**バンコクのヒプノセラピーサロン**

**J-STYLEへ　ようこそ！**

**心のケア、心のメンテナンス、心の整理整頓のお手伝いをします。**

**タイだけでなくベトナム、カンボジア、シンガポール、日本からも私のヒプノセラピーを受けに来てくださいます。**

**＝＝＝＝＝**

**21世紀は「魂の時代」とも言われています。**

**私達一人一人が持って生まれた個性や魂の本質を知ること、それがヒプノセラピーでは無理なく自然にできます。**

**自分の個性を大切に活かして、他人と比較するのではなく、あなたらしく生きることが「本当の幸せ」と感じられる時代になりました。**

**一番身近で大切なご自身の心のケア、心のエステに投資する時代となりました。**

**日本で3時間3万円のヒプノセラピーセッション料ですが、今やけっして贅沢なセラピーではなく、みなさん毎月コツコツ貯金をなさってこの療法を受けに来るそうです。**

**それだけ今の時代、大勢の方に求められている「魂の療法」なのですね。**

**2015年の年明けより2カ月毎に６回、バンコク～東京を往復しながら最新のヒプノセラピー（催眠療法）を学んできたヒプノセラピスト♪本田由美子が、自信を持って東京と同じ「魂の療法」をこのバンコクでお届けします。**

**＝＝＝＝＝**

**★ヒプノセラピー個人セッション**

**（前世療法、年齢退行療法、副人格療法、悲嘆療法、未妊セラピーなど）**

**★所要時間：3時間半 ～4時間**

**(心理カウンセラーとしてカウンセリングの時間も大切にしています）**

**★セッション料金：7,500バーツ（税込）**

**★セッション当日は、身体を締め付けないリラックスできる服装でお越しください。**

**コンタクトレンズの方は眼鏡でお越しください。**

**＝＝＝＝＝**

**≪ヒプノセラピーの実際の流れ≫**

****

**★心地の良い椅子に座っていただき、温かいルイボスティーか冷たいお水をお出しします。**

**（一年中暑いタイでは、冷たいお水はおご馳走ですね♪またロンドンからのオーガニック・ルイボスティーは、赤ちゃんでも飲めるカフェイン・フリーのデトックス効果が高い南アフリカ産お茶です。）**

**★カウンセリング用紙に記入していただき、心の整理のウオーミングアップを始めます。（セラピストは退席しているので、書ける範囲でご記入ください。）**

**★当日のセッションのテーマを絞りだすために、カウンセリング用紙を元に、自由にお話をする時間をとります。**

**★初めての方のみ、ヒプノセラピーの説明をしっかりとさせて頂きます。  
（安心してヒプノセラピーに入れるよう、より良いセラピーにする為に、必要なヒプノセラピーの説明を分かりやすくお伝えします。）**

**★ヒプノセラピーを始めます。**

**（足を伸ばして膝掛け等も使い、ヒプノ用椅子でリラックスしていただき行います。あっと言う間の一時間半です。）**

**セラピストのソフトな言葉掛け誘導によりリラックスする事からはじめて、気づかない間に催眠状態（心の深い部分、潜在意識）へと入っていきます。**

**催眠は、かけるものでもかかるものでもなく、自然に催眠に入って行くので、全ての催眠は自己催眠といわれています。  
初めて経験される方は、催眠に入っても、私はこれで催眠に入ったのかな？と思っています。**

**なぜなら催眠状態は、顕在意識と潜在意識の繋がった、二つの意識がある状態だからです。意識はしっかりあります。気絶・失神・眠っているような、意識のない状態の事ではありません。**

**催眠は、誰もが毎日気づかない間に入ったり出たりを繰り返している、ごく自然な状態の事で、意識が劇的に変化を感じて、「私は今、催眠に入った！」とハッキリ区別できる事が起こるわけではありません。それはちょうど、大好きな本やドラマに没頭している時、思わずストーリーの中の登場人物に自分の気持ちや感情を重ねてしまうのと似ています。**

