

# オンライン天風塾<sup>®</sup>

Presented  
by  
群馬の会

## 中村天風 わたしが整うご自愛レッスン



### 中村天風のご自愛指南書

岸本京子 著 PARCO出版  
1,680円(税込) 224頁

身体

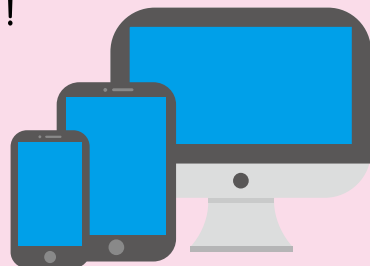
心

医学

子育て

教育

2025年9月に出版された  
岸本京子著『中村天風のご自愛指南書』  
(PARCO出版)をテキストに、  
オンラインで天風哲学を新たな視点で  
学びましょう！



### 担当講師



岸本京子



吉田章人

### 開催日(全6回)

第1回 2月27日(金)

第2回 4月24日(金)

第3回 5月22日(金)

第4回 6月26日(金)

第5回 7月31日(金)

第6回 8月28日(金)

各回19:30~21:00

お申込は  
こちら！



参加費 各回4,000円

全回一括申込21,000円(個別日程のキャンセル不可)

※ご参加にはzoomのインストールが必要です。

主催  
中村天風財団認定  
群馬の会

## 本講座の3つの特徴



### 01 解説

吉田講師による解説で、テキストの内容がより分かりやすく、より深く理解できます。

### 02 質疑

テキストの著者である岸本講師に直接質問できるので、実践のヒントが得られます。

### 03 コミュニティ

オンライン講座の利点を活かし、参加者同士が交流できる場を設け、一人になりがちな実践をサポートします。

+α  
オフ会

2回ほど「直接講師と出会う」会を開催する予定です。

\*コミュニティ、オフ会への参加は任意です。

## 各回のテーマ



第1回：あなたには無限の力が備わっている！（pp.16～59）

第2回：まずはぐちゃぐちゃの「潜在意識を」を整理整頓 ～自己暗示誘導法～（pp.62～97）

第3回：まずはぐちゃぐちゃの「潜在意識を」を整理整頓 ～日常の心がけ～（pp.98～117）

第4回：次に「実在意識」をピッカピカに磨き上げる ～積極観念の養成法～（pp.120～157）

第5回：最後は「身体」からのアプローチ ～クンバハカ法～（pp.160～191）

第6回：心は使うもの。自分の心に振り回されない！～精神使用法～（pp.194～219） \*（ ）内はテキスト該当ページ

## 講師よりコメント

こんにちは。新しくオンライン天風塾を開くことになりました。どうしても自分を好きになれない人、子育てに悩んでいる人、落ち込みやすい性格を改善したい人、そんな方にぴったりの基礎から学べる講座です。中村天風の教えが、心穏やかに喜び溢れる日常をあなたにプレゼントします！

### 担当講師

中村天風財団認定講師

岸本京子（心療内科医／漢方専門医）

吉田章人（私立高等学校教員）



『中村天風のご自愛指南書』（岸本京子著 PARCO 出版）を必ずご購入ください。

**テキストとして使用します**

こちらからご購入できます。→



♥お申込方法 ★ご参加には zoom のインストールが必要です。

①オンライン決済サイト Peatix よりお申込ください。

URL:<https://gunmaonlinetempu.peatix.com> または右記 QR コードからどうぞ。

②当日時間になりましたら、Peatix のチケット「参加する」よりご参加ください。

※チケットはログイン画面でご確認いただけます。

♥キャンセル料 当日……………100%

CHECK!  
CHECK!  
CHECK!



### ♥連絡先

中村天風財団認定群馬の会

<https://gunma-tenpukai.jimdofree.com>

MAIL:[gunmanokai2010@gmail.com](mailto:gunmanokai2010@gmail.com)



中村天風財団

TEMPU SOCIETY / SINCE 1919