

CRC 通信

Mental-Health Sogo Kenkyujo Monthly Express



SCHEDULE
May 2012

2012年5月の教室案内



※心理学教室 ④ <研究所>	5月11日(金) 10:00~12:00
※心理学教室 ⑳ <研究所>	5月11日(金) 13:00~15:00
※心理学教室 ㉒ <研究所>	5月11日(金) 15:30~17:30
※心理学教室 ㉔ <研究所>	5月19日(土) 13:00~15:00
※心理学教室 ㉖ <研究所>	5月19日(土) 15:30~17:30
※アサーション講座(中級)③ <研究所>	5月19日(土) 10:00~12:00
※初級カウンセラー養成講座2 <研究所>	5月12日(土) 10:00~16:00
中級カウンセラー養成講座2 <研究所>	5月26日(土) 10:00~16:00
※交流分析講座(初級)③ <研究所>	5月20日(日) 10:00~12:00
※交流分析講座(中級)③ <研究所>	5月20日(日) 13:00~15:00
※交流分析講座(上級)③ <研究所>	5月20日(日) 15:30~17:30
生命哲学研究会 ③	5月27日(日) 10:00~12:00
S G E 講座 ③	5月27日(日) 13:00~16:00

～ オープン講座 ～

どなたでも参加できる講座です

CRC 支援ネットワーク<佐久平教室>	5月27日(日) 13:30~15:00
CRC 支援ネットワーク<研究所>	お問い合わせ下さい
前橋・生活心理学講座 <研究所>	5月25日(金) 13:30~15:00
佐久・生活心理学講座 <佐久平教室>	5月13日(日) 13:00~14:30
笑顔セラピー <佐久平教室>	5月13日(日) 10:00~12:00
コミュニケーション術講座<佐久平教室>	5月27日(日) 10:00~12:00

※印は日程に変更があった講座です。ご確認の上、お間違いの無いよう受講して下さい

お知らせ Information

1. GWに伴い教室日程に変更があります

以下の5月度講座の日程が変更になっています。

CRC 心理学教室④、⑨、⑯、㉒、㉔	初級カウンセラー養成講座
交流分析講座(初級)、(中級)、(上級)	アサーション講座(中級)

上記の「教室案内」をご確認の上、お間違いの無いよう受講して下さい。

2. 美里町専属カウンセラー

研究所で行っている、埼玉県児玉郡美里町役場職員のメンタルヘルス対策を、昨年に続き今年度も研究所が担当することになりました。電話カウンセリング、対面カウンセリングを下記カウンセリングルームにて行っています。一般の方のカウンセリングも可能です。詳しくは事務局までお問い合わせください。

相談室：メンタルヘルス総合研究所 本庄カウンセリングルーム
相談時間：毎週火・水曜日 10:00~19:00
担当：研究所認定カウンセラー 田村文代

美里町マスコット
「ミムリン」

詳しくは事務局までお問い合わせください。

今月の研究所推薦図書

ユング・ブッダの夢

秋山さと子 著 宝蔵館

禅の中に育ち、ユング心理学に出会った著者が、矛盾に悩みながらも見出していった〈こころ〉と〈魂〉の真相。西洋の心理学と東洋思想の融合。仏教・キリスト教・禅・神話・心理学をからめた話で展開がこころと魂の不思議世界を語る。人の心には裏も表も影もある。急逝した著者が最晩年に書き遺した深層心理世界への招待状とも言える一冊です。



心の法則 ワンポイント □

自分が自分の人生を創る！

心は想像の達人です。そして私たちは心であり、思いという道具を用いて自分の人生を形作りその中でさまざまな喜び、悲しみを自ら生み出しています。私たちは心の中で考えた通りの人間になります。私たちをとりまく環境は真の私たち自身を映し出す鏡にほかなりません。
—ジェームズ・アレン—

種から植物が芽生えるように、人間もどのような思いという種をまくかで人生は決まるとも言える。私たちは自分が望んでいるものではなく、自分と同種のもを引き寄せるといふ原因と結果の法則によって生かされているのだと思う。すばらしい人生を創り上げるためのよき思いを積み重ねていきたいものだ。



21世紀のチャレンジャー

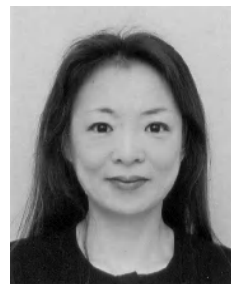
「人生に無駄な経験は1つもない！」 田村文代

すべては必要必然、ベストなタイミングで経験している。特に一見イヤだなんて感じる時があった時、このことはきっと何かを学ばせてくれているんだ！と捉えるだけで起こった事すべて、出会った人全てに感謝ができる。

「変化を楽しむ」生きるってそういうことなのかも知れない
「塞翁が馬」人生、幸と不幸は捉え方次第だ
逆らうのではなく、流されるのではなく、流れのままに自分らしく。望むものは、川の上流ではなく下流にある。「逆らう…」フル装備のボートに乗ってオールを持って上流に向かって漕ぐ。望むものが何だか分からなくなってしまうくらい苦しい目標に向かう。

「流される」もう何でもいんだあーってあきらめて自分を無くす
「流れのままに自分らしく」望むものが明確で下流にあることを知っている。自分らしく心地いい波動でいることで必要なものを引き寄せて行動全てが楽しくなる流れのままに自分らしく。
「生きる」とは、毎日毎日の生活の積み重ね。自分自身を大切にすること。自分の気持ちをきちんと感じることが出来ると、相手の気持ちもきちんと感じ取ることができる。ゆっくりと手をかける。命を頂くことだから食べることを大切に。ゆっくり感じる。命と触れることだから、人との出会いを大切に。すべてを「味わい愛でること」目の前に起こる事すべて、目の前に現れてくれる人すべて、味わい愛でる。人間関係は時間をかけて熟成する、人は一人では熟成しない。

人と関わることの化学反応を楽しみながら過ごしている。熟成を重ねた人は「人間味」が出てくる。穏やかで軸のある安定した波動。「地は震えても天は揺るがない」大地と自分の軸と空(宇宙)がつながる一本の筋。地は震えても軸はぶらさず自分の出来ることを一つ一つ真剣に行動する。それは自分が「嫌だとか苦手だとかいうもの」を「味わい愛でること」から1番学べることも出来ない。



この伝言板は掲載期間が過ぎました。

— 不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせ下さい —

↓↓ 各種セミナー・講演依頼・心理相談・心理カウンセリングご予約等随時受け付け中！ ↓↓

メンタルヘルス総合研究所

371-0804 群馬県前橋市六供町 1152-2 TEL 027-265-5675 FAX 027-265-5542

Mail : info@mental-life.jp

H P : www.mental-life.jp

QRコード対応の携帯電話で右のコードを写すと、メール作成画面になります。詳しくは、お使いの携帯電話端末の説明書をご覧ください。

