



ゆるゆる通信

vol 37



8月の東京のイベントのご紹介から。

ご自愛心理カウンセラー・あおい美恵さんと一緒に、田園都市線「駒沢大学駅」にて
「わたしオリジナルの色香をかもす、ココロとカラダづくり～罪悪感と快感～」
ワンディ・ワークショップを開催します。
タイミングの合う方は、どうぞご参加下さい
8月9日・28日のpm1:30~5:30 参加費用：15000円

先月からの続き…

罪悪感を持つと、私たちは自分自身に罰を与えようとします。事故を起こしてケガをさせたり、失敗させたりと、創造力を駆使して今の自分に相応しい罰を与えようとするんです。また、女性性を否定すると、女性を象徴する乳房や子宮に不調や病気を引き起こします。また不感症になつたりして、愛の行為を充分に味わえないように操作します。

「臓器のストレスチェック」をしていると、そのことが本当に良く分かります。「臓器のストレスチェック」は、チェックシートに気になる症状をチェックして頂いて、その症状に宿る感情を解読してゆく、おのころ心平著「病気は才能」を基にして作りあげたカウンセリングです。自分の症状の奥に隠された抑圧された感情に気づくことによって、「ありのままの自分」を思い出して頂くツールです。「ありのままの自分」を思い出すと、気になっていた症状が消えてゆき、自然に健康になり、幸せになっていくのですが、カウンセリングしていく気づいたことは、わたしを含め、多くの人が「ありのままの自分」を忘れ、自分を責めたり、罪悪感を持って生きていることです。

なぜ、わたしたちは「ありのままの自分」を忘れてしまうのでしょうか？この問いかけは、「私たちは何のために生まれてきたのか」と、対になっているようです。

映画「かみさまとのやくそく」は、その問い合わせに大きなヒントを差し出してくれているように私には感じられますが、みなさんはもうご覧になりました？

「何のために生まれてきたのか」… 具体的な答えは一人ひとり、違っているでしょうけれど、いま、わたしは「自分を味わいつくすこと」ではないかと感じています。その感覚で、これまでの人生を振り返ってみると、わたしはこれまで「女性」に生まれたことを、充分に味わってこなかったように感じています。せっかくオンナとして生まれてきたのに、もったいないことでした。

そもそも、女性の特性ってなんでしょう。

優しい、美しい、和やか、柔らかい、愛し慈しみ育ててゆく力、受動的、親和力…わたしに足りないこれらの特性ですが、日々の生活の中で伸ばしてゆくことが出来ます。

それは「家事」です。

わあ～、苦手だわあ～♪ でも、生きていくためには、とても大切！この頃わたしは、お掃除の時には、住まわせてくれる家に感謝しつつ、洗濯機や水に感謝しています。また、料理する時には素材や調理器具に感謝して、食べるときには「いただきま～す」と、いただく「いのち」に感謝しながら、女性性を育てています。私たち女性は、母なる大地とともに歩む性。女性であることを自分自身で言祝（ことほ）ぎながら、より深く味わって生きましょう。

2014 女神塾のお知らせ

☆9月28日（日）13:15~15:45 かでる27「えぞまつ」
「女神のデコルテ」自分大好き人間になるための、ボディーワーク

ボディーセラピスト：柏崎由紀子

今月のゲスト：ホメオパス 藤山道子

～藤山道子さんのご紹介～

【プロフィール】

1968年生まれ。ホメオパス、クラニオセイクラル・セラピー・プラクティショナー。大学卒業後勤めた広告・出版の世界で体調を壊す中、バックパックで海外の旅へ。身も心もシンプルな旅では慢性不調がきれいに消滅し、心と健康のつながりに気づく。その後生まれた子どもの虚弱が、心身をトータルでみるホメオバシーで改善した

のをきっかけに代替療法の道へ。

数年間の学びを経て、現在は日本ホメオパシーセンター札幌本部、および自然療法サロン「青い嵐の603」などでセッションをおこなう。
札幌在住。夫、息子2人の4人家族。

【お話しすること】

健康であることは、「いのち丸ごとをイキイキ活かすこと」。イキイキすることにストップをかける心のクセや、自分の体への思い込みを外した時、人は本来の躍動感を取り戻して内から輝きだします。

いつのまにか身に付けるよろいや傾きゆがんだ自分に気づきを与えるホメオバシー、かたくなになった心身をゆるませるクラニオセイクラル・セラピー。

日々の臨床と私自身の経験を通してわかったこと、感じること、心と体の密接なつながりなどをお話しします。何の療法がいいとか悪いとかではなく、

人には治る力がこんなにあるよ！

活かすといいよ！

それは本心で気持ちよく生きて笑うことにもつながるよ！

ということ、伝えられたらと思います。

ブログ「自己治癒力で、もっと元気に、もっと幸せに」<http://ameblo.jp/spontanea-sapporo/>

★申込み：yuuki-rinrin.11214@auone-net.jp fax 044-522-7297 柏崎由紀子まで

★参加費用：5000円 当日会場にお持ち下さい

