

大自然の気とひとつになる  
隣接する自然農園の朝採り新鮮野菜で身体も喜ぶ  
(農薬・化学肥料一切不使用)

中健次郎先生

# 気功合宿

2013年9月20日(金)~23日(月・祝)

※2泊3日コースと3泊4日コース有り 詳細は裏面



中健次郎先生の美技指導

いのちの森水輪のすずらん

清潔な寝具と森に囲まれて

自然農園の朝取り野菜を使った食事

毎年鏡池での気功も行います

大自然の中で深まる気

## ～中健次郎先生よりメッセージ～

皆さん、お元気ですか？

最近、心身の調子を崩したり、人間関係で悩んでいる方々の相談を受けることが多いのですが、そういった方々は往々にして頭で考えすぎです。無意識のうちに自分のパターンにはまり、出てこれなくなっています。

気功を通して身体と気(エネルギー)と意識のバランスを整えてみませんか？気功には心を浄化する[性功]と体を健康にする[命功]の2つがあります。この2つを修めて心と

体を同時に練っていくことを[性命双修]と呼びます。性命双修を重ねれば私たちの心と体はより調和していき、本来の健全な姿に戻っていきます。

水輪の心地よい空間で、愛と平安とよろこびに包まれた真の自己に戻りましょう！初心者も大歓迎、簡単でしかも効果の高い気功法からお教えます。清澄な光に満ちた大自然に囲まれた飯綱高原「水輪」で一緒に気功ができるのを楽しみにしています。

## 中健次郎先生 プロフィール

1956年、和歌山県生まれ。20歳のとき、1年かけて北南米大陸を陸路で縦断。22歳のときには、インド方面へ半年間求道の旅に出る。23歳からオセアニアで働きながら1年半の遊学。これらの旅の間、各地で偶然宗教家や先住民に助けられ、人生観が変わる。1981年より、北京と南京に2年間留学。その後一時帰国し、日本の鍼灸師免許を取得後、再び渡中。北京中医药大学・北京大学等にて、中国伝統医学と中国古典哲学を学ぶ。通算18年以上の中国滞在中、中医学、太極拳、気功をその道の第一人者に師事し、修得。1996年より、2年半をかけて世界

の聖地を巡礼。その後も北京を拠点にして活動。毎年冬には、夫婦でインドを訪れ、覚者や聖者に出会う気づきの旅を続ける。2004年の帰国後は、熊野を拠点に全国でセミナーや合宿を開催。気功、太極拳、家庭療法、東洋医学、東洋哲学等を指導。2010年春、神奈川県湯河原に心と体の学び舎「かめへんむら」を創設。真の気功家であるとともに、世界88カ国を回った冒険旅行家であり、真の自己を求める探求者でもある。宗教的感性を気功と結びつけて語る魂の吟遊詩人。著書：病気が治る気功入門」「人は死なない。では、どうする？」マキノ出版

主催・申込み・問い合わせ 公益財団法人いのちの森文化財団  
会場 信州飯綱高原 いのちの森心と体といのちのセンター「水輪」

〒380-0888 長野県長野市飯綱高原2471-2198

TEL 026-239-0010 FAX 026-239-0011

e-mail: zaidan@inochinomori.or.jp URL http://inochinomori.or.jp

～ 2012年気功合宿参加者感想 ～

▼K・Nさん

気功合宿に参加して本当によかったです。  
自分の考え方のパターン、今に生きることの必要性などの気づきがありました。今日家に帰ってから少しでも実践できればと思います。  
また、気功がとても気持ち良かったです。  
やはり自分に合っているように感じるので、毎日少しずつ取り入れ、自分の気持ちを落ち着かせて生活していきたいです。  
水輪にはまた家族と一緒に来たいと思います。それに、来年の気功合宿もぜひ参加したいと思いますので、よろしくお願いします。



