

2012年4月11日

NPO 法人日本脳教育協会 (IBREA Japan)

李承憲氏が提唱する”正しい呼吸”で歩く 「全国チャリティーウォーキング大会」 ～呼吸・瞑想で地球を癒そう！

NPO 法人 IBREA JAPAN 日本脳教育協会は、地球の日 (アースデイ) の4月22日 (日)、全国各地で、世界的な脳教育者、一指 李承憲 (イルチ イ・スンホン) 氏が提唱する呼吸法を実践しながら歩く「全国チャリティーウォーキング大会」を開催します。テーマは「LOVE EARTH! 胸の温度が2℃あがる! ～呼吸と瞑想 de あなたと地球を癒そう!～」。

正しい呼吸や瞑想をしながら歩くことで、自分自身と地球を癒します。会場は、北海道から沖縄までの17カ所。当日は、東日本大震災の被災地支援のための募金活動も行います。



■トレーナーが「呼吸・瞑想ウォーキング」を指導

全国チャリティーウォーキング大会は4月22日 (日) の午前11時～12時30分、全国17カ所の公園で行います。日本脳教育協会のブレイントレーナーが、歩きながら行う呼吸法や瞑想法を指導。参加者は、それぞれのペースで公園内をウォーキングしていただきます。

■歩きながら瞑想

ビルの中でストレスにまみれている現代人。自然と調和する感覚が少なくなると、ストレスはさらに大きくなります。ふだん私たちが何気なく行っている「歩く」という動作は、ストレス解消の大きなカギを握ります。歩くときに、感情や思考を止めて、自分の体や呼

吸、そして、大地のエネルギーや風を感じてみてください。いつの間にか瞑想状態に入り、脳活性化や血液のスムーズな循環が促されます。頭がスッキリして、ストレスも解消。一步一步を力強く踏みしめることにより、カロリーが多く消費され、ダイエットにもつながります。

■地球を癒す

呼吸や瞑想をしながらのウォーキングは、自らを癒すだけでなく、地球をヒーリングすることにもつながります。一步ずつ歩くごとに地球にエネルギーを送ることで、環境への意識が高まり、東北の被災地をはじめとする地球全体の人たちとの一体感を得ることができます。ウォーキング大会はチャリティーイベントです。参加費500円のうち100円を東日本大震災の被災地支援に使わせていただくほか、当日、各会場で被災地支援の募金活動もおこないます。

■脳教育で「感覚」を取り戻す

李承憲氏が提唱する脳教育は、アメリカ、韓国などで広く普及しているほか、中米エルサルバドルなどの開発途上国でも、公教育の一環として取り入れられています。「体を動かすことで、自らを感じ、意識を変えていく」のが脳教育の基本。呼吸・瞑想ウォーキングを体験することで、自然と調和する脳の感覚を取り戻し、今まで感じたことのない気づきを得ることができるでしょう。

<LOVE EARTH！胸の温度が2℃あがる！

全国チャリティーウォーキング大会>

【テーマ】呼吸と瞑想 de あなたと地球を癒そう！

【日時】2012年4月22日（日）午前11時～12時30分

【開催場所】全国17カ所

（北海道、仙台、埼玉、千葉、東京、長野、横浜、名古屋、京都、奈良、大阪、神戸、岡山、広島、北九州、福岡、沖縄）

【参加費】500円（12歳以下は無料）

※このうち100円は東日本大震災の被災地支援活動に使わせていただきます。

【参加特典】

(1) ヒーリングサイト「ライフパティクルTV」(<http://www.lifeparticletv.jp/>)を1カ月視聴無料に(要メール登録)。

(2) 抽選で50名様に「ライフパティクルTV」1年間視聴無料、李承憲氏の著書『セドナ・メッセージ』、『ジャンセンウォーキング』のいずれかをプレゼント

【申し込み・お問い合わせ】

NPO 法人 IBREA JAPAN 日本脳教育協会

TEL : 052-915-0087

E-MAIL : info@ibreajapan.org

担当 : 葛田博司 (つただ・ひろし)

【日本脳教育協会 (IBREA Japan) について】

日本脳教育協会は、国際脳教育協会 (International Brain Education Association : IBREA) の日本支部として1997年に活動を開始。2007年1月にNPO法人として登録しました。学校や企業・官公庁、老人センター、各地域の公園などで、脳教育の普及活動をしています。脳教育に関するセミナーの開催などを通じて、人間の脳の無限の価値を多くの方々に知っていただき、健康、幸せ、平和な日本の社会づくりに貢献したいと考えております。

▼日本脳教育協会 (IBREA Japan) の公式サイト : www.ibreajapan.org

【国際脳教育協会 (IBREA) について】

国際脳教育協会は、脳教育の普及を目的とする非営利教育機関です。本部は米ニューヨークで、100を超える国に支部を設けています。人間の脳は、地球の健康、幸せ、そして、平和を創造する無限の力を持っているとの考えから、脳の潜在能力を引き出す脳教育のトレーニングや普及活動を各地で実施しています。IBREAの使命は、人間性の回復のための脳教育の有用性を理解してもらうことです。そのため手段の一つとして、脳教育の専門資格「脳教育インストラクター」制度を設けています。2008年には、国連で第4回国際脳教育会議を主催し、世界の教育者や指導者たちに脳教育への理解を深めてもらいました。国連や世界各地のNGOと連携して、発展途上国への脳教育のサポート活動も行っています。

▼国際脳教育協会 (IBREA) の公式サイト : www.ibreaus.org

<本件に関するお問い合わせ>

NPO 法人日本脳教育協会 広報部

担当者：ツツミ ユミエ

TEL : 052-915-0087

FAX : 052-915-0310

E-mail : admin@ibreajapan.org
