

インナーチャイルドセラピスト
*e*ラーニングコース
ガイドブック

Inner Child Therapist
e-learning Course
Guidebook

自分を許し 自分を愛そう

インナーチャイルドとは、子どもの頃に抑圧され、未解決となっている感情のこと。インナーチャイルドの癒しは、抑圧した感情の解放と、価値観の解放の二つで完成します。この癒しが完成して初めて本来の自分自身を生きられるようになるのです。自分自身を励ますことができる人だけが、真に人を励ますことができる。自分自身を癒すことができる人

※文中の表記について

インチャユースは、インナーチャイルドコースの省略形です。由井良平を著者長の、としこ先生、由井先生と箇所によって呼称が異なっております。これは、受講中の受講者の呼び方などをそのまま親しみを込めて表記しております。

だけが、真に人を癒すことができる。自分自身に手を差し伸べられる人だけが、真に人に手を差し伸べることができる。

このコースで一年間じっくり自分と向き合って、まずは自分自身に救いの手を差し伸べてあげてください。一年後には、今までのあなたからは想像もつかなかった、楽に、幸せに生きられるあなたに成長していることでしょう。それができた暁には、あなたの救いの手を待っている多くの人たちと、魂から向き合うことができるのです。

生活におけるさまざまな事が I T 化していく時代、そんな時代だからこそ、真に人間力のあるセラピストが必要です。CHhomのインナーチャイルドセラピストコースを学ぶ事で価値ある人生を生きてみませんか。



光輝くものと出会うために

Chhom名誉学長 由井寅子

ホメオパシー、農業と色々なことをやっている中で、私が一番力を入れたのは「インナーチャイルド癒し」です。ホメオパスとして三十年近く活動してきて、皆さんがインナーチャイルドを抱え、苦しんでいることを感じます。

ホメオパシーで体の病気が良くなったとしても、心の病気「インナーチャイルド」が癒されない限り、また体の病気になって戻っていきました。もちろん、心の病気もホメオパシーで癒すことはできるのですが、自分はこのような考え方をする傾向があると認識し、自分を見つめていかない限り、完全に癒すことはできないのです。ですから、ホメオパシーのレメディーやフラワーエッセンスをとるだけでなく、意識的にインナーチャイルド癒しをすることがとても重要なのです。

インナーチャイルドの根っこには、

「自分は駄目だ」、「自分は役に立たない」、「自分はクズだ」、「自分は価値がない」という無価値観があります。だから怖くて、一生懸命に価値ある人間になろうと頑張り、怒って戦うのです。自分がどのような状況で何に悩み、苦しんだのかということ認識しない限り、病気を生じさせている原点には戻れないのです。

心と体と魂を治癒に導くためには、ホメオパスとクライアントの二人三脚といいますが、私もいいレメディーを出しますから、あなたも自分の苦しかった人生を振り返ってみてくださいと伝えるところ、パターンがあることが分かりました。ある言葉を言われると、めげて死にたくなる人、腹を立てて反骨する人、恐れて取り繕う人など、その人なりの癖があるのです。なぜその言葉に、反応してしまうのか？自分自身を見つめていただきたい。小さ

い頃、親に「あなたはこういうところがあるから駄目」などと言われたことが、心の傷として残っている。それを根本的に癒すには、やはり自分自身が「わがままでよかったんだよ、勉強ができてなくてもいいんだよ」と許していかない限り「駄目だと否定された自分」が付きまるとしてしまうのです。そこが一番のカギなのではないかと思います。

皆さんにぜひ、インナーチャイルドとは何かを知ってもらい、インナーチャイルド癒しを実践して幸せになつていただきたいと心から願っています。「勝つことは善、負けることは悪」というこの世的価値観で勝って、勝って、勝ち抜いて、駄目になりたくない恐れから、努力して、頑張るといこうとをやめて、負けることでこの世的価値観をどんどん外していこう。人生いろいろなことがあるけれど、許して、許して、許していこう。駄目な自分自

身を許していこう。そのためには「駄目な自分を認めていこう」、「負けていこう」というのが、私が生きてきて辿り着いた思いです。一人ひとりの魂には、一人ひとりの宿題があり、一人ひとりの個性があります。その個性を謳歌して、輝くような人生を送って欲しいと心から願っています。

