Healing Presence



NPO法人日本ヒーリングタッチ協会ニュースレター vol. 9

January, 2020

新年明けましておめでとうございます

令和2年となりました。日本に住む皆様、この地球に住む皆様が、より心地よい穏やかで幸せな時間を日々過ごせる年になることを心よりお祈り申し上げます。

今年、2020年はいよいよオリンピックの年です。猛暑が心配される中、世界のトップアスリートの皆様、オリンピックを支える企業、団体、ボランティアや各関係者の皆様が、この平和の祭典を安全に無事にそれぞれの立場で全うできますことを切に願っています。

HTSJ VISON

癒しと愛と光を広め、人々と 身体が穏やかで、健やかな暮らし

ができる平和な社会の実現

NPO Healing Touch Society of Japan

気候変動など環境問題を始め、日本内外で経済・社会的な不安定さが広がっています。資本主義経済は行き詰まりを見せ、勢いの止まらないIT/AI技術の発展は、ともすると人類が築き上げてきた人間性を軽視したり、脅かすような社会に導きつつある中、時代は、私たちの生活や精神性の変化を要請しています。この社会の大分岐点において、ますますハートのスペースから行動すること、ハートセンタードなケアを広げることが重要になってくるように思います。

時代の大きなうねりの中で、個々の力は無力に感じられるかもしれません。しかし、ジャネット・メンゲンは一滴のしずくが、波を打ちながら輪になって広がっていく、ripple effect - 波及効果 - を信じていました。一人の一歩こそが大切なのです。このような時代だからこそ、しっかりとハートにセンタリングして、グラウンディングをして、ハートのエネルギーを令和の日本に、そして、世界に広げていきましょう。

第2期認定プラクティショナー誕生!

昨年11月。4年ぶりにHTI認定ヒーリングタッチ・プラクティショナーが誕生しました。日本における第2期プラクティショナー・コースの最初のお一人です。認定プラクティショナーになるまでの歩みは長く、人として、セラピストとしての成長を導いてくれます。その歩みを綴っていただきました。大木恵美子さん、認定おめでとうございます!

認定ヒーリング・プラクティショナーとなって

大木 恵美子 看護師・HTI認定ヒーリングタッチ・プラクティショナー

「どうして助けたんだ?」

東日本大震災の避難所となっていた福島のコミュニティーセンターで聴いたこの言葉が、 細胞の一つ一つに住みついているような感覚を感じたのは、半年ほど経ってからのことだっ たと思います。支援者側のメンタルケアについても学んでいましたので、リラックス・リフレッ シュのためのセルフケアも楽しみながら行っていました。しかし、なんだかスッキリしない。倫 理的に自問自答をする日々でした。こころも身体も癒されたいと思っていた私は、何気なく「ヒーリング / タッチング」とパソコンで検索をしました。そこで見つけたのが、ヒーリングタッチでした。

トピック

- ・ご挨拶
- ・第2期認定プラクティショナー 誕生!
- ・バイオフィールドタッチケア
- ・名古屋初のベーシック開催
- ・日本ホスピス在宅ケア研究会 全国大会に体験ブース出展
- ・お知らせ

ホリスティック医療や補完代替医療にはとても興味があり、各種タッチングを探求していたこともあり、どのようなテクニックが学べるのだろうと思い、2012年3月にレベル1を初受講しました。講師のサラの存在や言葉の数々は、スーッと体に染み何かがほどけていく感触でした。チャクラコネクションのデモンストレーションではふわふわと軽やかなのにしっかりグラウンディングし、ハートをオープンにしありのままを受け止める癒しの存在そのものに見えました。そして、テクニックだけではできないとも感じました。「一家に一人ヒーラーを」が叶えば、地球の役に立てるかも!とさえ思いました。



