

講座名 なごやか市民教室

講座番号 56

やさしく自己発見～内観を体験してみよう～



講師名 佐藤 章世

会社役員 さくらの会主宰 シニア産業カウンセラー 認定内観面接士 高蔵寺中日文化センター講師

真栄城輝明博士（日本内観学会副理事長）のもとで集中内観を体験した後、大和内観研修所にて開催されている「つながりの会」にて研鑽を積む。同時に、内観面接士としての研修を経て、資格試験に合格したあと、日本内観学会認定制度がスタートしたのを機に、学会認定内観面接士の資格を取得する。

受講される皆さんへ

初心者の方も気軽に体験できる内容です。「内観」が気になる方のご参加を心よりお待ちしております！！



講座内容の紹介

「内観」で自分を見つめてみませんか？
方法は、コツさえつかめば簡単です。

静かに自分を見つめることによって
幸せが訪れ、やさしい時間が流れます。

定員 10名

費用 受講料 2,500円 教材費 500円
合計 3,000円

会場 熱田生涯学習センター 和室

日にち ①1/19（水）②1/26（水）

③2/2（水）④2/16（水）⑤3/2（水）

時間 10:00～12:00

持ち物 筆記用具

※楽な服装でお出掛けください

講座の計画

- ①自己紹介 内観のやり方の説明 1 内観体験
- ②内観の説明 2 三項目 内観体験
- ③内観の説明 3 三日目の壁絵本を使って 内観体験
- ④内観の説明 4 「道のうた」 内観体験
- ⑤内観の説明 5 質疑応答 内観体験 座談会

問合せ・申し込み先「なごやか市民教室」事務局 TEL: 052-321-1579