

전문 힐링 마스터 프로그램 안내



힐링 마스터
허허 조준호



힐링 코칭
여수 손준형



힐링 코칭
신진옥



힐링 코칭
김미래



힐링 코칭
손옥수



힐링 코칭
문윤형



호흡 조절로 마음의 평온 얻기 명상/ Breathing controll Meditation

소개	건강한 사람은 몸 속 에너지의 93%를 호흡을 통해서 만든다. 또는 우리 몸 속의 노폐물의 70%가 호흡을 통해서 배출된다. 그런데도 나쁜 호흡 습관을 가진 사람이 84%난 된다' 삶은 숨쉬는 것에서 시작하여 삶의 마감도 숨을 거두는 것으로 하게 된다. 정작 자율신경에 의하여 살아 있는 한 저절로 이루어지는 내 숨쉬기는 잘 알지 못한다. 숨통이 트이면 정말 좋다. 그리고 살 맛 난다.
운영조건	명상실 또는 의자가 있는 세미나실
진행시간	60분~90분
참여대상	- 호흡에 대한 이해와 호흡조절로 몸과 마음의 이완되어 평온을 찾으려는 분 - 만성스트레스를 해결하기 위한 방법을 알고 싶은 분 - 직장인, 공무원, 사회복지기관 종사자 단체
참여인원	50명 내외
프로그램	- 스트레칭으로 이완요법 - 자신의 현재 호흡의 상태를 정확히 알아차리기 - 호흡 훈련으로 막혀 있는 가슴 풀어내기 - 편안한 호흡으로 안정감 회복하기
기대효과	- 몸의 이완법을 배웁니다. - 자신의 삶의 방식을 이해합니다. - 스트레스 대응 방법을 조절합니다. - 스스로 편안한 자신을 발견합니다.
유의 사항	- 최소 2주전에 예약 접수 - 본 프로그램은 참가자통합힐링센터 힐링마스터가 진행합니다.
진행비	- 30명 내외 1,100,000원(부가가치세 포함/ 세금계산서 발행) - 31명에서 50명 내외 1,320,000원(보조진행자 1명 / 부가가치세 포함 / 세금계산서 발행)





센터 소개

참사람 통합힐링센터

2008.5.1 설립되어 심리학, 사회학, 인문학, 대체의학, 자연치유학, 사상의학, 명상학, 영성학 등 몸 바로 세우기, 마음 바로 세우기를 자연환경 속에서 공무원, 공기업, 공공기관, 기업의 직장인의 스트레스 해소 및 에너지 재 충전, 공감과 소통을 통한 조직력 회복 및 감정노동자의 자존감 회복 프로그램을 기획, 개발하고 전문 힐링코칭 시스템을 구축하여 21세기 힐링 트렌드에 선두 기업으로 성장하였습니다.

센터의 특징점

- 다양한 힐링센터

- 가평 '청리움' 한글과 컴퓨터 그룹 56만평 몸,마음 균형회복 명상센터
- 가평 '가평 더스테이힐링파크' 24만평의 국내 기업, 공무원이 선택하는 제 1순위 아름다운 힐링센터
- 가평 '교원그룹 21세기 비전센터 청평지역 평생연수원 전문 힐링센터
- 양평 '힐하우스 호텔' 30년 전통의 남한강의 수려한 경관과 함께 하는 편안한 힐링센터
- 남양주 '동화컬처빌리지' 북한강의 자연과 최적의 힐링을 위한 문화적 아름다움이 더 한 힐링센터
- 메인센터 '참사람통합힐링센터' 양평 숲 속의 소수 단체의 편안한 힐링센터

- 전문성

2008.5.1 설립이래 공무원, 공기업, 기업, 교사, 사회복지기관등 다양한 치유 프로그램을 기획 진행하면서 힐링분야의 전문가로 자리매김을 하였습니다.

- 신뢰성

삼성전자(2011), 농협중앙회(2016), 서울시청(2018), 양평군청(2014)등과 힐링 협력업체 등록과 2020년 현재 200여개 단체 10,000여명에 참여와 함께 하였습니다.

기업참여



공기업



교육기관



공공기관



사회복지기관





균형회복 촉진자 프로파일

현/ 허허의 자연치유연구소 원장

현/ 참사람통합힐링센터 대표

현/ 허허 몸,마음치유명상 TV 유튜버



Healing Master
허허 조준호

- 신체심리학(Somatic psychology) 공부/ 행동치유 촉진 전문가
- 사상체질학자/체질에 따른 식이요법,심리요법, 운동요법 전문가
- 허허 치유운동법 지도자/ 면역회복 운동법, 대사질환치유 운동법,심리치유운동법
- 허허 숨통 마음통 몸통 몸,마음치유 명상지도자
- 허허 치유걷기전문가(현/한국노로딕워킹 이사. 걷기 전문 지도자)
- 비언어적 소통전문가(소통 퍼포먼서)
- 가족심리치유전문가(게리채프먼/ 사랑의 언어, 사과의 언어)
- 태극기공(太極氣功) 기본공,보건공,치료공 매일 수련자(2008년 ~)
- 스스로 자연치유의 삶을 살아가면서 삶에서 얻어진 지혜를 나누는 자

현재운영상태(2022년 현재)

- 공무원,공기업, 일반 기업 힐링 프로그램 기획, 진행 운영 중
 - 2011년 삼성전자(주) 무선사업부 힐링분야 협력업체 등록 운영 중
 - 2017년 농협중앙회 힐링분야 협력업체 등록 운영 중
 - 2017년 서울시청, 서울시 교육지원청, 경기도 교육지원청 외 공공기관 지방자치단체 등
 - 2008년 5월 1일 참사람통합힐링센터 설립 후 200여개 단체 약 10,000명 진행

운영 힐링센터

- 공공기관, 공기업, 일반기업 단체 힐링센터
 - 청리움(한글과 컴퓨터 그룹 56만평내 균형회복 명상센터 협업)
 - 더스테이힐링파크(가평/ 24만평의 국내 최고의 힐링센터와 협업)
 - 교원21세기비전센터(가평/ 1,000명 수용의 힐링센터와 협업)
 - 더힐하우스 호텔(양평/ 30년 전통의 힐링호텔 협업)
- 자연치유센터
 - 허허의 자연치유연구소(2008.5.1부터 경기도 양평군 단월면 봉미산삼골길1)
 - 오대산 명상마을 움뿔 (2022년 치유여행 진행)



균형회복 힐링 코칭 스텝



허허 조준호



여수 송준형



도반 신진옥



도반 김미래



도반 손옥수



소담 문윤형



힐링 프로그램 의뢰 진행 절차



Location : 경기도 양평군 단월면 봉미산샘골길1
Web / www.atherapy.co.kr
Call : 031-771-2504