

秘められた力

ウォーミングアップ

- ルール説明
 - 成田さん
 - 基本自由
 - 質問も自由
 - 携帯
 - マナーモード
 - 通話の際は外へ
 - シェアやワークは真剣に
 - 他者貢献
- 自己紹介
- ハッピーシェア
- シェアの説明
 - インプットしたらすぐアウトプット
- Oリング
 - シャドーボクシング

呼吸法

- 基本
 - 呼吸の意味
 - 生命エネルギーを取り入れる営み
 - 鼻から吸って、口から吐く
 - 歩きながら
- 肺のイメージ
- ストライク
 - 回復
- 呼吸を通す
- 効果
 - リラックス
 - 緊張緩和
 - 精神の安定
 - やる気
 - パフォーマンスUP
 - エネルギー調整
 - 体調不良が治る
 - 体調を崩さない

力学的エネルギーの法則

- $E=K+U$
- 運動エネルギー
 - K
- 位置エネルギー
 - U

コンセプト

人間はエネルギー体であることの理解とその実践的活用法を体得することで秘められた力を呼び覚ますこと。

宇宙法則

- 全ては素粒子で出来ている
 - 物質を構成している最小単位
 - 振動で出来ている
 - エネルギーそのもの
 - 波 or 粒
 - 人間もエネルギー体である
 - 階層構造
- 2つの法則
 - この世には自分しかいない
 - 空
 - すでに全てを持っている
 - 「ある」を前提に思考してみる
 - エネルギーを取り出す
 - × ~になる
 - エネルギーはあげたり、もらったりできる
 - 御札
 - エネルギーの反射
 - 引き寄せの法則
 - 別名
 - 思考は現実化する
 - 鏡の法則
- 引き寄せの実例
 - 大規模な科学実験
 - 祈り
 - イメージ
 - 光で包む
 - 抱きしめる
 - 握手する
 - 笑顔
 - 悪い箇所を光で塗りつぶす
 - 五感を総動員
 - 実例
 - 末期ガンだったじいちゃん
 - 元カノ

質疑応答・振り返り