バージョンアップしました。

サクセスダイナミクス

真の成功とは

「セミナーの父」と呼ばれるアレキサンダー・エベレット氏。
エベレット氏は、「セミナーで最も大事なセッションは瞑想だ」と
おっしゃいました。
そのエベレット氏が最も愛したセミナーがよみがえります。

マインドフルネス瞑想がブームになっている現代社会。
私たちは、過去にとらわれているか、未来への不安の中にいるか、
また前に前に進むことばかり考え頭が忙しいか・・・。
“今” にいることがなかなかできないのかもしれません。

気づきや内面的な成長は、“今”にい続けることで生まれてくるものであり、
感動も、“今” にいるときに感じられるものです。
「サクセスダイナミクス」は、“今” ここ、自己を見つめる機会であり、
人生の豊かさを体験する機会です。

今社会は、トランジション（移行期）にいます。「どこに進んだらいいのか？」
迷いという字には米がありますね。それは、迷ったらまず中心に立つこと、するとどこに
進めばいいのかが見えてくるという意味です。
今にい続けるから、自分の中心とつながることができます。内側からメッセージを聴いてみてください。

バージョンアップ！
「自分の特性をもって生まれた天才」をテーマとした実習が増えました。

学習内容

1. センタリング・テクニック
2. ネイチャー・ウォーク
3. クリエイティブ・センター
4. 心のスクリーン
5. セルフイメージ
6. 睡眠活用テクニック
7. 成功への７つのステップ
8. 人生の 12 の法則

トレーナー　田近 秀敏

リソース｜の中で私たちは「共に勝つ」という概念を学びますが、その重要な実習を作った人は「セミナーの父」「教師たちの教師」と呼ばれたアレキサンダー・エベレット氏です。
アーク時代、私は 1994 年にエベレット氏を日本に招いた「インワード・バウンド」というセミナーの開催責任者になりました。
同じ年に私はアメリカのオーカスアイランドで行われた「ラブ、ライフ＆ライト」というエベレット氏が開催したセミナーにも参加しました。
日本でのセミナー中の休憩時間に、私はエベレット氏に何気なく尋ねたのです。
「エベレットさんのセミナーの後継者はいるのですか？」と。すると、「タヂカさんがやれば良いですね」と簡単におっしゃって、カバンの中から取り出した『サクセスダイナミクス』の英語のトレーニングスクリプトを下さったのです。「私のセミナーには著作権がありません。宇宙から降りてきたものですから」と言って笑っていました。いよいよ、このセミナーを行う機会がやってきました。
エベレット氏が開発した様々な瞑想テクニックを通して、真の成功とは何かを探求しましょう。

田近秀敏

参加資格	LN 卒業生
日　程	2024 年　5月 5日（日）10:15 ～ 20 :00 5月 6日（月）　9:00 ～ 19 :00
受 講 料（税込）	※瞑想用音源データ付（センタリングテクニック） 通　常…44,000円（税込） 早　割…37,400円（税込） ※２月29日（木）までの申込みの場合 再受講…22,000 円（税込） ●メンタートレーニングと同時申込みの場合 ７９,２００円(税込)
定　員	３０名

申込規約（必ずお読みください）
1.申込方法：下記申込書に必要事項をご記入の上、ＦＡＸにてお送りいただくか弊社ホームページよりお申込みください。
2.受講料：申込日から１ヶ月以内に銀行振込(電信扱い)でお支払いください。（振込手数料はご負担ください）申込日からコース開催までが１ヶ月以内の場合は、開催日７日前までにお支払いください。セミナー自体が中止された場合を除いて、入金後の受講料の払い戻しは受け付けておりませんのでご了承願います。他講座への振替期限：申込日より2年間。
3.お申込み期限：ホームページ、ＳＮＳ等でお知らせします。定員になり次第締め切りとさせていただきます。
4.お引渡し期限：講座当日にご提供いたします。

切り取らずにこのままお送りください。

サクセスダイナミクス 2024 申込書

□　申込規約を読んだ（✓印を）

申込日：　　年　　月　　日

氏　名　　IN / LN / SN	生年月日　西暦　　年　　月　　日　／　年齢　　歳
連絡先　TEL. LINE ID	住所　〒
ご入金日 受講料＿＿＿＿ 円は、＿月＿＿日までに銀行振込にて支払います。 ■受講料振込先：八十二銀行 浅間温泉支店 普通預金 口座番号／ 317986 口座名／ アクトリーダーシップセンター	期間中の連絡手段として担当者（中村）LINE ID の登録をお願いいたします。 LINE ID　4act005 ⇩LINE友だち追加⇩

一般社団法人
アクトリーダーシップセンター
〒390-0871長野県松本市桐3-2-45山本ビル3F
TEL.0263-34-0570 FAX 0263-34-0580
https://4act.or.jp　e-mail:entry@4act.or.jp
FAX フリーダイヤル 0120-34-0583