ヒーリングタッチの旅を始めて、自分の置かれる場が少しずつ変化している と感じ始めたのは、レベル3(アドバンス川)を受講してからでした。災害時でも 終末期でも看護師としてヒーリングプレゼンスは可能なのだろうか?レベル4・ 5 (プラクティショナー I・II) の課題を達成できる最適の場所とタイミングは得 られるのだろうか?人とふれあい・寄り添い合い、互いの癒しと成長促す安心で きる場があるのだろうか?など、これらの問いかけに高次の存在は答えをくれま せん。しかし、思いがけない人との出会いや場所が与えられ学べていると気づい たのです。一方で、ヒーリングタッチのコースワークの課題は、不完全な『私』と いう存在を受け入れていく始まりでもありました。100症例では、ハートを開き、 人のハートとつながっていく中で、見てみてみぬふりをしてきた好ましくない自 分の感情と向き合わざるを得ず、辛くなることもありました。そんな過程の中で、 自分の感情や思考パターンに気づくのです。聴こえる言葉や音楽、眼にする本、 自然、マインドフルなワーク、当然ヒーリングタッチからまたヒントが得られまし た。そして最後は必ず、「それでいい」「そのままでいい」という公平で平和で中立 のメッセージをハートが受け取ります。ややこしいのですが、この気づきの繰り 返しに気づけるようになったのは、私の成長の一つかもしれません。

『Just do the work! (ただやりなさい!) 』というジャネット・メンゲンの言葉は ハートセンターが点る合言葉のようです。エネルギーセンター、バイオフィール

ドに点々と光が点って広がり、包まれる感覚があります。光が満ちグラウンディングできた時、『thank you!』と心の中で答えるのが 私流です。

最後に、令和元年にHTI認定プラクティショナーとしてスタートできる事をうれしく思います。今後もセルフケアをし、ヒーリングタッチを必要としている方へお届けしていきます。ヒーリングタッチの恩恵、国境を越えた地球上のつながり、研鑽し合える仲間たち、そして何より私の2人のメンターのヒーリングプレゼンスに感謝いたします。

光と感謝をこめて Aloha & Mahalo

バイオフィールドタッチケア学びのクラスを開講!

昨年、新たな試みとして、バイオフィールドタッチケア(BTC)学びのクラスを開講しました。一人でも多くの皆様が、楽に、元気に毎日を過ごせるように、ヒーリングタッチで培った優しいタッチの技術と教えをもとにした、誰でもすぐに気軽に使えるタッチケアとしてまとめました。BTCは、DAY1とDAY2の1日ずつの学びのクラスを通じてお伝えしています。今年は延べ13名の皆さんが初の試みにご参加くださいました。4名の皆様が、DAY2まで学ばれた第1期生となりました。

バイオフィールドタッチケアを学んで

小川 純子 バイオフィールドタッチケア DAY1・DAY2修了

2019年11/30・12/1 の2日間、バイオフィールドタッチケアを学ばせていただきました。第1期生という特別っぽい言葉にちょっぴり刺激され感想を書かせていただきます。

私の今までの人生には無かった「ハート」という言葉があります。ここ数年かけてやっと私の中に言葉として入ってきました。この2日間は「ハート」の中に自分がいるという貴重な体験ができたという思いでいます。呼吸とともにハートを感じ常に自分の中心に意識が集中しやすい場の中でのワークでした。

1日目、私は自分が「優しくなれる」

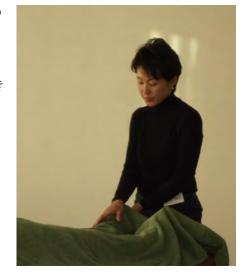
という感覚に包まれました。正確にお伝えするとクライアント役の方に優しい気持ちが湧き上がってもきましたが、この時の感覚は、自分が自分に対して優しくなれる、愛おしくなれるという感覚のほうが強かったと思います。誰かの役に立ちたいと数年前から

いろいろなところで、いろいろな形で活動をしてきました。そうする事で喜んでいただける ことがとても嬉しかったからです。今回、自分を愛おしく感じるという、力がぬけるような、 静かに涙が出そうな不思議な感覚を体験してしまいました。

そして、2日目にセルフケアの大切さを改めて学ばせていただきました。自分をケアできてこそ、対人支援ができる。強く心に刻むことができました。私はヒーリングタッチケアを学んではいません。更に沢山の学びができるものだろうなと想像しています。

