

今人気！の

## 数秘曼陀羅アーティストコース！

で新しいあなたになる！

フラワー・オブ・ライフを使って楽しく曼陀羅アートを描くコースです。絵が苦手、色音痴だからきれいに塗れないなど年齢とともに、強くなってしまった**苦手意識**。



今までの考えや行動をこの曼陀羅を描くことで**覆してみませんか！**

曼陀羅を描くことは、マインドフルネス瞑想と同じ効果があります

マインドフルネスとは「**今ここ**」にただ集中している心の在り方のこと、**絵を描く瞑想**です。

無になるための瞑想と聞くと難しく感じる方も多いと思います。少しだけでよいので目の前にあること「**今に集中する**」ことで自分が見えてきます。

マインドフルネスには**集中力アップ**、**ストレス軽減** **自律神経回復効果**があるとされています。

**新しい生活、新しい生き方は新しい考え方をしなければ、やって来ません。**

2021年の**新しいスタート**のために、

そして

**新しいあなたを見つけるために・・・あなただけの1枚の曼陀羅アート！**

このコースでは

- ①土台となるフラワー・オブ・ライフの歴史や意味
- ②数の意味するもの

③「**素敵なあなたに！**」カードの作成と使い方をアドバイスいたします。

**セミナー終了後は周りの方たちへ曼陀羅アートをお伝え出来ます。**



数秘曼陀羅アーティストコースは ZOOM でのみ開講致します

受講料：33000 円→**30000 円（12月5日まで割引価格）**



ZOOMセミナー 90分×2回 ★すぐ描ける教材1セット付★、

**開催日 12月19日（土曜日）**

第1回 ZOOM 10:30～12:00

第2回 ZOOM 14:00～15:30

（1回目と2回目は曼陀羅作成上時間を開けますので別日程も受け付けます）

他日程ご希望の方はご相談の上決めさせていただきます。

お申込み・お問い合わせは  
フォー・カラープラス～癒し庵～

TEL 090-7972-7497 E-mail info@4iro.com