

毎月25日 今の“じぶん”を見つけませんか？

Earth m's café で開催する**美德の体験会**のご案内です♪
やさしい色のカードを使いながらお昼のひととき(11~15時)対話を
楽しみませんか？ 10分ワンコイン **500** でご体験いただけます。



だれかと話したいな、ちょっと心が寂しいな、モヤモヤする、疲れてる？
そんな時は* **人生の保健室** *でちょっとひと休み♪
ゆったりおだやかにおしゃべりするだけで、『あ！今の自分に必要！』
『あ！そうそう！今の私ってそうなの！』と再認識できます。
そして、いまとこれからに力をくれる**"言葉"**に触れて
優しくなれるひと時を体感してください (*´▽`*)♪



※お食事とは別途、おひとり 500円/10分を申し受けます。
※より多くの方に体験いただきたいので20分(計1000円)を上限とします。

ヴァーチャーズ(virtues)=美德。それは人格の美しい資質であり、内なる贈りもの♪
『ヴァーチャーズ プロジェクト』は、『愛』『感謝』『優しさ』『信頼』『柔軟性』『辛抱強さ』
『親切』『情熱』『和』などの美德を、誰もが生まれながらに持っていると考えます。その美德を『承認する』ことで、魂の深い部分に問いかけます。
今は忘れてしまっているかもしれないあなたの美德を発見し、認め、バランスをとることで
ほんとうの自分を輝かせるお手伝いをしたり、心に寄り添いながらご自身が望む解決方法
を見つける手助けをします。

ヴァーチャーズ・プロジェクトは、カナダで生まれました。国際家族年(1994年)に“あらゆる文化の家族のためのグローバルなモデルプログラム”として国連事務局によって表彰されたのをきっかけに、今ではほとんどの国連加盟国に広がっています。

NPO ヴァーチャーズ プロジェクト ジャパン www.virtues-project-japan.com

今回の体験では、あなたが今気になることをひとつ思い浮かべていただき、美德を52ピックアップしたカードを使って、発見したこと感じたこととお話しいたできます。
その中にみつけたあなたの素晴らしい資質にフォーカスして言葉をプレゼントします。
それは不思議と自己肯定感や勇気の湧いてくる楽しく新しい体験になるはず。
ペアご希望の場合は20分になります。ぜひお気軽にご参加ください♪

* 人生の保健室 * PENDULUM * 美德のファシリテーター 風瀬由季
ヴァーチャーズ プロジェクト 国際公認講師



お問い合わせ: yk.pendulum@gmail.com * Web: bypla.net/pen

Earth m's café 世田谷区弦巻 3-9-11 Tel:03-6317-4266