このバイオフィールドタッチケアの考え方、内容が今の私が求めていたものだと観じています。この出会いに感謝のおもいで一杯です。私は一歩一歩自分が納得して次に進みたいので、まずは、自分を大切にする事、セルフケアを続けて、更に観察をすすめる。そして、次の段階に進みたくなりましたら、更に深く学ばせていただきたいと考えています。

本当にこの出会いに感謝しております。ありがとうございました。



バイオフィールドタッチケアを学んで

土井 千秋 バイオフィールドタッチケアDAY1・DAY2修了

思い返せば、ヒーリングタッチの入門講座を受けたのは、4年前のことでした。自身の頸椎不具合の経験からホリスティックヘルスという捉え方に関心があったのと、当時、元同僚の自分より随分若い友達が病気で、とにかく何かできることはないかという想いの延長線上からの受講でした。特にエネルギーが見えたり敏感にわかったりするわけではない自分でも、感知できるものだなと受講当日からしばらくは思えていたものの、実践しなくなり時間が経つと、あれは本当にわかっていたのだろうか?あの場がそういう雰囲気だったからで、自分の思い込みだったのかも…と思えてきて、結局、自分で心地よいと確信が持てていた、手で触れるハンドやお腹のマッサージをしていました。とはいえ、入院している方に対しては、必ずしも物理的に、習った通りの触れ方ができる状態でないことが多い為、何かはがゆい気持ちが拭いきれませんでした。以来、ヒーリングタッチが気になりつつも、手当てに関わることを学んだり実践するような機会から遠ざかっていました。



ですが、今年知りたい欲が再燃して、たまたま受けた全然別のワークショップでのこと、直接手で触れるよりも離している方がよくわかるのを体感したんです。新鮮な驚きを噛みしめていたところに、触れても触れなくてもできるというバイオフィールドタッチケア講座のお知らせが来ました。

ワクワクしつつも、本当にちゃんとわかるのか・できるのか不安に思いながらの受講でしたが、座学では身体の働きの精緻さを再認識できたこと、実践では、実践自体も実践後のシェアも時間をとって丁寧にしていただけたお蔭で、感知の仕方は人それぞれ、コレ!という1つの正解というものはないことが腹に落ち、自分の感覚に自信が持てるようになったことが私にとって何よりの収穫でした。また、初対面だったにも関わらず、このタッチケアを通じて、ペアを組んだ皆さんを愛おしい存在に思えたことや、自分の在り方に

ついて掴めたような気がしたことは、幸せな経験でした。

バイオフィールドタッチケアを第一期生として受講できたことは光栄なことでしたし、普段の生活をしていたら知り合うこともなかった新しい仲間ができたことも嬉しかったです。まずはセルフケアを続けることをベースに、身近な人へと広げていきたいと思います。

ありがとうございました。

バイオフィールドタッチケアDAY1を受講して

原田 聡子 鍼灸師・アロマセラピスト・バイオフィールドタッチケアDay 1修了

なんとなく怪しげで避けてきた分野。皮膚に触らない療法を初めて体験しました。

これまで、エサレンマッサージ、アロマトリートメント等、皮膚への密着を意識する手技をやってきました。鍼灸治療でも、皮膚に触って経穴(ツボ)の状態を診て施術します。 そうは言っても、皮膚に触る前、クライアントのエネルギーエリアに入る瞬間からを大切にするように心がけていて、そういうものがあるということは以前から体感していました。

最近ではバイオフィールドと呼ばれ、丸く風船のように整えて外からの影響を受けにくくする、という戸田さんの説明は明快でわかりやすく、また、実際にやってみる事が多い体験型のセミナーなので、あっという間に時間が経ちました。

練習セッションの時、身体が施術ベッドから浮いた感覚を得たのが一番面白かった体験です。

眠ってはいなくて、むしろ目を閉じていながらも何をしているんだろう?と全身アンテ

ナにしている状態で、ふわっと身体が軽くなりました。いままで使い慣れた感覚器とは違うものが、何かをキャッチしたのか??? ほんとうに緩やかな幸せな一瞬(なのか、数分なのか?)でした。

