

地球からの贈り物

メディカルアロマセラピー講座

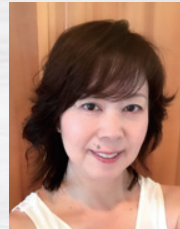
3月
開催

はじめに

植物は自然界からの贈り物です。人は古代から身体や暮らしのケアに、植物を利用してきました。ここでは植物の無限大の魅力とパワーをご紹介します。自然界を身体に取り入れると、どんな風を感じるのか！を知っていただく機会になります。

そして、自然の調和の力を取り入れた暮らしが、とても心地よいことを体験いただけます。植物が好きな方は、きっともっと好きになります。精油の使い方をもっと知りたい方にもおすすめします。

アロマセラピーが初めての方にも、長年愛用しているアロマセラピストの方にもお役に立てる内容です。このコースは一般的なアロマセラピー講座とはまったく違います。地球全体、人間全体といったホリスティックな視野からメディカルなアロマセラピーを学ぶ内容になっています。そして、メディカルアロマセラピーを学ぶだけでなく、自然界と深く繋がってより意識的な生き方ができる在り方を目指しています。世界史高水準を誇るdoTERRA社の精油を使い、アロマの世界を満喫していただきます。



トリニティウェブで人気!!
高見澤先生の講座となります。

高見澤幸子

アロマ&ハーブ研究家、ガーデンデザイナー、フラワーデザイナー、樹医、フルフィルメント瞑想教師、ヒプノセラピスト、チャネラー他

1995年より雑誌、新聞、カルチャースクール、TVなど様々な方面でハーブ&アロマの楽しさを紹介。月刊HERB(誠文堂)でアロマセラピーレッスンを担当、月刊アロマトピアでハーブとアロマの使い方を連載。ハーブスパイス館(小学館)で専門的なハーブを執筆。栗原はるみのすてきレシピ(扶桑社)にてキッチンでのアロマを紹介、アロマ時間(エイ出版)ではハーブクッキングを紹介、レタスクラブ、楽しいガーデニング、初めてのガーデニング(SSコミュニケーションズ)、フローリスト(誠文堂)、プラスワンリビング(主婦の友社)、毎日新聞、読売新聞などの出版物やカルチャーセンター、TV「あるある大辞典」やNHK「大人の遊び時間」などで、英国のナチュラルライフ、ハーブのコンテナガーデン講座、ハーブやアロマセラピーの楽しさ、庭のある暮らし、ハーブクラフトなどを紹介。現在、八王子めじろ台にて、瞑想スペースSOMAを主宰。瞑想教室、アロマセラピー講座、ヒーリングなどを行っています。

講座内容

1回目「香りと身体のコネクトを紐解く」

香りが脳にどんな影響を与えるのか？人は植物とどんな風に関わってきたのか？そして、私たちの身体がいかに素晴らしい機能を持っているか！を、身体のネットワークシステムであるホメオスタシスを通して学んでいきます。

2回目と3回目「ビンの中には自然界がぎゅぎゅっと詰まっています」

1本1本の精油をじっくり学びます。精油のフタを開けると植物が飛び出してくる！植物のすばらしい力を味わいます。身体にはどんな風に？心にはどんな風に語りかけてくる？植物の香りはメッセージです。

4回目「香りの世界を旅します。香りの世界の旅は意識世界への旅です」

βエンドルフィンを引き出す香りの秘密。自分の心を高める香りは何？

1つ1つの個性ある香りをブレンドすると、新しい香りやパワーが現れてきます。

植物のハーモニーを体験していきます。

5回目「アロマスキンケアは、内側と外側を同時に整えます」

植物は古代から健康やスキンケア、暮らしに活用されてきました。植物を活用するスキンケアは内側からの健康に繋がっていきます。クレンジング、ローション、クリーム、パックなどなど、簡単に手作りできます。皮膚の上だけにとどまらない全体的なスキンケアをしてみませんか。

6回目「身体の内側には世界が広がり、いつもメッセージを発信しています」

身体のコネクトにさらに奥深く入っていきます。症状は身体からのメッセージです。自分の身体をもっと知る機会になります。身体からのメッセージに耳を傾けると、実は身体は私たちにいろいろなことを教えてくれています。自分の身体は自分でケアする！

7回目「安心、快適、身体にも環境にも優しいアロマホームケア」

植物を利用するハウスクエアは、手にも家にも家族にも、環境にも優しい！ハウスクエア用品のいろいろが簡単に自分で作れます。ペットにも安心で、お掃除が楽しくなります。

8回目「自分とはいったい何者なのか？植物は？宇宙は？より高い視点で見渡すことができるなら、今ここで必要なものがすべてわかります」

普段の暮らしのあれこれを自分で作る暮らしはとても気持ちがいい。さまざまな素材を利用して、植物をもっともっと楽しみます。植物と森とマザーアースと私たちのつながりと在り方。自然界と私たちの関係にも迫ります。

毎回、doTERRA社の精油を使った楽しいクラフトづくりがあります。

ロールオンオイル、保湿ローション、スキンクリーム、クレンジング、洗顔、UVクリーム、スキンジェル、リップクリーム、リップグロス、マッサージオイル、入浴剤、美白スクラブ、お掃除スプレー、香りのポットなどなど手作りします。



日程：3月7日/4月4日/5月9日/6月6日/7月4日/8月8日/9月5日/10月3日

講師：高見澤幸子 / 時間：15:00～18:00 ※途中休憩含む / 料金：8,000円×8

回[8回一括：60,000円(4,000円OFF)] / 場所：エルアウラ池田山

お申し込み・お問い合わせ

(株)エルアウラ TEL.03-6459-3003

<http://www.trinitynavi.com>