

瞑想とコンステレーション

-魂と細胞を浄化する特別な三日間-

このトレーニングは、2026年度に開催される短期集中トレーニングのシリーズ番外編です。

※短期集中トレーニングは、日本人限定での開催となります。

(ただし、現トレーニング受講生、修了生は参加可能)

日程

令和8年10月9日(金) ~ 11日(日) 10:00~18:00

会場

東京都江東区(詳細はお申し込みの方に直接お知らせします)

参加費

99,000 円(税込)

早割①:8月9日までにお申し込み、お支払いの場合 ➡ 77,000 円(税込)

早割②:9月9日までにお申し込み、お支払いの場合 ➡ 88,000 円(税込)

お申し込み受付期限

※ 開催日程の約7営業日前が受付締め切りです。

- 2026年10月1日 午前0時にホームページの申込フォームを閉じます。
- 銀行振込でのお支払いを希望される方は受付期限が異なります。
開催10日前の9月29日(金)午前0時までにお申し込みください。

お支払い方法

ホームページからお申し込みの際に、お支払い方法を、PayPal(クレジットカード、銀行口座振替の両方が可)、Stripe(クレジットカード)、銀行振込からご選択いただけます。

<https://constellations-japan.com/tokushoho>

瞑想とコンステレーション

毎年恒例で開催し、大好評で継続して参加している方が何人もいる「瞑想とファミリー・コンステレーション」のプログラムを、今年も開催いたします。

魂と全身の細胞の浄化と癒しの三日間です。

26年間、ファミリー・コンステレーションに携わってきましたが、改めて眺めてみた時に、これは心理療法というよりも、「三次元化された瞑想」と呼ぶこともできるのではないかという感覚を持ちました。

家族は何世代にもわたって深層意識で繋がっており、家族の誰かの心の傷や苦しみの記憶も世代を超えて気づかれぬまま共有されています。ファミリー・コンステレーションは、その世代を超えてもつれ、絡み合ってきたトラウマを客観的に見ることを可能にした稀有なセラピーと言えます。

瞑想は、かいつまんで言うなら、自分の無意識の言動を観察する方法であり、その観察によって、自分自身に対して積み上げてきた自分像というものを客観的に点検していく作業です。自分で自分に対して抱いていたイメージを点検することができるなら、その自分像が抱えていた悩みや苦しみに対しての対処が初めて可能になります。

無意識に突き動かされて行動している時、私たちには自分の意思で自分の人生を決めるという選択肢はありません。しかし、自分で決めたという思い込みに囚われながら目の前に繰り広げられるドラマに翻弄されていきます。その自分像と、自分に課している無意識の制限を、第三者の力を借りて短時間で見直すための方法がファミリー・コンステレーションであり、第三者の力を借りずに自分自身で時間をかけて見直していく方法が瞑想と言えます。瞑想に関しては異なる意見の方もたくさんいらっしゃるのですが、一つの意見、一つの捉え方としてここでは記します。

この三日間のトレーニングでは、瞑想とファミリー・コンステレーションを通して自分への理解を深めていきます。ファミリー・コンステレーションを通して瞑想の効果を体感する様々な練習法を試みます。

自分が悩み苦しむ様々な問題に対して、瞑想とファミリー・コンステレーションのコンビネーションがどのような効果をもたらすのかを体験していただきます。

瞑想とファミリー・コンステレーションの両刀を使うことで、それまで隠れていた自分の本音、自分の真実にスムーズにアクセスする道筋を見つけしていきます。自分が自分らしくいるための最強の武器を手にし、防具を身につける事になります。そこから等身大で生きるとはどれほど清々しく、心地よく、力強いものなのかを実感していただけることでしょう。

ただ、生きるだけなのに何故か苦しいと感じていた人が、生きるために必要なエネルギーの尽きない井戸を見つけ、掘り当てる三日間です。

キャンセルについて

参加者の事情によるご入金後のキャンセルにつきましては、下記の要領で手数料等がかかります。

※ 詳細はホームページ(<https://constellations-japan.com/cancelpolicy>)をご覧ください。

キャンセル料

☆ トレーニング開始日の31日前まで	ご入金額の 1%
☆ トレーニング開始日の30日前～7日前まで	ご入金額の 15%
☆ トレーニング開始日の6日前～2日前まで	ご入金額の 50%
☆ トレーニング開始日の前日、当日	ご入金額の100%