**そしてヒプノセラピーは、セラピストの質問にクライアントが正直に直感的に答えていく療法です。**

**ヒプノセラピーには、前世療法、未来世療法、年齢退行療法、胎児期退行療法、悲嘆療法（グリーフ療法）、体細胞療法(ソマティックヒーリング)など様々な療法（技法）があります。クライアントの潜在意識の優先順位に従いながら、その時必要としている記憶や情報をクライアントが自ら思い出せるよう、それに合った様々な技法を組み合わせてセラピーを進めます。**

**催眠療法は人を操るものではないので、答えたくない事、やりたくない事を無理矢理言わされたり、やらされる事はありません。  
  
  
★事後カウンセリング**

**ヒプノセラピーの内容の振り返りをして、セラピー前と後の心の変化や気づき、学び、潜在意識からの答えなどを確認していきます。**

**＝＝＝＝＝＝**

**≪ヒプノセラピーとは？≫**

**ヒプノセラピー(催眠療法)は、潜在意識の力を活用した、心理療法です。**

**ヒプノセラピーは一般的なカウンセリングとは異なり、ヒプノセラピストの言葉の誘導により心と体をリラックスする事から始まり、催眠状態を利用する事により、心の奥底の無意識（潜在意識）にアクセスし、意識(顕在意識)と無意識(潜在意識)の繋がった状態でカウンセリングを行う事が出来ます。**