とても気に入った「ハートの呼吸」を続けながら、DAY2の受講も楽しみにしています。



名古屋初のヒーリングタッチ・ベーシックを開催

昨年、2019年は、各地で出張ヒーリングタッチ・ベーシックが開催されることを意図しておりました。一昨年前の千葉出張に続き、 昨年も千葉で、また、新たに、福島県裏磐梯、愛知県名古屋でベーシックを開催していただきました。HTSJにとって、名古屋は悲願 の地でもありました。これまで開催が計画されて実現しなかったり、愛知県より多くの皆様が東京で受講してくださっていたのに、 その後、充分な支援を提供できなかったりしておりました。認定プラクティショナーとなった大木さんが、念願の名古屋開催を主催 してくださいました。他県から参加された方もいらっしゃり、中部地区でヒーリングタッチが拡がっていく予感がします。

ヒーリングタッチベーシックin名古屋を終えて

大木 恵美子 看護師・HTI認定ヒーリングタッチ・プラクティショナー

令和元年11月23日(土)・24日(日)、名古屋にてベーシックのワークショップが開催されました。会場は私がボランティアでヒーリングタッチをさせていただいているマンションの一室です。街中ですが会場からは空も見え、太陽光が入る穏やかな場所です。遠くには岐阜県や三重県の山々も見えます。最近はその山々も雪化粧をし始めました。

受講されたのは初受講4名、再受講1名の方でした。普段から人に触れる仕事の方ばかりでしたので、自分自身の手に感じた事を言葉で表現し、その感覚に従って素直にワークしている様子を拝見し、うれしくなりました。丁寧にグラウンディング、センタリング、アチューニングし、ハートをオープンにしてお互いにヒーリングタッチをしあう癒しの2日間は、マンションの一室ということもありアットホームな雰囲気で進んでいきました。そして、みなさん素敵な笑顔で修了証を受けとられました。SNS上ではすぐつながる時代ですが、実際に相手の顔を見て・触れて・感じることのできるご縁はやはり特別ですね。今後、中部地区でも練習会ができることを一番喜んでいるのは、おそらく主催者である私です。

約5年前、『ベーシック』ではなく『レベル1』という名前でワークショップをされていた頃、東京で電車待ちの時に「名古屋でレベル1をやります。来てください。」と、今回の講師の美紀さんにお願いしたのを覚えています。G20愛知サミット開催により交通渋滞が予想され少し心配していましたが、無事に終了することができました。そして、この日に開催することが決まっていたかのように感じたワークショップとなりました。

受講者の皆さま、講師の美紀さん、ヘルパーを快諾してくれたSさん、ベットを貸してくれたMさんとEさん、マンションの大家さん、 そしてハートで支えてくださったヒーリングタッチの仲間に心より感謝いたします。

光と感謝をこめて Aloha & Mahalo

ヒーリングタッチを学んで

蒲池 和子 NPO法人あんきや 事務局長

『見えない痛みに翼をつけて』をスローガンにして、緩和ケアやいのちについて市民の立場で学び合う、「ひだまりの会」を1998年に立ち上げました。この活動が私がヒーリングタッチに出会う原点です。

皮膚を整え痛みを和らげる、「愛と快」の整膚師の資格、認定スピリチュアルケアワーカーも取得し、瞑想も学んでいます。さらに医師などが提唱される「愛こそが宇宙根本のエネルギー」、「心の豊かさとは、利他の行動の喜びを感じること」、「手からはエネルギーが出ており、手を当てることによって痛みが和らいでいく事が判った」、などのお話を聞き、正にヒーリングタッチへとつながっていきました。



2019年11月23・24日、念願だった「ヒーリングタッチ・ベーシック講習」を受けました。すべての生命は、普遍的な生命エネルギーに支えられているという概念は、人類の歴史を通じて存在し、継承されています。リラクゼーションをもたらし、人を全人的に育むハート中心のエネルギーセラピーです。これらの言葉がすんなりと、私の心に入っていきました。

分かり易い導きと、優しい受講仲間との学びは、安らぎの時間でした。特にチャクラコネクションでは、たくさんの光に包まれる体験ができました。身体に触れなくてもできるヒーリングタッチを勉強したい気持ちで、ワクワクしています。

