



# ERTレッスンカリキュラム



## 共通必須講座

### 基本必須講座

①エネルギーの理論 (120min)

②検査と操作方法 (120min)

エネルギーについて、チャクラや経絡の基本概念についてなどを学び、実際に表情筋や身体感覚を用いた検査方法と操作方法を体験・実習します。



共通必須講座後、Aコース（全講座受講）の方は、番号順に受講、Bコース（選択受講）の方は、健康編必須講座③または幸せ編必須講座⑩を受講後、好きな科目を受講して下さい。



## 健康編選択 or 全講座受講の場合

### 健康編必須講座

③心とチャクラ (90min)

各チャクラとどんな感情が結び付いているのか、乱れが人生のどんな要素からきているのか、指を使った検査方法&整え方や、サブチャクラの概念についてもお伝えします。

### 健康編選択科目 (各90min)

④脳	脳は人間が授かった叡智です。脳&心、脳&身体機能の結び付きを安定させ、恒常性と潜在能力を高めましょう。	⑧毒	技術の発展により、便利な世の中になった反面、化学物質やPM2.5、電磁波など、体に影響を及ぼす物質も増えています。毒や加齢に負けないエネルギーの安定化を図る方法を学びます。
⑤体	肩凝り、頭痛、腰痛、生理痛などは、もしかすると体の別の部位（臓器など）からのシグナルかもしれません。経絡などを利用して、これらを軽減する方法を学びます。	⑨菌	インフルエンザや風邪から常在菌まで、菌と体に現れる諸症状は切っても切れない関係にあります。菌への抵抗力アップや発症したときの症状軽減方法を学びます。
⑥環	気圧の変化、紫外線、気温の変化など、自然は常に変化に富んでいます。そんな自然と調和し、自然環境の五大要素（火・気・木・水・土）の恵みを上手に循環させる方法を学びます。	⑩感	ストレスの多い現代社会の中で、どのように乱れた感情を開放し、気持ちを安定させるのかを学び、日々湧き上がってくる感情をスムーズに流していきましょう。
⑦食	体に良いと信じて食べていたものが、実は自分の体に合っていないことは意外にあるものです。その見極め方や反発を軽減する方法、基本栄養素を上手く取り込める調整方法を学びます。どんな感情をどんな食物が癒やしてくれるのかのオモシロ雑学もお伝えします。		



## 幸せ編選択 or 全講座受講の場合

### 幸せ編必須講座

③守護 (90min)

地球上で影響を受ける次元の違う3つの階層とバランスを保ちながら正しく繋がり、自分を守り導いてくれている存在（守護精霊）のメッセージを受け取って活かしてみよう。

### 幸せ編選択科目 (各90min)

⑦先祖	親子関係、対人関係やご先祖・家系・土地などのエネルギーの調和方法を学びます。	⑩体操	誰にでも簡単にできる、チャクラやオーラを整えて活性化する体の動かし方や、内臓を活性化する方法を学びます。
⑧良念	自分の持っている良い質を知り、認め、活かしていく方法を学びます。言葉を使い、オーラを輝かせる方法も学びます。	⑪霊障	見えないものから発せられるエネルギー（霊や念）からの影響の種類と、自分の心の軸を整えてそれらの干渉を防ぐ方法を学びます。
⑨運氣	運氣は常にやってきていますが、心や頭意識が不安定だと上手く受け取れません。この項目では、脳内ホルモン（やる気・幸せ・安らぎ）を高め、様々な運氣の上手な掴み方を学びます。	⑫時間軸	誰もが多かれ少なかれ持っているトラウマやインナーチャイルドなどの『許せていない悲しみ』を『ただの思い出』に変換し、劣等感や負の行動パターンからの解放を目指します。過去の自分を許し、認め、愛する、人生を切り開く重要なエッセンスが詰まったレッスンです。

