

気功教室

病気を改善したい、体調を整えたい、美容のため、感情を安定させたい等々、気功を始める理由はいろいろあります。気功の初めのステップは、体力を安定させること。体力が安定してくると、感情が落ち着いてきます。そして、感情が安定してくると、精神的にも安定してきて、宇宙の智慧を覗かれるようになります。そのことを「天人合一」と言い、それが気功の最終目的です。

この気功教室では、動作、呼吸、意識、イメージなど、気功の基礎を学びながら、病気、体調、美容、感情が安定するように練習していきます。

そして、肉体、感情、精神のエネルギーが安定した結果、宇宙からの智慧を覗かれるよう、共に学んでいきます。

講師：若林明彦

代々木の東洋医学の治療院赤ひげ堂にて、竹内信幸師より陰指圧、中医学、漢方、医療気功等を学び、患者さんの治療に当たる。また、中国気功老師で精神科医の盛鶴延先生より内気功を、北京軍区気功研究所の王先生より外気功を学ぶ。

現在、気による治療とカウンセリングをしながら、「病気と心の関連性」の解明に取り組む。国内各所、オランダ、イギリス、スコットランドにて、気功と意識のワークショップを開催。

通常の教室（月2回、火曜日）

8月3、24日 9月7、21日

19:30～21:00

料金：1回2000円

月謝：3500円

集中コース

8月22日（日）10:00～13:00

9月5日（日）14:00～17:00

料金：1回3500円

場所：予防医学研究所

台東区台東2-26-8-2F

予約：03-3831-0230

又は info@yobou.org

（件名は気功教室でお願いいたします）

