

Workshop



「Resonance レゾナンスワークショップをはじめて」 ニーニャ

皆さまこんにちは。
いつも喜びのレゾナンス(共鳴)をありがとうございます。
人間の声に多く含まれる倍音と、99.9%の水晶でつくられたクリスタルボウルの奏でる倍音により、カラダと心に調和をもたらすレゾナンス(共鳴)ワークショップ。定期開催をスタートしてからお蔭様で1年以上が経ち、これまで遠方よりお越しくださいました方や、毎月 楽しみにご参加くださる皆様のピースフルなレゾナンスは途切れることなく響き続けています。いつもありがとうございます。そしてこれからご体験いただく皆様へ、これまでの感想とともに『Resonance レゾナンスワークショップ』をご紹介します。と思っています。



レゾナンスワークショップは、『音はなぜ癒すのか』をテーマに喜田先生のミニ講演から始まります。屋久島の自然音が流れるゆったりとした空間の中、『音』の素晴らしい働きのお話を聴きながら、わたしたちは無意識に心とカラダを開放してゆくようです。

静寂な優しい時が流れ、ポーンと心地よいクリスタルボウルの音が響き出すと、皆さま 自ずと目を閉じて、部屋に満ちる豊かな音に意識を集中し始めます。大きなあくびが自然と起こり、心やカラダの緊張が緩まってくる中、ゆったりとした音の響きを体感いただきます。

次に、空間やカラダに響き続ける倍音の粒子を、鼻からゆっくり深く吸い、止めて、口からゆっくりながく吐く、呼吸法を行った後トーニング(発声)へと入っていきます。

ここで言うトーニングは、ニューヨークでミッチェルゲイナー博士が実際に癌の患者さんと行っているメソッド(方法)です。自分の声を発声することにより、声帯だけでなくカラダの内側から骨格全体を震わせるこのメソッドは、まさに小型体感音響システムの働きを自らの声で行ってゆくものです。ポイントは、大きな声や上手に歌うと言うものではなく、自分自身の中に響く“自分の声を聴く”ようなイメージで、出来る限り、長い発声を何度も繰り返し行ってゆきます。さらに肯定的な言葉「愛・JOY・PEACE」などを発声し、言葉のエネルギーも効果的に響かせてゆきます。このようなメソッドを行ってゆくと、汗を拭うほどカラダが温まったり、心身の力みが開放されてゆくケースが多く見られます。中には、持病で滞っていたカラダに声(音)が通るのを感じた、肯定的な言葉が心に響きワークショップ後も穏やかな日々が続く、カラダの疲れがすっかり取れた、クリスタルボウルと声が共鳴して気持ち良くトーニングできた、自分の声で自分が癒され涙が出た、声(音)がこんなに振動していると知りカラダへの影響力を実感した、など多くのご感想を頂いています。実際に、毎朝お子様とのトーニングを楽しんでいる方や、ご高齢のご両親と屋久島CDを流しながら心地よい呼吸法を行うようになった方などの喜びの声も頂いています。

サウンドヒーリングの原点とも言える、声の響きとクリスタルボウル(鉱物)自然そのものの響きを用いたこのメソッドは、「わたしから始めるピースフルマインド」を日常で実践できる方法でもあります。心とカラダが喜ぶ『Peace Creating Voice』(平和を創造する声)を使い、自らの治る力(治癒力)へと働きかけるResonanceレゾナンスワークショップは“いのちを輝かせて生きる”メソッドとしてこれからも皆様と一緒に行っていきたいと思っています。いつも本当にありがとうございます。



ニューヨーク ゲイナー博士の病院にて ～ ニーニャ

今年5月末、喜田先生に同行したアメリカ出張で、ニューヨークのミッチェルゲイナー博士が病院で行っているワークショップへ参加させていただきました。

大きなクリスタルボウルをじっくり響かせ肯定的な言葉を繰り返しトーニングするゲイナー先生。その深く優しい響きに導かれ、自ずと静かにトーニングを始める患者さんにわたしも自然と馴染んでいました。 ゆったりとした時の中、喜田先生のお話に続きお時間をいただき、ボイスプレイヤー(祈りの声)の響きをご体験いただきました。目を閉じ手をあわせ涙する方や、優しく微笑んでいる方、皆様 祈りの深い響きに心身を委ねているようで、そこが病院とは思えないほどやすらいだ穏やかな時が流れていました。自らのカラダにある治る力を確認し、いのちへの感謝と喜びを響かせている患者さんから『いのちの輝き』を感じました。

かつてから、このワークショップを日本でも行ないたいと時を待たれた喜田先生のお気持ちや、このメソッドの素晴らしい効果と役割を深く実感した時でもありました。

貴重な体験をくださいましたゲイナー先生と喜田先生へ心からの感謝をこめて。ありがとうございました。



New York

◇新メンバーシップカードのお知らせ

会員の皆さまへ

この度、サウンドヒーリング協会 資格認定カードが新しくなりました！
新しい認定カードは、サウンドヒーリング協会の活動内容に基づき新規デザインいたしました。

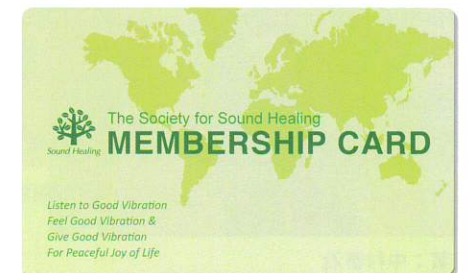
日頃より「やすらいだ心／Peace of Mind」を意識的につくり続け、様々な分野で活躍されている会員の皆様は「Peace Creating Member」です。

今年も多くの「Peace Creating Member」が増え 皆様の「やすらいだ心」はますます世界へと広がり続けています。新しい認定カードは、KITAサウンドヒーリングメソッドを通し、たくさんの喜びや感謝、こころの平和を創造されている会員の皆様の象徴する認定カードとなりました。

今後とも皆様の更なるご活躍とご健康を心よりお祈りしております。

いつもありがとうございます。

サウンドヒーリング協会事務局



Peace Creating Member

Name	*****
Certification	セラピスト
Number	T00-0000
Expire	2012.12

The Society for Sound Healing
2-9-4-201 kamiosaki, Shinagawa Tokyo
www.sound-healing.jp

心が平和になるサウンドヒーリングの本が出ますよ！

「聴くだけで体が変わるサウンドヒーリング」喜田圭一郎著

青春出版社 1,500円／2011年3月全国発売

人間は耳だけでなく体でも音を聴いています。
いつも聴く音や音の聴き方をほんの少し変えるだけ、心も体も変わります。