あなたの人生を、私が代わってあげることはできない。あなたはあなたの人生を生きなければならぬ。その人生の中で必ず、光り輝くものと出会えるはず。 「負けられれば」、「駄目な自分を許せば」です。よく見れば、この世は高いも低いもない。万物斉同の世界です。何も恐れる必要はなかったのです。嫌な出来事、良い出来事と分けずに、与えられたものは全て受け取っていきましよう。神様がくれた大切なプレゼントですから、ありがたく受け取っていきましよう。

Heal

自分自身の心を 癒すことができる

授業では、自分自身のインナーチャイルド癒しを徹底的に行います。これは、「自分の中にいる愛されず傷ついたインナーチャイルドを認め受け入れ愛することが自分を癒すことであり、自分を癒せた者だけが人を認め受け入れ愛することができ、それが人を癒す治療家の資質である」というCHhomの学長の信念に基づいてのこと。自分自身の抱えている問題に気づき、それを自らの手で癒していけるようになります。セラピストとして人の役に立ちたいという方だけでなく、自分の心に向き合うために入学したという生徒さんが多いのも画期的で実践的な授業内容だからこそ。

Knowledge

レメディーや フラワーエッセンスの 知識も身に付く

インナーチャイルドセラピストコースで学ぶのは、癒しの原理と技術だけではありません。癒しの効果を高めるレメディーやフラワーエッセンスなどについても包括的に学習していきます。これこそがCHhomの特色であり、ほかにはない魅力。一般にカウンセリングは心理カウンセラー、診断・投薬は精神科医と役割が分けられています。しかし、インナーチャイルドセラピストはカウンセリングから最適なレメディーやフラワーエッセンスの処方までトータルでクライアントをサポートすることができるのです。これはプロとして活動していくうえでも大きな強みとなります。

魂の癒し、霊性を 高める大切さを学ぶ

インナーチャイルド コースを理解するための

7つの ポイント

Innerchild

インナーチャイルドの メカニズムと癒しの方法が 学べる

インナーチャイルドという言葉が浸透してきたのは、ごく最近のこと。心身の不調を改善するためには、このインナーチャイルドを癒すことが必要だという認識が広まり、書籍が発売されたりテレビ番組でとりあげられたりするようになってきました。今後、ますますインナーチャイルドへの興味・関心は高まるでしょう。長年インナーチャイルド癒しに取り組んできた由井寅子先生が指揮をとるCHhomの授業では、インナーチャイルド癒しのすべてを実践的に学べます。全20回、1年という短い期間ながら確実に奥義を習得できるカリキュラムは、忙しい人にもぴったり。

Needs

インチャセラピストへの ニーズが高まっている

がん、脳卒中、急性心筋梗塞、糖尿病の四大疾病に新たにうつ病などの精神疾患が加えられ五大疾病となる（厚生労働省発表）など、心の病を抱える人の増加は今や社会問題。それとともに、心の病を癒して快方へと導くプロフェッショナルへのニーズが高まりをみせています。学校や職場などでの人間関係によるストレスの緩和、大きな災害を経験した方たちの心のケア、心身の不調の原因究明など、セラピストが必要とされる場面は多いのにそれに応えられる人材が不足しているというのが現状です。インナーチャイルドセラピストこそ、時代が求める心のセラピストなのです。

Success

財団認定セラピストとして 活動できる

インナーチャイルドセラピストコース修了者は、一般財団法人日本ホメオパシー財団日本インナーチャイルドセラピー協会の認定試験に合格すると、「日本ホメオパシー財団認定インナーチャイルドセラピスト」の資格が付与されます。有資格者は有料相談会の開催など、セラピストとしての活動が可能になります。地域での活動のほか学校や企業、公的機関、医療や福祉の現場など活躍の場は無限。また、災害被災者の心のケアなどのボランティア活動においても、インナーチャイルドセラピストとしての知識や能力を存分に生かすことができます。

Therapist

インチャセラピスト 誕生から 10 年

2012年、インナーチャイルドセラピストの第1期がスタートし、翌年、日本ホメオパシー財団認定インナーチャイルドセラピスト第1号が誕生しました。コーススタートから10年を迎えますが、ニーズに対してまだまだ人材が足りないという現状。数あるカウンセラー資格の中でもインナーチャイルドセラピストに注目が集まっているのは、心理的原因によって起こる身体の病気や障害までも改善に導く術を備えているから。今後も、志願者の増加間違いなしの重要な資格です。

