

使える技術は使う！施術効果を上げる為に！

最近、当院へ来られた方を何がなんでも良くしたい！と思い骨格調整術の技術力アップだけではなく、カラーセラピーやアロマセラピー、ヒーリングミュージックを取り入れています。カラーセラピーとアロマセラピーは資格取得に向けて今勉強中です。11月6日にアロマセラピーの検定試験がありますが久々の試験勉強は頭に入りにくいですね～。昔は読むとある程度頭に入ったのですが、今では2、3度読んでも「そ～だっけ。。」という感じで大変です。。

カラーセラピーってなに？

カラーセラピーとは、11色のカードから「気になる色」を順番に6枚引いて頂いてそれを元に悩みを解決する方法を探していくというものです。

また、カウンセリング以外にも日常的に「気になる」色を取り入れることで日常のストレスを緩和して頂けます。

「好きな色」ではなくてなぜ「気になる色」なのか？



それは「気になる色」が欲しい欲求として表れるからです。そして、その色を少しでも生活に取り入れること(トップページのミサンガなど)で心身を満ち癒します。私達は色々な色に囲まれて生活していますが、忙しい生活に追われて色に意識するところではなくなっています。ですが、生活が便利になる以前の原始何万年という生活の記憶が遺伝として残っています。その頃は自然の中で生活していたので五感の中でもっとも重要な視覚に頼って生活をしています。

例えば、「赤」は流れる血の色や炎の色で緊急事態な時に見る色です。また、木々の「緑」は外敵から攻撃を保護し隠してくれる安らぎや安心の色でした。「緑」を生活に取り入れると呼吸を静めて心臓の働きを整える効果があります。それは先祖が「緑」の中で開放感にひたり、深く安らいだ記憶が私たちの本能にすりこまれているためです。

カラー効果の不思議♪

白と黒の色の検証をした実験がありました。

それは成長中の緑色のトマトに白と黒の布を被せて完熟の頃にその布をはずしてみるという実験。どうなっていたと思います？



白い布を被せたトマトはおいしそうに赤色に実っていました。そして、黒い布の方はというと。。腐っていたという結果があります。これはどういった事かというと黒い色をしているものは光を吸収するという性質があるのです。その為にトマトに光は届かずに腐ってしまったのです。学生の頃に虫眼鏡の実験で黒い紙を使って焼いた事ありませんか？黒は光を吸収してしまうのです。この症状は植物だけではなく人にも影響があると色彩学の研究では考えられています。どういう事かというと太陽光の1つに紫外線があり皮膚に悪いという事で嫌がられています。紫外線は体に悪いというだけではなくいい事もあります。それは紫外線をあびる事で体の中でビタミンDが作られ骨が丈夫になるという事とある程度の紫外線は皮膚を強くして病原菌からの免疫力を高めしてくれる効果があります。色彩の研究の間では風邪を引いた時には太陽の下で日光浴をするというのがあるそうですよ。沖縄に住んでいると太陽光からは逃げられないので心配する必要はないかもしれませんね。