

Sobe's Cafeでの開催決定!

岩手でのAH入門ワークショップのお知らせです!

AHについて

アティテューディナル・ヒーリング(AH)というのは、心の平和を唯一の目的とし、自分の責任で心の姿勢(アティテュード)を選び取っていくというプロセスです。恐怖や不安、怒りや自責の念という感情にとらわれて「敵」のいる人生を過ごしていくのか、それとも、こういった感情を手放して無条件の愛を感じながら生きるのか、という選択は、個人の方で自由にできるという信念がその根底にあります。前者の心の姿勢を「怖れ」と呼び、後者を「愛」と呼びます。「怖れ」を否定するのではなく手放すことが、アティテューディナル・ヒーリング(AH)の中核です。

AHJ ホームページ <http://www.ah-japan.com/>

AHは初めて、という方でも、もう一度基礎から勉強したいという方でも、どなたにでもご参加いただけるワークショップです。午前中はAHの勉強・質問、午後はグループの体験という流れになります。

参加条件

当日までに「怖れを手放す」(星和書店)をお読みください。「怖れを手放す」は当日使用しますのでご持参ください。
ご質問があればもちろん当日どうぞ。
(入手困難な方は ahtomoko@yahoo.co.jp までご連絡ください)



ファシリテーター

安斉知子 (あんざいともこ)

アティテューディナル・ヒーリング・ジャパン事務局長。2007年よりアティテューディナル・ヒーリング・ジャパンの活動に参加。

現在、ワークショップ・ファシリテーターとして、AHジャパン・センター(麻布)で入門ワークショップ、AHグループ、スカイプでのAHグループを担当。2013年からは地方での入門ワークショップも行っている。
2013年3日間断食を初体験。

ファシリテーター

棟方あさの (むなかたあさの)

2009年よりアティテューディナル・ヒーリング・ジャパンの活動に参加。

2012年よりAH田園調布にてファシリテーターとして活動。さゆりさんとの出会いで玄米食と断食の恩恵をうける。
2013年3日間断食を初体験。
2014年に2回の断食を実践。

開催日時

2015年3月1日(日)
10:00~16:00

定員

20名前後

費用

お一人様 8,000円(税込)
(うち2,000円相当のお食事と茶菓子がございます)

ファシリテーター: **安斉知子**(AHJ)、**棟方あさの**(AH田園調布)

参加ご希望の方は、希望日を明記のうえ、ahtomoko@yahoo.co.jp(ともこ) までご連絡ください。

問い合わせ先

畠山さゆり(AHフレンズ岩手) bee@bcac.jp
当日は事務局を担当いたします。

場所

げんまいとおやすみ。
Sobe's Cafe

ソーベーズ カフェ

〒025-0024 岩手県花巻市山の神578-4
OPEN 11:30~18:00 [土~21:00]
月曜日定休日
phone & fax **0198-24-7107**

