

S o u n d H e a l i n g

音が心と体をほぐしてくれる! ▶ 心が安らぎ、体がリラックス! ▶ 元気な私になりました!

音は大きな力を秘めています。

音は人の心と体に働きかける極上のバイブレーション。

心に深い安らぎをもたらし、体の疲れを内側から解きほぐします。

体感音響テクノロジーから生まれた現代のサウンドヒーリングは心地よい音楽の響きで、体の中を健やかな生命のリズムに整えます。

サウンドヒーリングは、あなたの心と体を内側から

元気にする新しい健康レシピ。

毎日がよりみずみずしく輝きはじめます。

Soothing scents, beautiful music, and musical vibrations combine to bring a new type of relaxation for your mind and body. You are surrounded by gentle fragrances as comforting musical vibrations are brought to you. From deep inside, your body relaxes as your circulation improves, and your body's natural self-healing system is activated. Relaxation means for you to release your body's tension and to return to your true self.

Music is conducted through air and water in the form of vibrations.

Healing Vibration is a tool for sound healing that changes the sounds of musical melodies and rhythms into waves that can be felt with the body.

Deeply soothing low frequency sounds (less than 150 Hz) are conducted to the body as vibrations while the same sounds are experienced as music by the ear.

The relaxing effect music has on the soul is amplified by combining it with the relaxing effect massage has on the body, making deep relaxation possible even in a very short period of time.

リラックスすること

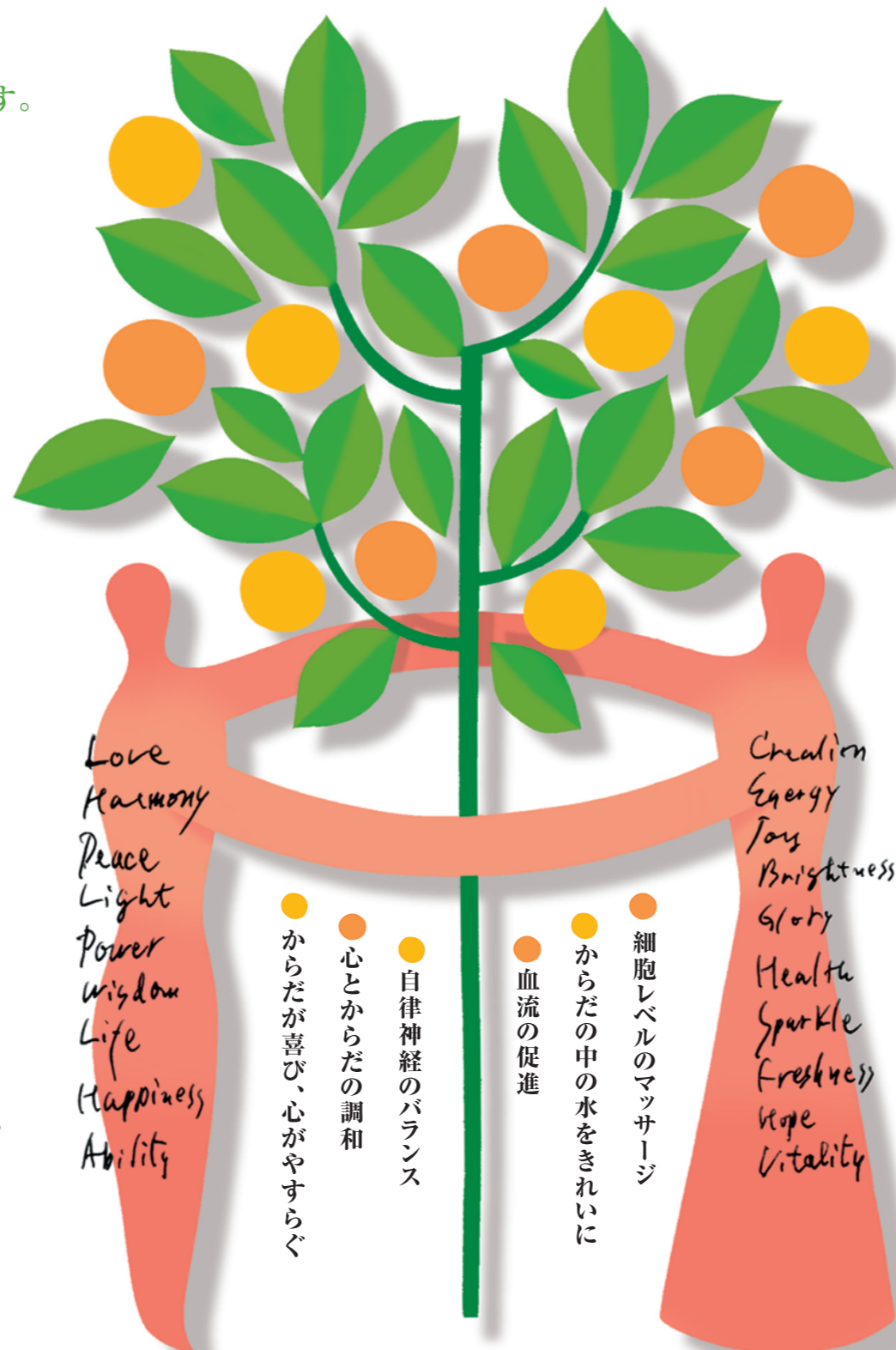
リラックスすると何故、体に良いのでしょうか。リラックスすることとは、心も体もゆるんで気持ちが良く感じる事。リラックスすると自律神経の副交感神経が優位になり、血行が促進され、からだの防衛システムである免疫力がアップします。リラクゼーションとは力を抜き、本来の自然の治癒力を取り戻すこと。積極的なリラクゼーションは自分らしく生きるための大切な時間です。