Enhancement

人と自分を幸せにする やりがいのある仕事

インナーチャイルドセラピストとは、クライアント本人も気づいていないインナーチャイルドを見つけ出し、対話などによって癒していく人のことです。インナーチャイルドを癒すことで、原因がわからなかった人間関係・仕事・恋愛・健康などの悩みや不調も解消していきます。心の病に苦しんでいる人はもちろん、心身ともに健康な毎日をおくりたいと願う人たちの助けとなることで、言葉では言い表せないほどの充実感や達成感を得ることができます。「人のため」というイメージが強い職業ですが、セラピーを通じてセラピスト本人が癒しや活力を与えられることも多いのです。

コース概要

- ◆ 講師 由井寅子 CHhom 名誉学長
JPHMA 認定ホメオパス、東昭史フラワーエッセンス研究家
- ◆ 受講期間 9月～翌年8月
- ◆ 受講時間 3時間×20回＝60時間コース
- ◆ 受講費用 160,000円(税込)〈一括受講のみ〉

- | | |
|------|-------------------------------|
| 第1回 | インナーチャイルドセラピー概論 |
| 第2回 | インナーチャイルドを癒すフラワーエッセンス① |
| 第3回 | インナーチャイルド癒しの心構え |
| 第4回 | 両親のタイプ別レメディー |
| 第5回 | インチャセラピスト ケーステイク① |
| 第6回 | インナーチャイルドを癒すレメディー①「心」 |
| 第7回 | インナーチャイルドを癒すレメディー②「心」 |
| 第8回 | ヨガ・ニドラ(体) |
| 第9回 | アロマ・香り(嗅覚) |
| 第10回 | インナーチャイルドを癒すレメディー③「香り」 |
| 第11回 | 絵と色(視覚) |
| 第12回 | インチャセラピスト ケーステイク② |
| 第13回 | インナーチャイルドを癒すフラワーエッセンス② |
| 第14回 | 笑いと泣き |
| 第15回 | インナーチャイルドを癒すレメディー④「笑い、泣き、触れる」 |
| 第16回 | 触れる(触覚) |
| 第17回 | 音(聴覚) |
| 第18回 | インナーチャイルドを癒すレメディー⑤「音」 |
| 第19回 | インナーチャイルドを癒すフラワーエッセンス③ |
| 第20回 | まとめ |

※インナーチャイルドセラピスト認定試験は、別途受講料 22,000円(税込)がかかります。



上写真は、「触れる（触覚）」より ※eラーニング授業となりますので、客観的な視聴となります。

全 20 回の授業の中では、インナーチャイルド癒しに有効なツールとしてホメオパシーやフラワーエッセンス、ヨガニドラ、絵画、音、アロマなど、さまざまな方向からアプローチします。その中でも特に好評な「触れる」というテーマの授業について。触覚の大切さ、手当ての効果について、由井学長の実体験を踏まえた解説があります。また抱きしめることの魂レベルでの霊的見解は、とても深く魂に訴えかけてくるものです。照明を落とした中、教室の一人ひとりに対して、語りかけるように優しく抱きしめる由井寅子先生。先生の愛に包まれると、多くの学生が嗚咽し、感情を吐き出し、傷ついた自分を癒し、解放へと向かっていくのです。毎回テーマを与えられる「宿題」にも是非積極的に取り組んで頂くことをオススメします。20 回コースと同時進行で宿題に取り組むことで、自分自身の癒されていないインナーチャイルドがより一層浮き彫りになってきます。過去に抑圧してしまった感情や自分の本当の願いが浮き彫りになって、初めて自分自身を癒すことができるのです。

下写真は、「ケーススタイク」、「ヨガ・ニドラ（体）」より ※eラーニング授業となりますので、客観的な視聴となります。



インナーチャイルドセラピストコース

卒業生インタビュー

インナーチャイルドセラピストコースを受講したから分かるコースの特長やご自身の変化を、卒業生のお二人にうかがいました。その思いに共鳴できることがあれば、インチャを学ぶ第一歩となります。

— 入学へのきっかけや、入学当時のことを教えてください。

Fさん…私は、2008年よりホメオパシーの健康相談を受けています。相談会を受けていくことで、少しずつ声を出して笑えるようになり、人の目を気にしなくなり、たくさん摂っていた

薬を自分からやめることができました。数年が過ぎた頃「いいかげん、学びはじめなさい」とレメディーに言われたかのように、何も考えずにインチャコースに申し込んでいました。私とても内向的な性格で、それまで自分で決めたり進んで行動することはなかった。あの時なぜ、自分がそう思ったのか、今でも不思議に思っています。



