

ILP BASIC

統合的な自己成長の実践のワークショップ

世界最高峰の思想家ケン・ウィルバーが提唱するインテグラル理論に基づいた深いレベルでの意識変革を目指す実践のプログラムです。

開催日 2009年10月24日(土)、10月25日(日)
10:00 ~ 17:00(開場 9:45)

開催場 BumB 東京スポーツ文化館

講師 鈴木 規夫、依浮 とし子

ILP (インテグラル・ライフ・プラクティス)とは……

- ・現代思想家・実践家であるケン・ウィルバーが、自らの提唱するインテグラル理論に基づいて構築されたものです。
- ・一時的な精神の高揚などの表層的な意識状態の変化ではなく、個人の深層的な変革と成長を目指す統合的な方法です。
- ・現代の多忙な生活のなかで、効果的な実践にとりくむことを可能とする方法です。
- ・「体」(Body)・「心」(Mind)・「魂」(Spirit)・「影」(Shadow)の領域を網羅する包括的な実践を行います。



4つのモジュール: 「体」(Body)・「心」(Mind)・「魂」(Spirit)・「影」(Shadow)

こんな方にお勧め

- ・日々の生活や努力が自分の成長に結びついていない実感が湧かず、もどかしい思いをしている方
- ・単なる気分の変化や一時的な効果を得るのではなく、深いレベルでの意識変革・成長を目指したいと思う方
- ・個人、家庭、仕事、社会の分野で直面する問題を解決し、リーダーシップを発揮していきたいと思う方
- ・何を目標に、どのように自分を磨いていけば良いのかという、あなたに合った実践方法を明らかにしたい方
- ・トラブルや自己中心性を生む自己の意識の偏りを克服し、各領域を統合する視点の獲得を目指したいと思う方
- ・ボディ・マインド・スピリットの全ての側面により健やかになり、深みのある存在になりたいと思う方

日程

第1日

1. ILP の基礎概念（講義・討議）
2. ILP デザイン（状況確認）
3. Integral Life Vision
4. ILP デザイン（今後の実践内容の構想）
5. AQAL Analysis

第2日

1. インテグラル・メディテーション
2. インテグラル・シャドー・ワーク
3. インテグラル・ダイアローグ
4. 実践に関する個人相談

講師プロフィール

鈴木 規夫 Ph. D. (インテグラル・ジャパン代表取締役)

人間の心理的発達と能力開発の領域において 10 年以上にわたり研究と実践に取り組んでいる。企業組織における人材育成を主要な活動としており、主に発達段階の測定、リーダーシップ・パイプラインの構築、及び、エグゼクティブ・コーチングとリーダーシップ・トレーニングを担当している。2004 年に California Institute of Integral Studies (CIIS) で博士課程を修了。専門は、東洋と西洋の心理学 (East-West psychology)。日本に帰国後、アメリカの現代思想家ケン・ウィルバーのインテグラル思想の普及のための活動を展開している。2005 年より、個人の統合的成長を目的とする実践のプログラム (Integral Life Practice)、及び、組織文化の統合的変容のプログラム (Culture of Leadership Program) というインテグラル思想を基盤としたプログラムの実施に中心メンバーとして参加している。また、ケン・ウィルバーの主催するインテグラル・インスティテュート (<http://www.integralinstitute.org>) の創立メンバー。現在は、International Advisory Board の一員として参加している。

依浮 とし子 (アートセラピスト、インテグラル・ジャパン・ファシリテーター)

2006 年以来、Integral Transformative Practice (統合的変容のための実践、ILP と同義) の実践グループで鈴木規夫とともに共同ファシリテーターを務める。夢、絵画、ドラマ、ムーブメントなどを用いたセラピー／グループワークに豊富な経験を有し、創造的で柔軟なファシリテーションと、安心してじっくりと自分の課題に取り組める場づくりに定評がある。

参加費

- 一般事前振込：36,000 円（開催日より 3 日前まで）
- 会員事前振込：32,400 円（開催日より 3 日前まで）
- 定員 20 名（定員に到達次第締め切ります。なるべく早めにお申込みください。）

申し込み方法

インテグラル・ジャパンの申し込みフォームにご記入ください。

<http://integraljapan.net>

地図



東京メトロ有楽町線、JR 京葉線、りんかい線、
『新木場駅』下車、徒歩 10 分

地図記載 URL :

<http://www.ys-tokyobay.co.jp/koutsu.html>

主催 **INTEGRAL JAPAN**
インテグラル・ジャパン株式会社

〒151-0063 東京都渋谷区富ヶ谷 2-17-16-701 URL: <http://integraljapan.net>

Tel: 03-6914-3425 E-mail: info@integraljapan.net