音楽を体で聴くヒーリングバイブレーション

「ヒーリングバイブレーション」は、音楽の響きを心地よい体感振動にして体に伝えるサウンドヒーリングのためのツールです。体を緩める低音域の音(150Hz以下の音)を骨伝導にして体に伝えながら、その音楽を耳から聞くシステムです。心に響く音楽のリラクゼーション効果と体に響く音響振動のマッサージ効果が相乗効果を生み、短時間で深いリラクゼーション効果が得られます。

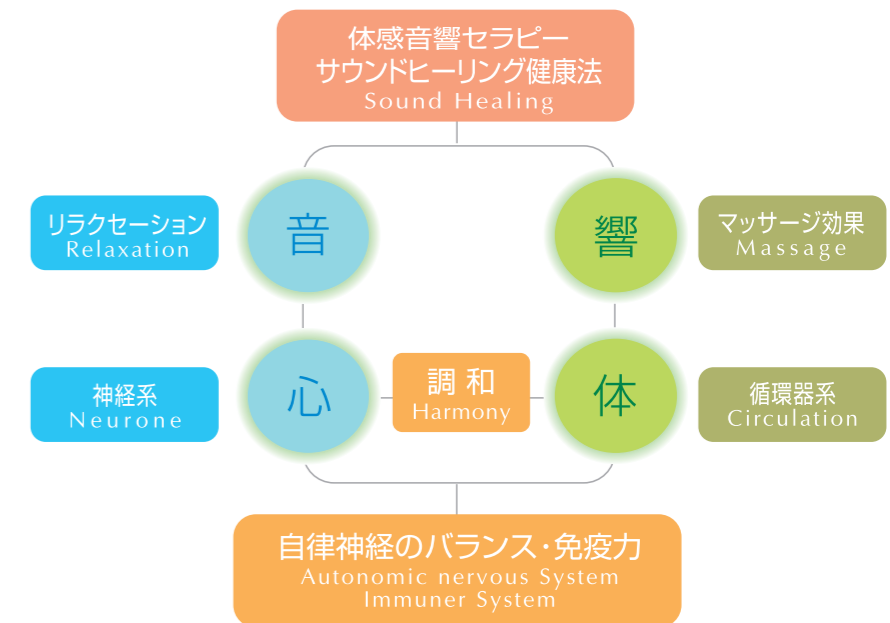
サウンドヒーリングの共鳴原理

音楽によるヒーリングの基本原理は共鳴です。共鳴の音響原理は楽器にも人体にもあてはまり、音波が体に入ると生きた細胞の中で共振が起こります。体の組織は水分を多く含んでいるために音が伝わりやすく、組織の回復や強化に役立ちます。サウンドヒーリングは体の中の細胞、分子レベルのマッサージと言えるでしょう。



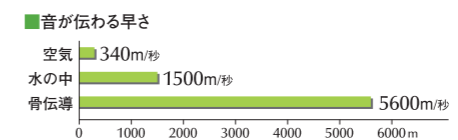
- からだが喜び、心がやすらぐ
- 心とからだの調和
- 自律神経のバランス
- 細胞レベルのマッサージ
- からだの中の水をきれいに
- 血流の促進

もっと自分らしく、いきいきと生きるために



音波と水

音は空気、水、木など、様々な媒体の中を伝わります。空気中では約340m/秒で進む音波も、水の中では速度が早くなり約1500m/秒にも。そして骨の中ではもっと早くなんと5600m/秒! つまり骨と水分が多く含まれている人体は、物理的に音を伝えやすい性質だということ。これがサウンドヒーリングの効果を上げる上の大切な要素です。



胎児の音の記憶

私たち人間は受胎から4か月半で、耳が機能し始めます。母の胎内で最初に聞く音が母の心音です。居心地よい胎内で聞き続けている母の心音は、安心と幸福に満ちた記憶として、胎児の潜在意識に蓄えられていきます。音は記憶と結びついているので、大人になってからもゆったりと安定した、音を繰り返し聞くと、人は安心し安らぎを感じます。さらにその音を振動として身体に響かせると、身体の緊張もほぐれ、より高いリラクゼーション効果があることが実験によって確かめられています。

音のマッサージ効果

音は音波として、体の細胞一つ一つに細かな波紋を広げ、体の中を伝わって行きます。それは心地よい上質の体感振動として体の深部に物理的マッサージ効果を与え、血流やリンパの流れを促進させます。

宮沢賢治の童話「セロ弾きのゴーシュ」は、森の動物達がゴーシュの弾くチェロの響きで病気を治したというお話。チェロの低い音の振動が野ねずみやうさぎの身体に伝わり、心地よいマッサージ効果を生み、血流がよくなって自然に病気が治ったという訳です。科学者でもあった宮沢賢治らしいお話です。

古代の音楽療法

古来より人々は音楽を治療に用いてきました。古代の学者たちは宇宙の法則を表したものが音楽であり、心と体の調和、自然との調和、精神性を高めることを目的に音楽を使っていました。音楽には健康を促進し、治療を促す力があると考えられていました。エジプトの医学書には不妊やリュウマチの痛みに効く歌の記録が残されています。ギリシアではフルートの音が座骨神経痛と痛風の痛みを鎮めたと伝えられています。

また18世紀の偉大なオペラ歌手ファリネッリが、アリアを繰り返し歌うことでスペイン国王の病を治したという話は有名です。