**そしてご自分の心の中にある答をご自分の力で引き出すことができ、問題を自ら解決することができ、夢・目標達成の邪魔をしている不必要なトラウマ・カルマを取り去るお手伝いなどができるのがヒプノセラピーです。**

**欧米ではヒプノセラピーは副作用のない、安全かつ自然で効果的な療法として、一般でも広く利用されています。また有効な療法と認められ、医療の現場でも活用されています。**

**１９５５年に、英国医師会(British Medical Association)  
１９５８年には、米国医師会(American Medical Association)**

**米国心理学会(American Psychological Association)が、催眠を有効な方法として認め活用しています。**

**日本の医師でも催眠を有効な方法と認め活用している医師もいます。**

**イギリスではキャサリン妃がヒプノバーシングで出産すると話題になり、催眠は、母子共に健やかな出産をする事にも利用されています。**

**日本の習慣や日本人の思考概念に合わせた催眠出産法の『ヒプノ赤ちゃん(ヒプノバース)メゾット』があります。**

**（当サロンセラピストも、このメソッドを学びました。）**

**―――　“ヒプノセラピーとは？”のおさらい　――――**

**ヒプノセラピーは、その方のもっとも深いところ（＝潜在意識）につながって、身体と心を癒し、魂の成長を促します。  
  
「あなたはこうです、だからこうしたら良いですよ・・・」と人から答を与えられるのではなく、自ら確信的な気づきを得る療法です。**

**セッションで自分が見たもの・感じたことは、誰からも誘導されたものではありません。自分さえ予想しなかった本当の「魂の声」を聞きます。**

**潜在意識のなかに埋もれていた「魂の声」に光をあてることで、課題を解決するきっかけをつかみ、今をより良く生きる力に変えていきます。  
  
どんな人でも自分を癒す力と前に向かって進んでいく力を持っています。**

**あらゆる答は自分の中にあります。**

**多くの方が「どうして自分はこんなことを知っているのだろう・・・」と驚き、  
叡智の源と通じている自分への限りない信頼が、人生を楽に歩むための礎になります。**

**★≪催眠（トランス）状態とは？≫**

**催眠療法の催眠とは、心理学で変性意識状態(トランス状態)と呼ばれ、心と体がリラックスして意識が一点に集中した状態を言います。**

**催眠状態は毎日の生活で自然に体験していても、殆どの人はそれに気づいていない状態で、何か特別な状態になるのでありません。**

**例えば、読書・映画・テレビや車の運転など、何か一つのことに意識を集中している時、私達はごく自然な変性意識状態(トランス状態/催眠状態)にいます。**

**睡眠直前と起床直後も、催眠状態（トランス状態）です。**

**みなさんは気づかない間に、毎日自然に催眠状態に入っては出てを、繰り返しています。**

**催眠と聞くと、TVのショーなどで催眠術師の言いなりになってやりたくない事を強要されたり、言いたくない事を言わされたりと思う方もいるかと思いますが、催眠術のショーは、さも催眠術で操られているかのように見える娯楽ショーです。**

**ヒプノセラピーの催眠は、操るものでも魔法でもなく、また寝ている、失神している、気を失っているような意識のない状態でもありません。**

**催眠療法では、リラックスしてセラピストの声に意識が集中している状態です。**

**初めて体験される方は、これで本当に、催眠に入っているの？と思っている方が殆どです。**

**ヒプノセラピーで催眠状態に入っても、意識はハッキリあるので、嫌な事は嫌だと拒否できますし、やりたくない事をさせられたり、言いたくない事を言わされたりする事はありません。**

**・朝起きてボーッとしている時や、眠りに入る直前**

**・電車に揺られながら窓の外を眺めている時**

**・テレビや映画をみて、周囲が気にならないほど引き込まれている時、、、**

**などが催眠状態の例です。**

**人は１日に１０回ほど催眠に入っているといわれています。**

**脳波でいうと、アルファー波や、もう少し深いシータ波（仏陀が悟りを開いたといわれる脳波）の状態で、潜在意識に最もつながりやすい状態です。**

**催眠状態では、とてもリラックスしていますが、意識はしっかりあります。**

**言いたくないことを言わされるなど、自分を失ってコントロールされることはありません。**

**ヒプノセラピーでは、セラピストの助けを借りてこの状態を作ります。**

**＝＝＝＝＝**

**★≪年齢退行療法とは≫**

**今のあなたに影響を与えている、今生の過去に遡ります。**

**・幼少期：覚えていることも、すっかり忘れていることもあります  
・胎児期：どんな人でも潜在的に記憶しています**

**いずれについても、トラウマやカルマとなったネガティブな体験だけでなく、パワーや長所を与えてくれているポジティブな過去も含まれます。**

**必要に応じて、インナーチャイルドを癒します。インナーチャイルドとは、「無垢な子供のように純粋な私たちそれぞれの魂の本質」を表現しています。**

**＝＝＝＝＝**

**★≪前世退行療法とは≫**

**ご存知の方も多いかと思いますが、アメリカの精神科医ブライアン・L・ワイス博士が、198６年「前世療法（Many Lives, Many Masters）」を出版され、世界200万部のベストセラーとなり世界で前世療法が知られるようになりました。**

**ワイス博士は、コロンビア大学を卒業後、エール大学大学院医学部で医学博士号を取得、米国フロリダ州マイアミビーチにあるシナイ山医療センターの精神科部長とマイアミ大学医学部精神医学科の教授を務めた精神科医で、最初はワイス博士ご自身、輪廻転生を信じていない方のお一人でした。**

**ワイス博士は、心理療法のひとつとして、患者さんの幼少期のトラウマを探るために退行催眠療法を行っていて、（アメリカでは1958年に催眠を医療に使用することが正式に認められています）19８０年にある女性患者さんに催眠療法を行っている時に、いきなり彼女が4000年も前の過去世に戻ってしまい困惑しますが、数ヶ月かけて次々と過去世を思い出していくうちに、彼女の症状が良い方向に変わっていったのです。**

**ワイス博士は、この体験を経て輪廻転生や過去世の存在を少しずつ確信するようになりましたが、それでも、「前世療法」のような内容の本を出すことは、精神医学博士としての社会的な名声に傷がつくのではないかとの恐れから、４年間、発表することは出来なったそうです。**

**キリスト教には輪廻転生の考えはありませんから、（正しくは、原始キリスト教には輪廻転生の教えがあった）アメリカで、しかも医者が「前世療法」などと言い出すことは、かなりの覚悟と勇気がいることだった事でしょう。**

**それでも、精神科医博士の地位を失うかもしれない大きなリスクを冒してまで、「前世療法」を出版されたのは、ワイス博士の前世療法の驚異的な効果を確信し、より多くの人達を、より良い方向へと導きたいという強い思い＝愛があったからに他ならないと思います。**