- 連絡なしの欠席、不参加はキャンセル料金として全額頂戴します。

払い戻し時の手数料等

- ・ 銀行振込 - 返金時の振込手数料
- ・ PayPal - お支払い金額 × 3.6% + 40 円
- ・ クレジットカード - お支払い金額 × 3.6%

遅刻について

開始時刻に入口を施錠します。開始時刻に遅れる場合、必ずご連絡ください。

スタッフが到着時に合わせてお待ちし、開錠いたします。

服装等

- 会場は公共施設を使用します。畳の部屋での開催となるため裸足での参加はご遠慮ください。靴下の着用をお願いいたします。
- 参加の際は、体を締め付けない、運動に適した汗をかいてもよい服装でおいでください。
- タオル、薄手のバスタオル、スポーツタオル、木綿のショール等があると重宝します。

許可事項／禁止事項

- トレーニング中の講義や説明をノートにとる他、録音するなどは、ご自身の学びのために限定して許可します。録画はお断りします。また、その録音物の販売、録音内容をホームページ、SNSなどに掲載し、出版することは許可しません。エクササイズの内容は守秘義務の対象となります。各人の個人の問題を取り扱う際のコンステレーションに関しては、録音を希望する本人がクライアントとなる人の許可を得た場合にのみ可能とします。最大限守秘義務遵守のこと。
- トレーニングの内容はコンステレーションズ・ジャパン®独自の研究成果であり、知的所有物です。同時にトレーニング中に体験されるプログラム内容は、受講料を払い、時間と労力を惜しまず受講した方々でのみ共有されるべきものです。参加者がインターネットやご自身のセミナーなどで当トレーニングの内容(エクササイズ含む)を公表することを禁止いたします。

注意事項

- 短期集中トレーニング番外編「瞑想とコンステレーション」に参加するにあたって、皆様には以下の同意書にサインの上、コンステレーションズ・ジャパン®までメールに添付してのご送付をお願いしています。同意書、参加費受領をもって参加受付とさせていただきます。
- ・記入済みの書面をスキャンし、メール info@constellations-japan.com に添付してお送りください。
- ・記入済み書面の写真をメールに添付してお送りいただくこともできますが、その場合は、トレーニング初日に原本をご持参ください。

※ ※ ※ ※ ※

- ✚ 当トレーニングでの録音録画、並びにワークショップの内容の無断転載、インターネット上への掲載をお断りいたします。守秘義務遵守のこと。
- ✚ 短期集中トレーニング参加後に、一時的に心身のバランスがくずれるなど不調を感じる場合があります。感情的、身体的変化を感じる可能性については、申し込みを決めたご自身の責任であることとお受け止め下さい。
通常、一過性のもので、自分の変化を感じとり、観察していく過程で次第に収まっていきます。自分一人では対処しきれないと感じる場合には、当方コンステレーションズ・ジャパン®にご連絡ください。小林がメール、Googleミート、電話等を用いて対応致します。場合によっては専門医をご紹介させていただくことがあります。
- ✚ 現在、精神科の治療を受けている方、そのための服薬をされている方、専門家による心理療法を受けている方は事前に当方にその旨お知らせください。また、担当医にトレーニング参加が可能かをご確認ください。状態によっては、短期集中トレーニングへのご参加をお勧めしない場合があります。

同意書

短期集中トレーニング番外編

「瞑想とコンステレーション」

令和8年10月9日(金)～11日(日)

私は 募集要項に記載されているすべての項目について理解し、それらに同意の上で参加を申し込みます。

また、感情的、身体的変化を体験する可能性については参加を決めた自己の責任であることを理解しています。

感情や体調に変化があり、助言等を必要とする場合は、すぐにコンステレーションズ・ジャパン担当者に連絡、相談します。

署名年月日 令和 年 月 日

ふりがな

名 前

印

職業

住 所 〒

電話番号 /FAX

携帯電話番号(緊急連絡用)

携帯メールアドレス

eメールアドレス

個人情報は各イベント、トレーニング等のご案内に使用するのみとし、厳正に保護し法を遵守いたします。

※イベントの案内、ニュースレターの配信をご希望の方は【<https://constellations-japan.com/newsletter>】からご登録をお願いいたします。ニュースレターは無料です。

お申し込み、お問い合わせ先

コンステレーションズ・ジャパン®

<https://constellations-japan.com/>

e-mail : info@constellations-japan.com