▼H・さん

日常、あたりまえに思っやり過ごしていた事が、実は宇宙からのあたたかなプレゼントだったという事に気づかされた3日間でした。  
水輪という場所は、心の奥底にまで愛を届けて下さいました。水輪は気を静めるのにとっても気持ちのよい所ですね。  
スタッフさんの対応も部屋もすてきです。食事はもつとすばらしいです。今度、ゆっくり何も考えずに宿泊だけをたのしみこしに来てほしいかなと思います。その時はよろしくお願いします。



日程概略(スケジュールは変更する場合があります)

初日  
13:00 受付・オリエンテーション  
14:00 練功・講義  
16:00 入浴  
18:00 夕食  
19:30 練功・講義  
中日  
8:00 練功  
10:00 朝食  
11:00 フリータイム  
13:00 練功・講義  
16:00 入浴  
18:00 夕食  
19:30 練功・講義  
最終日  
8:00 練功  
10:00 朝食  
11:00 練功・講義  
13:00 解散



参加要項

- 会場 長野県信州飯綱高原 心と体といのちのセンター「水輪」
- とき 2013年(A)9月20日(金)～23日(月・祝) (B)9月21日(土)～23日(月・祝)
- 参加費 (A) 3泊56,500円 (B) 2泊41,500円 (会員は割引あり)  
※上記金額には宿泊、会場、講師謝礼、夕朝食事含む
- お申込 下記の「申し込み書」でFAXまたは郵送にて「公益財団法人いのちの森文化財団」までお申込後、一週間以内に参加費をお振込ください。前泊・延泊可。\*希望の方には当日長野駅から会場へ直行の乗合タクシーを手配します。お申し込みされた方には9月上旬に詳細資料をお送りさせていただきます。
- 振込先 参加費振込確認後、順次正式受け付けとなります。  
乗合タクシー希望の方は4人以上1人当たり①片道1,100円往復2,200円を合わせてお振り込み下さい。  
◎みずほ銀行 長野支店(普)1991794 公益財団法人いのちの森文化財団  
◎ゆうちょ銀行(口座番号)00520-3-42181(加入者)公益財団法人いのちの森文化財団  
\*尚キャンセルの場合、参加費の返金は致しませんので御了承下さい。(代理参加可能です。)  
\*部屋は男女別の相部屋となります。個室を希望の場合別途料金がかかりますが、希望に添えない場合がございます。  
\*会場をカーナビで検索する場合は水織音(みおりね) (026-239-3908)で検索して下さい。  
\*会場は全館禁煙です。\*洗面用品、タオル、バスタブは各自で御用意ください。  
◎詳細はお問い合わせ下さい。



会場:いのちの森(水輪)について

いのちの森の大自然のエネルギーは、心と体を癒し、自然治癒力を高めます。隣接する水輪ナチュラルファーム自然農園では農薬や化学肥料を一切使用せずお野菜を作り、環境と健康に配慮した農法を行っています。大切に保護された自然は、やどりぎや銀竜草など高山植物、また山野草の宝庫です。館内寝具類は清潔を保ち、施設には和紙の照明、建物は天然木の檜や杉材を使用することで、人工的な建材によって遮断されることなく大自然のもつ澄んだ空気を、存分に味わうことができます。厳選された無添加の食材・調味料、無農薬野菜などを使った心のこもった美味しい食事は、心身をリフレッシュしてくれます。

申し込み書「2013年中健次郎先生気功合宿」

該当項目に○をご記入ください

TEL 026-239-0010  
FAX 026-239-0011

氏名	男 女	年齢	ご職業	申込日	月 日
住所 〒	e-mail				
TEL	FAX	携帯電話			
乗合タクシーに乗車する「行き」/「帰り」		参加日程 { (A) (B) }		(前泊する・延泊する)	
食事アレルギー(無し・有り:食品名) ※食事作りの参考にさせていただきます。					
個室希望(無し・有り) ※別途個室料 お一人様一泊3,500円～6,500円 個室料はセミナー当日のお支払いになります。					
参加費+ 乗合タクシー代の合計		円	振込先 ( 行 / 銀行 )	振込日	月 日 (振込済み・振込予定)
◎お申し込みのきっかけ		チラシ	紹介:紹介者( )	インターネット	新聞・雑誌( )