**実際に発売すると全米・世界でベストセラーとなり、他の精神科医や心理学者からも**

**「実は自分もそういう体験をしたけれど、立場上公表する勇気がなかった」と連絡をもらうようになり、世界で前世療法が認知されるようになり活用されるようになったのが前世療法です。**

**前世が本当にあるかどうかは、今の科学では肯定も否定もできません。**

**それよりも前世療法で大切にしていることは、自分の潜在意識の深いところから湧き出てきたメッセージに注目することなのです。それによってもたらされる気づきや癒しが、このセラピーの目的なのです。**

**＝＝＝＝＝＝**

**《おさらい》**

**みなさんは「ヒプノセラピー/催眠療法」と聞いて、「催眠術」のような少し怖いイメージをお持ちになるかもしれませんが、全く別のものですのでご安心ください。**

**催眠療法でいう「催眠」という言葉の意味は、「心身がリラックスした状態で脳波がアルファー波やシータ‐波になってうとうと心地良くまどろむような感じ、あるいは大好きな映画や本を読んでその世界に集中・没頭している感じ」と説明できます。**

**ですから怖いものではなく、実際はとてもリラックスしていただけて、すべての状況をクライアントさんはご自身で把握できている安全な状態です。**

**そんなリラックスした状態で、ヒプノセラピストである私の言葉がけに従い思い浮かんだ言葉や情景を、感じるままに言葉で表現していただくだけです。**

**しかも言いたくないことは言う必要がありません。**

**ヒプノセラピーを、イメージ療法と表現するセラピストもいます。**

**そう、あたかもイメージごっこを遊びでするような、そんな気楽な気持ちでセッションを楽しんで下さるとよいです。**

**私達の潜在意識はとても賢くて、その人がまだ見る準備が出来ていないものは見せてくれません。あなたが今受けとれるメッセージのみを、潜在意識は情報として送ってくれるのです。その大いなる叡智である情報を、セラピストの誘導で、リラックスした状態であなた自身のイメージや言葉として、ご自分の中から受け取れるのです。**

**セラピストがリーディングや鑑定をするセラピーではありません。**

**そのメッセージは、あなたのハートをとおして、あなたの口から言葉として出てくるのです。初めての方は不思議な体験だったと仰いますが、これは誰にでも出来ることなのです。**

**～～～～～～～～～～～～～～～～～～～～～～～～～～～～**

**ヒプノセラピー(催眠療法)は、潜在意識の力を活用した最新の心理療法です。その方のもっとも深いところ（＝潜在意識）につながって、身体と心を癒し、魂の成長を促します。**

**潜在意識のなかに埋もれていた「魂の声」に光をあてることで、課題を解決するきっかけをつかみ、今をより良く生きる力に変えていきます。  
どんな人でも自分を癒す力と前に向かって進んでいく力を持っています。  
あらゆる「答え」は自分の中にあります。**

