

# コンシャスネスボディワーク & シアターレッスン

## ★ プロフィール

### 辰美有美<コンシャスネスボディワーク>

1997年に宇宙意識の法則（意識科学）の学び研究を始める。  
2005年よりカウンセラー、気功、エネルギー治療等で活動。  
2006年アーティストとしてマザーズアート発表。2010年  
「宇宙の法則と女の幸せ」カナリア書房より出版。2013年  
ドラゴンフォレストアカデミーを開校し、意識の法則講座  
個人セッションを充実させ、意識の法則マスター養成まで  
行う。2019年ドラゴンフォレストを閉じ、MOTHERとして  
フルレンジでの活動を始める。

website <http://www.mamadra.com>

### 都築香弥子<シアターレッスン>

1986年から2006年、劇団文学座に所属。芸名・香月弥生  
(かづきやよい)として、劇団公演の他、こまつ座、地人会  
加藤健一事務所等プロデュース公演や、東宝、蜷川幸雄演出  
等に出演。2006年から2010年、劇団四季に所属。本名  
都築香弥子として、多くの作品に出演。1999年から2000年  
文化庁在外研修でパリ留学。ヨシ・オイダ氏、ジャン・  
サスポータス氏(ピナ・バウシュカンパニー)に師事。  
「もののけ姫」「ハウルの動く城」など声の出演多数。  
演劇をもとにしたクラスやワークショップを多数行っている。



# コンシャスネスボディワーク&シアターレッスン

今までの縛りやカラを破った、あなた本来の最高の表現者へと変わる！！

これから・・・このチャンスに・・・変わるつもりの人へ。本気で自分を始める人へ。  
新たな地球世界で堂々動き始める人への必須体得プログラム。

今までとはあきらかに違ってきている。何かを変えていく時と感じている。  
自分の中の意識や在り方や価値観が、変わる時がきてると感じている。

そしてどうすればいいかも、知っている？

例えば・・・

心の縛りを解いていくこと  
戦うことなく緩やかに生きること  
比較ジャッジから開放すること  
自分らしさを楽しむこと  
承認欲や獲得意識を外していくこと

知っているのにやれてない？ 分かっているはずなのにできていない？  
なぜでしょう？

あなたに訴えかけてくる魂の声を、  
頭と心に支配された思考が、うまくやろうとする計算の世界に引き込んで  
輝けるはずの本質を分からなくしているからです。

「何者になるよりもあなたであれ」・・・と魂は言います。

あなたであるための行動を起こすのは、あなたです。  
あなたであることを理解していなければ行動はあなたではありません。  
人の模写では、もう楽しくない。もう輝かない。そんなあなたをあなたは知らない。

実はそれを身をもって知っているのは、頭よりも心よりも、あなたの身体です。  
思い至ったなら、急いであなたの心を、あなたのボディに繋いでしましましょう。  
身体に問いかけ、身体感覚に教えてもらいます。  
魂、意識、心、身体、全部つないだあなたの一本を創ります。

閉じ込めてきた自分、見たこともない自分が目を覚まし、本質を見つけ出し、  
信頼と満足を得られなかったその表現方法を、信頼へと変容体感していきます。  
自信を持って生き抜いていく自己という唯一の表現者を目指します。  
20年あまり意識の法則・意識上昇の講義やセッションを行ってきた辰美有美と  
舞台女優であり、30年に渡る体験からオリジナルワークを持つ都築香弥子が  
ブラッシュアップしてお届けする第二弾、魂心のワークステージ6日間です。

## ★ ワークスケジュール

- ・ 1～2日目 自分の心、身体、意識、魂に問いかけ、全てを1本につなぎ直す体得ワーク。  
身体を様々な手段で動かし、声を使い、意識を動かし、波動レベルであなた  
自身を本来へと書き換えていきます。思考が入れない魂と身体の結び直しを  
実践。喜びにあふれた自己表現と自信を持てる言動のルーティン化が目標。  
本来の魂軸を、体感表現から頭在意識レベルにしていきます。(辰美有美)
- ・ 3～5日目 他者に関連付けた様々なシーンでの自己表現のワーク。他者と自分の純粋さを  
知り、人前でも自信が持てる自分、からだ発信の言葉選びなどを身につけます。  
更に、シアターゲームと呼ばれる、国内外のプロの俳優たちが実際に活用して  
いるワークによる、身体表現、台本の読み解き、セリフ体感指導、などを通じ、  
自然体の自分の最高の自己表現を身につけます。(都築香弥子)
- ・ 6日目 シアターレッスン：あなたの魂表現 発表のステージ。  
コンシャスネスボディワーク：6日間のワーク診断シートのシェア。

## ★ 日程 (予定)

全6日間/週2回(水曜日・金曜日)  
2020年(水) 1/29日・2/5日・12日(18時30分～22時)  
(金) 1/31日・2/7日・14日(19時～22時)  
アセンションへの総仕上げ 立春明けの宇宙エネルギー変換に焦点を合わせます。

## ★ スタジオ

東京都世田谷区(詳細は参加者にご案内いたします)

## ★ ワークレッスン料

6日間 ￥75,000+消費税 (カードによる3回分割払い可)

## ★ お申込み

ウェブサイト <http://www.mamadra.com/info> お申込みフォームより  
又は、辰美、都築に直接お申込みください。

### <コンシャスネスボディワーク> 辰美有美

自己意識の根幹を進化変容させていく時代、どう自分の最良を体現して生きていくか。  
どう自己表現をしていくか。日常がをそのもので生きるためにはどうすればいいか。  
新たなシフトステージで本来の自分を素直に体現していく力をつける体感ワークです。  
意識と身体の解放と統合。真に強く生きる魂軸を感性とボディワークで身につけ  
ていきます。結果へと楽しんで実践しながら、意識細胞を貼り変えていきます。



### <シアターレッスン> 都築香弥子

数々の個性的な作品を演じてきた舞台女優 都築香弥子を迎えて、アクトレスの究極  
の自己表現を学びます。自分自身の在り方が全て。何を演じても自分自身のど真ん中  
が現れていく人物であり、場や空間だと彼女は言います。舞台やワークショップで培っ  
てきたことを惜しみなく伝えてくれます。彼女が導いてくれる3日間のワークシーンで、  
どう自己表現をしていくのか。魂とシンクロする自己表現とは。貴重な体験です。

