



心と身体の癒やしLIFE

～いくつになってもあなたは変わる～

Rie

まえがき

私はみなさんに知っていただきたいのです。

どれだけ本当の自分を押し込めて生きてきても、変わろうと思えば変われるという事を。

そうすれば50歳を過ぎていたって何歳だって、ワクワク夢に向かって人生を歩めるといふ事を。

私には、抑圧され続けた暗い子ども時代がありました。親の影を無意識に感じながら、結婚、出産、子育て、仕事、夫婦、それぞれの問題に翻弄され続けました。頑張って頑張って過ごしたそれらの年月が私を育て、私を壊しました。

そしてその年月があったからこそ、私が壊れたからこそその、バリ島との出会

い。たまたま行つた……いや必然だったのです。胸の奥の錆び付いた扉が、ギギギ……と少しだけ動いた感じがしました。

今思うと引つ張られ、導かれ、引き寄せられ、引き寄せて……最終目的を設定するとそこに導かれるとよくいますが、は

じめは、私はその法則を知りませんでした。ただ目の前の気になるほうへ、好きと思えるほうへと進んでいきました。

行き着いた先のひとつ、バリニーズトリートメントを学び、自宅サロンを開業しました。



バリニーズトリートメントとは、バリ島に昔から伝わるオールハンドのオイルトリートメントです。圧をかけたオイルでのロングストロークによる、身体をほぐし癒やすだけではなく、心にまで届く究極のリラクゼーションです。その後もうひとつの行き着いた先、ヒプノセラピー。このセラピーもサロンの提供する予定でいます。昔の心の傷を癒やす事で苦しみから解放され、幸せにぐっと近づける療法です。施術を受けることで、潜在意識の奥深さを知り、思考や考え方の癖が変わると、本当に生きやすくなっていきます。

また、バリ島の菩提樹の実、ルドラクシャのアクセサリーを自作販売しております。

ルドラクシャはインドの三大神のひとり、シバ神の涙といわれ、身体や精神の健康維持と、富と成功をもたらす木の実として、インドやネパールを中心に数千年にわたり身に着けられてきたものです。ルドラクシャを着けて豊かさを引き寄せた人はたくさんいらっしゃいます。

色々な必然の出会いから癒やしの手法を学んできました。それらを私のサロンで微力ながら提供し、ひとりでも多くの方が癒やしによって楽に生きられるよう、サポートをしていきたいと思っております。

また、女性の為の温めメインの布ライナー「温布[®]♪〜おんぷ〜」をサロンで販売することになりました。

肌にあたる部分はすべてオーガニックコットン素材の安心できる布ライナー温布[®]は、身体の芯からふんわりと温めて、身体だけではなく心にも優しく作用していくことでしょう。

本編ではつらかった過去も書いています。後々どのような展開になっていくのかを語る上で知っていただきたい私の体験談です。暗い内容もありますが、50年を経て180度変わる事ができた私の体験を通して、何かを感じていただけならと思っております。

そして途中から、これからこうなったらいいなという希望を、あたかも実現したかのように書いています。

この本が出版される頃には、どこまで実現できているか楽しみです。

きつと、もっともつとつらい体験をされた方のほうが多いのでしょうか。島倉千代子さんの歌ではないですが、本当に「人生いろいろ」ですよ。

私の一人生（まだ途中）を見ていただいて、今暗闇の渦中にいらっしゃる方に、少しでも光を差し上げられたらと思っています。