日本ホスピス・在宅ケア学会全国大会に体験ブース出展

伊東 和香子 建築業・スピリチュアルケアワーカー・メンタルトレーナー・ヒーリングタッチ・アドバンス | 1修了

2019年12月14日・15日に、日本ホスピス・在宅ケア学会全国大会にヒーリングタッチ体験ブースとして出展いたしました。東京、愛知から5名のセラピストが参集し、80余名にテクニックを実践しました。ブースでは、長テーブルにパンフレットを並べてヒーリングタッチを紹介し、窓に向かい3脚の椅子を利用しての体験コーナーを作りました。残念ながらブースからは富士山は見られない位置でしたが、センタリングの時に、いつも以上に地球の大きな存在を感じられるようでした。



終了する時に体験された感想を伺うのですが、ご自分の感じたことに大変不思議に思う方はいても、「何にも感じない」という方はいらっしゃいませんでした。これがバイオフィールドエネルギーを扱うヒーリングタッチの面白いところであり、何より体験していただくことが一番の紹介になるのだなと実感しました。

実は、プラクティショナーの先輩方と並んで施術していることに、ドキドキしたこともありました。私は、アドバンスIIを終えただけですから。けれど、目の前の体験者の良い状態を想っていると落ち着いてきて、感想をいただくと嬉しいし自信が付いてきます。自分の為にも、ボランティアを重ねていきたいと思いました。

お知らせ

HTSJ 2020 スケジュール

2月22日 2月練習会

2月22日-23日 出張ヒーリングタッチ・ベーシック(千葉)

2月24日 HTSJ通常総会 3月 8日 バイオフィールドタッチケアDAY1

3月28日 3月練習会

4月11日 ヒーリングタッチ入門ワーク

4月25日 4月練習会

5月 2日-5日 ヒーリングタッチ4日間集中:ベーシック・アドバンスI

*出張ヒーリングタッチ・コースワーク/入門ワーク、バイオフィールドタッチケアは随時受け付 けています。ご興味あるお知り合いにご案内ください。

*練習会またはテクニックレビューは、毎月1回、その他、ヒーリングタッチ入門ワークや体験会 を予定しています。詳細が決まり次第、お知らせメール、WEBサイトにて告知いたします。

HTSJ通常総会/総会前イベントのご案内

日時:2020年2月24日 総会前イベント:13:30~15:30 総会:15:45~16:15

会場:東京都港区白金台いきいきプラザ

総会前イベント参加費:HTSJ会員:無料、非会員:2,000円

参加申し込み: info@healingtouch.or.jp

HTSJ会員更新手続きのご案内

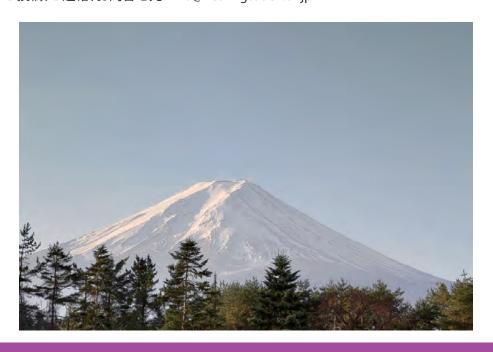
2019年度8月末日までにHTSJに入会された方の会員有効期限は、2019年12月31日で す。まだ更新手続きをされていない方は、年会費3,000円をお振込みください。更新手 続きをされないと、会員特典は利用できません。

ボランティアスタッフ募集

HTSJでは、ボランティアスタッフを募集しています。作業時間や内容は、ご希望やスキ ルに応じます。作業分野としては、①各種講座運営、②企画、③広報・宣伝、④経理・財 務、などです。ご応募、ご質問は、info@healingtouch.or.jp までご連絡ください。

☆会員の皆様からの寄稿をお待ちしております。

ヒーリングタッチの実践、応用、練習会の体験など、是非、お寄せください。 ご投稿、ご連絡、お問合せ先:info@healingtouch.or.jp



Healing Presence

-HTSJ会報誌 - 年4回発行

編集チーム

しばたあきこ、戸田美紀、中村則子、 古川綾子

NPO法人日本ヒーリングタッチ協会

info@healingtouch.or.jp http://healingtouch.or.jp/