

レインドロップ・テクニクー¥10,000（90分）

■レインドロップ・テクニクとは？

レインドロップ・テクニクは、ネイティブ・アメリカンのラコタ族がエネルギーを高めるため、オーロラのエネルギーを背骨に流し心身を癒していた方法をヒントにし、ヤングリヴィング社の創設者ゲリー・ヤング氏が開発した方法です。

レインドロップ・テクニクは、背中に雨のしずくが落ちるようにエッセンシャルオイルをたらずヤング・リヴィング社独自のテクニクです。この技術は、現在世界150カ国に浸透しています。

■レインドロップで使用される精油

☆7種類のシングルオイル

オレガノ: 抗菌作用、鎮静作用、鎮痛作用、細胞再生促進作用、利尿作用、抗菌作用、抗ウイルス作用、抗炎症作用、強壮作用など。

タイム: 抗菌作用、通経作用、駆風作用、鎮咳作用、消化促進作用、食欲増進作用、免疫賦活作用、利尿作用、去痰作用など。

バジル: 去痰作用、駆虫作用、健胃作用、抗鬱作用、抗毒作用、催乳作用、催淫作用、鎮痛作用、鎮痙作用、発汗作用、消化促進作用、通経作用、強壮作用、解熱作用など。

サイプレス: 抗炎症作用、収斂作用、通経作用、制汗作用、利尿作用、抗菌作用、鎮咳作用、消臭作用、精神状態の安定化、ホルモンバランスを整える作用、脂性肌やニキビ肌に適応。

ウインターグリーン: 興奮作用、鎮痛作用など。

マジョラム: 去痰作用、抗菌作用、血圧低下作用、鎮痛作用、鎮静作用、鎮痙作用、自律神経の調整、神経の強壮作用、うっ滞除去作用など。

ペパーミント: 去痰作用、解熱作用、鎮痛作用、鎮痙作用、発汗作用、抗菌作用、強心作用、健胃作用、通経作用、抗炎症作用、収斂作用、頭を明晰にする働きなど。

☆2種類のブレンドオイル(複数の精油を配合したもの)

ヴァロー: スプルース、ローズウッド、ブルータンジー、フランキンセンスが配合されています。背骨に働きかけるためにブレンド。

アロマシーズ: バジル、マジョラム、ラベンダー、ペパーミント、サイプレスが配合されています。筋肉疲労、ストレス、痛みのある筋肉に働きかけるためのブレンド。

この技術で使われるセラピューティック・グレードの精油は、飲用または肌に原液を直接塗ることが可能な精油を、背骨に雨の滴が落ちるように60滴以上使用し、ヒーリングを行います。

身体・精神・感情のバランスを取り戻す手助けをしてくれます。セッションを重ねるごとに、深いリラックス感が得られ、植物のエッセンスによる様々な癒しの力が浸透し、自然治癒力を呼び覚ましてくれることでしょう。

■レインドロップ・テクニクの手順<レインドロップ・キット DVD からの一部抜粋・編集>

- ①受け手の肩に3滴と足の裏にヴァロー6滴を塗布する。
- ②肩と足の裏を数分間保持する。

- ③7種類の精油を順に2～3滴ずつ手のひらに落とし、女性は左足から、男性は右足から足の裏の反射療法(ヴァイタフレックス・テクニック)を行う。
- ④オレガノ2～4滴を背骨に落とし、背骨を爪側の指でブラシをかけるように3回なであげる。次にタイム3～5滴落とし、同様の手順を行う。
- ⑤バジル6～10滴を背骨に落とし、④の手順を行った後、背骨の横にある筋肉を、背骨から引き離し「円」を描くように3回まわし、少しずつ首の方向へあがっていく。
- ⑥サイプレス6～10滴を背骨に落とし、④の手順を行った後、仙骨から首筋まで背骨に対して片手を背骨にあて、もう片方の手でノコギリをひくようなマッサージを行う。
- ⑦ウインターグリーン6～10滴を背骨に落とし、④の手順を行った後、親指を使ったヴァイタフレックス・テクニックを背骨に行う。
- ⑧マジョラム6～10滴を背骨に落とし、④の手順を行った後、噴水が少しずつ大きくなるように精油を背骨の横へ広げる動作を行う。ペパーミント6～10滴落とし、同様の手順を行う。
- ⑨アロマシーズを6～8滴を背骨に落とし、④の手順と⑧の手順を行う。
- ⑩V6 マッサージオイルを15～20滴手にとり、インディアン・マッサージを行う。
- ⑪ヴァラー6～8滴を背骨に落とし、④の手順を行った後、手のひら全体を使って、背骨にそって軽く上に向かって円を描くように精油を浸透させる。
- ⑫温湿布とストレッチを行う。
- ⑬背骨の状態を観察する。
- ⑭やさしく首をストレッチする。

■ヤングリヴィング社の精油について

ヤングリヴィング社の精油は、創設以来、フランス規格協会(AFNOR)、ISO-810 (国際標準化機構)、アメリカ食品医薬品局(FDA -日本の厚生労働省にあたる)の認可を受けています。また最近では、フランス国立科学研究センター(CNRS)の認可も受けています。また日本においては、ほとんどの精油を輸入し販売している会社が雑貨、あるいは化粧品(人体に塗布する許可が得られているもの)ばかりのなか、ヤングリヴィング社の精油は、食品および食品添加物として認可されています。日本の「厚生労働省」の規格基準は、穀物の遺伝子組み換えなども含め、他国よりも厳しい基準があり、無農薬であることをクリアしなければ「食品(飲用可)」として認可されないということです。自社基準というものは、とにかくよい面だけが強調されがちだと思います。私自身が精油を治療で活用したり、人に勧める場合、各国が定めた客観的な基準により安全性が確認された精油でなければ、飲用したり、クライアントさんの肌に塗布することにためらいを感じることでしょう。私は2003年以来、ヤングリヴィング社の製品を活用していますが、客観的な基準を十分に満たしていることや、純粋な精油のもつ癒しの力を感じ、まさにセラピューティック・グレードの名に値する精油だ、と実感しています♪

■当院では以下のようなサポートもしています♪

- * アロマセラピーを活用した健康管理や自然な癒しの方法を学ばれたい方。
- * ヤングリヴィング社の製品を愛用したり、卸値で購入したり、販売したいと考えられている方。
- * ヤングリヴィング社のレインドロップ・テクニックを安価で学びたい方。
- * 健康的な生活、経済的な自由と豊かさを同時に手にする新しい生き方を目指している方。
- * アロマを活用した感情解放法を習得したい方(有料セミナー)。