〇さん…私の場合はファミリーホメオパスコースがきっかけでした。ホメオパシーを学ぶだけでは十分でなく、自分のインチャと向き合って癒すことの比重が大きいというのがよく分かり、ホメオパシーを学ぶ上でぜひやらなければいけないと思い、入学しました。

「ご自身の感情などを通して、感じる変化はありましたか？」

〇さん…私はこれまでにパターンズワークという「人生の生き癖と向き合う」という学びをやったり、インドにもよく行っていたので「カルマから生き方を探る」ことへの理解はある程度あった方だと思います。けれど、とらこ先生のインチャコースを学んで目からウロコだったのは「自分の親や兄弟にフォーカスする」ということで

した。そこは、自分が全然できていなかった部分だと気付かされました。特に、自分自身の持つ「妹に対する嫉妬心」の大きさに対しては、インチャコースを受けて初めて向き合うこととなりました。学びを通して、素直に自分の感情を受け容れることができるようになってきたので、流れに任せられるようになった。流れて任ぜられるように。年子の妹は、おっとり

した私とは正反対の活発な性格で、男の子が欲しかった父は妹をとてまわいがつていました。子どもの私は叔母に預けられたりすることもあり、母に甘えることもできなかった

ことなど、気付かずにいたことが授業を通して思い出されました。深掘りしていく中で、親との関係性、兄弟との関係性があることにまず気付いて、受け容れて消化していくうちに、すべてが腑に落ち、妹や母との関係性を見つめ直すことで、自分自身が変わり始めている実感が湧いてきました。



Fさん…私が学校に入った目的は「自分を变えること」でした。しかし学校が教えてくれたのは、ダメな自分を認め、それを受け容れることでした。「自分を变えたい」と思うことは、「ダメな自分を捨て、ピカピカの違う人になる」ということ。「私は自分で自分をいじめてきたのだ」と、学びを深めながら理解できるようにになりました。内向的だった自分が、自分の意志で勇気を出してインチャコースに入った事が信じられない行動だったこともありましたが、やはり学ぶ中で少しずつ積極性や行動力が出てきたという変化がありました。自分にはインチャなんてありませんから、すぐに癒せると思っていました。うまくいきませんでした。私はずっと世間の常識に合わせるために必死で生きていた抑圧だらけの人間で、常に人の顔色を気にしたり、誰か

についでいきながら生きてきました。「なんでこんな私になったんだろう」と考えた時、母の存在が思い当たりました。元々、母のことが大好きで、母を助けたいと思って、母の言うことを聞いて生きてきました。私は「こう育てなくてはならない」という母の期待に応えるように「こうせねばならない、こうしなくては愛されない」と思っ、がんばっていたんです。母自身がとても「良い人、正論を言う人」だったので、例えば私が人の悪口を言ったりすると「お前が先に傷つけてるかもしれない、そんな風に人を恨んだりしてはいけないよ」と諭される。なので反論ができずに、全て受け容れていました。いじわるな人を嫌いに思うようなことがあっても、自分自身で負の感情を抑えて「それは悪い感情だ。この人にもいいところはあるのだから」と考える

ようになってしまっていたんですね。人に合わせる性格、自分を出してはいけないという気持ちはそこから来ているのだということが、授業を通して分かってきました。

―最も心に残った授業は何ですか？

Oさん…両親の性格に向き合う授業ですね。父や母の性格を考えて、自分に似ているところ／異なることを書き出していく課題では、それまで生きてきてじっくり向き合うことがなかった。問いを考えるきっかけとなりました。一つずつ書き出すことで、自分の中で気がきが生まれた授業だったと思います。それまでは「父は嫌い、母を庇^{かば}う」みたいな。パターンが自分の中でぎっくりあったのですが、その思い込みに気付いた機会でもありました。また、絵

画から見る心理状態や音、ヨガニドラの授業も印象的でした。

Fさん…私も絵を描く授業が印象に残っています。「なんでもいいから描く」という課題でした。昔から美術の時間などで評価を気にして、うまく描かなきゃという気持ちがあったんですね。ですが今回は、うまく描くんじゃ



ないんだ、描きたいと思うものを描こう！と、必死で考えました。それでも最初の一枚は、うまく描こうとしていた自分が出てしまったので、描いたものを破棄しました。二枚目に描いたものは、草原に自分が後ろ向きで立っていて、奥に山と太陽がある絵でした。ほんの少しでも自分を表現することができた、初めての作品でした。