田近秀敏 氏
インタビュー

Resource シリーズでは
扱いきれない
能力開発の場
それが NEXTAGE

1日24時間の1％ 魂に栄養を与え、真に望むものを手にするための

サクセスダイナミクスとは

1992年だったか、我々のセミナーの生みの親ともいえるアレキサンダー・エベレットさんがセミナーの中で最も大事な実習は瞑想だと教えてくれた。
それこそが人が健全に成長するために有効なのだと。それからはトレーナーとして、セミナーの中で自分が本当に望んでいるものごとを発見するために瞑想の実習を大切にするようになったんだ。

（インタビューにて:田近氏）

エゴと瞑想

瞑想を始めるといかに雑念にとらわれるのかに気づくんだ。いやになるくらいマインドのおしゃべりがやかましくて自分の静かなる中心に入っていけない。
マインド、つまり思考の働きは必ずしも健康的とは言えない。つまらないことに意識がとられたり、心配したり、低いレベルの欲に頭が占領されてしまう。
せっかく自分の本質は豊かだと学んだのに エゴに支配されている。
これではビジョンが実現するわけないよね。
先日スタバに行ったら、スヌーピーの描かれた箱に、HAPPINESS IS BEING WHO YOU ARE. と書かれていたんだ。幸福とはあなたがあなたでいることだよ、とでも訳しておこうか。
WHO ARE YOU ？ 聞いたことがあるよね。あなたは誰ですか？ エゴは消すことができない。けれども毎日短い時間であってもエゴを手放して本質的な自分とつながることができたらどうだろう。
瞑想はあなたがあなたでいることを助けてくれるんだ。

瞑想をなぜ習慣にするといいのか？

あなたは毎日欠かさず食事をするでしょう。
体の健康のためだよね。だったらどうしてあなたの精神に栄養を与えないのかとエベレットさんに問われたときに、本当にそうだなと思った。
1日の1パーセント、つまり15分間だけでよいから自分の魂に栄養を与えよう。
朝の時間に瞑想するのは1日を過ごすうえでとても健全なスタートを切ることができるんだ。できれば朝だけではなく夕方、あるいは夜に瞑想すると良いだろうね。忙しさにかまけて数日瞑想することを忘れると、自分のセンターからずれているなと気づくときがあるよ。
瞑想が習慣になるまでは誘導瞑想、つまり指導者の声によって自分の豊かなる内側に誘われる体験をすると良いと思う。
あなたの中に瞑想のスイッチができれば、音楽も声のリードも必要ではなくなる。

2023年 からバージョンアップされた実習

「持って生まれた天才的特性を知る」＝7つの色のギフト

エベレットさんのインワード・バウンドというセミナーで教えてもらった本質的なギフト。
ギフトというのは贈り物という意味の他に天賦の才能という意味があるんだ。
虹の7色に照らし合わせて探求するけれど、多くの受講生が自分の本質的才能に迷いを持っていることがわかる。探求していくうちに自分の本質的才能はこれかなというものに出会う。
僕の場合は「黄色の才能」だと分かった。これはアイデアを生み出す創造的思考の才能があるということ。はじめは疑っていたけど、その自分を受け入れてからというもの、たくさんのオリジナルなセミナーを創り出すことができるようになったんだ。自分の才能を使って生きると決めれば天職に出会うことにもなるね。
誰にでも与えられた才能はある。それを生かして生きていたら、自然にギバーになる。あふれる才能を誰かのために使いたくなるのが人間だよ。
そして自分とは異なる才能を集めたら、面白いチームになるだろうね。
そうやってお互いのビジョンの実現を応援しあう関係を創っていけたら人生は楽しいんじゃないかな。

センタリング・テクニックで望ましい人生を手に入れる

心の目で見たものは実現しやすいといわれるけれど、瞑想でお金のことを扱ってはいけないとエベレットさんは教えてくれた。もちろんお金は大事。でもお金そのものにとらわれると幸せではなくなる。
お金は豊かさをもたらすとしたら、人生の豊かさそのものを心の中のスクリーンに映し出す方が健康的なんだ。「自分の彼氏は松潤しか考えられない」とどんなに瞑想しても人生が迷走状態になるだけ。それよりも松潤のもっている本質的要素を持って生きている人物イメージとともに豊かな体験をしている自分の暮らし方を心の中の動画として記憶する方がうまくいくんだよ。

再受講する価値

人は、いつの間にか自分のやり方になっちゃうからね。成長した分、クリエイティブセンターは再創造できるよね。
僕は、この年齢、人間関係、家族構成に合わせて、1990年の頃と全然違うクリエイティブセンターになっている。
一人でもできるけど、やっぱり時間をかけて、トレーナーのリードをもとにしっかりとつくっていくとかさ。その中で、理想の自分を彫刻するじゃん。
あんなのもすごく大事だよね。