**＝＝＝＝＝＝**

**当サロンでヒプノセラピーを体験なさった方は、みなさん明るいお顔をして帰られます。心が軽くなり、自分が進むべき方向に光が見えるようだとおっしゃいます。（「お客様の声」をご参照ください。）**

**＊当サロンでは男性もお受けします。**

**（ストレスが多い現代社会、男性にも内観していただく時間が必要と、最近とても感じています。）**

**＊診断・治療・投薬などの医療行為は行っておりません。**

**＊当サロンは占いや鑑定・宗教とは無縁の、心理療法を行っています。**

**＝＝＝＝＝＝**

**【重要】≪ご予約前に必ずお読みください≫**

**＊当サロンでは、診断・治療・投薬などの医療行為は行っておりません。**

**★また占い、鑑定、宗教ではありません。**

**★注意事項　≪下記の方のセラピーはお受けできません。≫**

**・精神科・心療内科に通院または投薬・服用されている方**

**（症状によってはお受けできますので、お気軽にお問い合わせください。）**

**・心臓・脳に疾患、癲癇(てんかん)、統合失調症、パーソナリティー障害等の精神疾患のある方**

**・妊娠中の方、妊娠の可能性のある方**

**（ヒプノセラピーの個人セッションはお受けいただけませんが、ヒプノ赤ちゃんの講座は受講いただけます。）**

**・ご本人以外の方からのお申し込み**

**＝＝＝＝＝**

**催眠療法ではクライアントが積極的にセラピーに参加しようとする意思がとても大切で、セラピーの主導権はクライアントにあります。**

**セラピストの言葉掛けや誘導に応じて、ご自分が感じた素直なありのままの気持ちや感性をそのまま口に出して言葉で表現したり、感情も自由に表現していただくことがとても大切です。**

**ヒプノセラピストは、クライアントがリラックスして心を開き普段はアクセスしにくい潜在意識にたやすくアクセスできるよう、黒子に徹してお手伝いをします。**

**ですからこのセラピーの主導権はクライアントにあり、ご本人が積極的にセラピーに参加し、自分の問題（課題）を何とか改善するために自分の本心に真正面から立ち向かおうという、少しばかりの勇気とやる気がセラピーの成功の鍵を握ります。**

**逆に心の底ではご自分が変化することを望んでいないし拒絶している場合は、どんなセラピーでも、効果を期待できるか疑問です。**

**『本当の自分はどうしたいのか、どう生きたいのか、、、』、それをセラピーの中で見極めていくことも可能です。**

**正直な自分の心に向き合う少しばかりの勇気が出てきたら、その時から癒しは始まります。本当に自分を癒せるのは、自分しかいないのです。**

**＝＝＝＝＝**

**《守秘義務について 》**

**セラピールームで伺った事は、全て秘密厳守です。**

**セラピストは個人情報・相談内容等についての守秘義務を負い、第三者に個人を特定できるような情報を開示する事はありませんので、安心してご相談下さい。例えご家族から開示を求められても、ご本人の意向・同意がある場合を除き、**

**相談内容を開示する事はございません。**

**但し、生命に関わる場合、法令上の開示を求められた場合を除く。**

**＝＝＝＝＝**

**★≪セラピストProfile≫**

**本田由美子：**

**・日本メンタルヘルス協会公認心理カウンセラー**

**・現代レイキマスター**

**・米国催眠療法協会認定ヒプノセラピスト**

**・日本ヒプノセラピーアカデミー・イシス認定ヒプノセラピスト**

**（前世療法、年齢退行療法、未妊セラピーを女優でヒプノセラピストの宮崎ますみさん　　より学ぶ）**

**・日本ヒプノ赤ちゃん協会認定、ヒプノ赤ちゃんプラクティショナー**

**・日本ヒプノ赤ちゃん協会認定、未妊セラピーセラピスト**

**1956年、山梨県甲府市、獅子座生まれ**

**慶應義塾大学文学部哲学科中退**

**２０才から3年間日本航空国際線乗務員として勤務**

**その後商社勤務の夫と結婚、ニ女一男を出産**

**家族でバンコク、ロンドン、ハノイに駐在**

**50代に義父、義母の介護と看取りを日本で義姉達として、**

**現在は夫のバンコク勤務に合流、柴犬２匹も同居中**

**好きな言葉：｢地上に天国を｣　「私達は幸せになる為に生れてきた」**

****

**《アクセス》**

**バンコクのヒプノセラピールーム　J-Style（ジェースタイル）**

**﻿**

**J-Style Co., Ltd.**

**45 Prasanmit Plaza 3rd Floor, #306-307**

**Sukhumvit 23, Klongtoey-Nua, Wattana, Bangkok,**

**10110, Thailand**

**E-mail: yumikohonda888@gmail.com**

**Mobile: 080-281-5550 （セラピスト/本田由美子）**

**アクセス：Prasanmit Plazaは１階がチョクチャイステーキハウスで、当サロンJ-Styleは３Fです。**

**地図：http://www.bangkoknavi.com/food/269/map/**