ーインチャコースでの学びが、生活や自分自身にどう活かされていると感じますか？

Oさん…現在プロフェッショナルコースに在籍中で、最近ほ学生ケースを扱うようになりました。そこで学生同士が互いに

相談会をしながら気付いたのは「やはりインチャ癒しは欠かせないのだ」ということ。インナーチャイルドセラピストコースでの学びが生きていると思います。どんなに良いレメディーを選んでも、誰しも心の根底にインナーチャイルドがいます。自分が相談会をやる立場になつて改めて、インチャ癒しの重要性を実感しているところですね。とらこ先生の授業を日々見ながら、体だけではない、魂の癒し、靈性を高めることの大切さを感じているので、ホメオパシーの知識だけでなく、インチャ癒しまでを行わなくては治癒はないのだということを身をもって体感する毎日です。とらこ先生の下でもっと学びたいという思いが募り、知れば知るほどに、自分の開けていなかった扉を開いていく感覚になり、ファミリアホメオパス↓インナーチャイルドセラ

ピスト↓プロフェッショナルコース、と学びがすべて繋がっている感じですね。具体的な展望を持たずに入学したものの、霊性の高い先生方の意識に触れて勇気をいただき、将来的には自分も先生方のような「魂のホメオパス」になりたいと思うようになりました。

Fさん…私も同じで、まさか自分がプロフェッショナル四年制コースまで通ってホメオパスを目指すようになるなんて、少しも思ってもなかったんです。中々自分にOKが出せない性格なので、今は「こんな自分でもいいんだよ」と少しずつ許している状態のかなと思っています。私が最初にインチャコースを選んだのは、無意識の中で、もっと自分のことを知りなさい、自覚しなさい。ということだったのかなと思っています。もしかして何も学

べていないのかもという不安は常にあります。四年制への進学を決めた理由もそこにあります。がんばってもがんばっても誉めてもらえない娘だったので、常に自分自身をダメな人間と思ってしまうところがあります。最近では、自分の子どもたちがワクワクを打ってしまったときに「ホメオパシーの勉強をしているのに、止めることができなかつたなんて…」と、シヨックで自分を責めてしまう気持ちがありました。でも、それはそれとして、本人たちの選択を受け止めようと思えるようになったこと、前向きな気持ちに切り替えられたことなどは、自分にとつての成長なのかなと思っています。インチャコースを卒業後、ファミリーホメオパスコース、四年制のプロフェッショナルコースへと続き、先日卒業することができました。しかしまだまだ

インチャ癒しは続いていきます。もっともつと成長したいと思っています。

—入学を考えている方に伝えたい事はありますか？

Fさん…自分自身をあきらめずに、向き合うことが大事だと思います。うまくいっているのか分からなくても、インチャ癒しを続けていたただきたいです。やっていけば「ほんの少しずつでも前に進んでいるのかな」と思える瞬間があるはず。とにかく入って学んでいただけたら、少しずつ自分自身と向き合うことができ、内面に変化が出てくるのかなと思います。

入学前に見ておきたい!

インナーチャイルドについての知識を深めるための 厳選書籍と配信動画のご案内



人生は負けるためにある

—インナーチャイルド癒しの実践 8 講演録—

由井寅子 / 1,300 円 + 税

「インナーチャイルドって?」という初心者の方におすすめの一冊。DVD 化された 2017 年札幌講演と、同年・東京講演の講演録から抜粋、編集した、講演録シリーズ第一弾。講演会では語り尽くせなかったエピソードなど一部加筆し、より詳細に知ることができ、理解も深まります。

※書籍のご購入は、豊受モール書籍コーナーよりお求めいただけます。右記 QR コードをスキャン



インナーチャイルドの理論と癒しの実践

—初心者からプロのセラピストまで—

由井寅子 / 1,500 円 + 税

まったく新しい心理学とも言える、とらこ先生のインナーチャイルド概論。インチャが生まれる過程を、段階を追って解説します。病気の土壌となりうるマズムとの関係やインチャの癒し方まで、全てを網羅し、凝縮した一冊です。



とようけ TV-web

インナーチャイルドコースをはじめ、テーマごとにさまざまな講演会動画を無料でご視聴いただけます。動画ならではの表情や表現、ケーススタディなどは必見です。

※ご視聴の際は、無料の豊受モール会員登録が必要です。右 QR コードよりサイト内にてお申込みいただけます。





魂・心・体の三位一体で治癒に導く ZEN ホメオパシーが学べる、唯一の学校



一般財団法人 日本ホメオパシー財団認定 ホメオパシー統合医療専門校

カレッジ・オブ・ホリスティック・ホメオパシー



インナーチャイルド
コースホームページ