前申込制。当日申込みはお受けできません。
- 募集条件:一般・会員(どなたでも受講可)
- 定員:30名。(定員になり次第募集終了します)
- 開催場所:天風会館4階406号室
※運動法は行いません。普段着でご参加下さい。

お申し込み方法

- ① 同封の郵便振込用紙にてお申し込みください。
- ② 中村天風財団ホームページからも申し込めます。

入金確定後受付とさせていただきます。

HP◆<https://www.tempukai.or.jp>

→【天風塾ご案内】



- QRコードからも入れます。
- 締切:5回セットは令和7年9月26日まで。
個別日程は各回の1週間前まで。
- キャンセル料:
前日17時以前のキャンセルは全額返金します。
(返金手数料はご負担いただきます)
前日17時以降のキャンセル料は100%です。
- 5回セット申込の個別日程のキャンセルはお受けできません。

心身統一法実践講座

◆この実践講座は、

自分の人生を好転させたい方に「心身統一法の学習と実践」を分かりやすく提供するゼミナール形式の講習会です。賛助会員・一般の皆さまにかかわらず、どなたでもご受講になれます。

◇今回の実践講座<後期5回コース>では、

まず「身体に意識をめぐらし身体を緩める」、「自己を見つめる」、「自己の成長を妨げている欠点短所は何かに気づく」ところから始めます。

◆そして、

積極精神を理解し、実習として「クンバハカ法」、「プラナヤマ法」、「安定打坐法」を日常生活で応用できるようにして「活力移送法」を使えるよう練習します。

◇初学者にもベテランにも実践方法までしっかり学べる講座となっています。

◎継続受講のお得なお知らせ

今回、『初回1回のみ受講』を申し込まれた方が、受講後残りの4回を一括して申込みれる場合は、各回6,000円×4回=合計24,000円を
割引料金 20,000円でお申し込みになれます。
是非継続してご受講ください。

講師から皆さんへ

理論を「実践して活かす」

私がこの講座でお伝えしたいのは、心身統一法を学んで実践することです。それは、人間があらゆる変化と困難を克服して、強く、たくましく、且つ賢明に生きる為の方法だからです。書籍や人から学び、知識を蓄えることはとても大切です。しかし、学んだことを実践することの方がはるかに重要です。実践されなければ確かなことは分からず、何も始まらないのです。勇気をもって実践に挑戦しましょう。

実生活の中でただひたむきに教えを活かすことです。

「理論を実践して日常生活で活用する事」が心身統一法実践講座の目的です。

「理論的にわかっている」と思っている人も、もう一段の実践アップを目指しましょう。

今回の講座は、心身統一法のトレーニングの切り口となるもので、5回の講座のトレーニングをすれば、人間としての生きる力が向上していきます。

まず、身体に意識をめぐらすことから始めましょう。

あとは皆さんの実践努力です。

実践講座でお会いしましょう。

鷹野國雄



講師プロフィール

人生で困難な出来事・障害に直面した時、自分の人間的弱さを痛感し、積極的な自分を目指して1992年入会。2003年講師に認定、2014年3月はまかぜの会を創立。理事、教務委員長を歴任。現在は特任講師。