



TerrAnoint™

テラノイント

パルスポイント・フラワーパワー
フラワーエッセンス&エッセンシャルオイルブレンド
～ロールオンタイプ～

パトリシア・カミンスキー 著
フラワーエッセンス普及協会 発行

テラノイントシリーズ

フラワーエッセンスとエッセンシャルオイルが奏でる局所塗布のためのシンフォニー

FESはフラワーエッセンスとエッセンシャルオイルをブレンドした癒しの恵み、TerrAnoint/テラノイントを皆様に発表できることを嬉しく思います。テラノイントはフラクシヨネイテッド・ココナッツオイルにフラワーエッセンスとエッセンシャルオイルを組み合わせ、経絡のツボとパルスポイントやその他の身体のエネルギーポイントに直接塗布するために作られた製品です。

テラノイントフォーミュラはFES(Flower Essence Society)のエグゼクティブディレクターであるパトリア・カミンスキーが過去30年に渡る臨床実績の中で開発してきた6つのマスターブレンドを基本に作られています。パトリアは通常のフラワーエッセンスの飲用に加え、フラワーエッセンスとエッセンシャルオイルを組み合わせたものを体に局所的に使用することで個人のヒーリングのプログラムをさらに増進し、より効果的にサポートすることを観察してきました。

テラノイントのそれぞれのフォーミュラは複雑に構成された体と魂の存在全体に語りかけるフラワーエッセンスと、植物から摂取された純粋なエッセンシャルオイルが色彩豊かな層となって奏でるシンフォニーです。セラピーや自己改善プログラムに取り組む際に必要である様々なレベルでのサポートまたは日常生活における後押しに、最も基本的な諸問題に対する癒しを提供します。テラノイントフォーミュラはフラワーエッセンスやエネルギーヒーリングを今から始める方に最適です。また、自己変容のためのフラワーエッセンスセラピーに深く身を置いている方々の補助としての使用にも適しています。

コンパクトなサイズのロールオンボトルは、ご自宅でのご使用にも、仕事場や旅行先でのご使用にも便利です。必要なだけご使用頂いてかまいませんし、その使い道は無限です。単体での使用のほか、他のヒーリングとの併用も可能です。局所的に塗布するものなので、飲用のフラワーエッセンスや他のサプリメントの使用の妨げにもならず健康改善プログラムやウェルネスプログラムの増強やサポートにも貢献します。

使用上の注意事項

すべてのテラノイントシリーズに含まれるフラワーエッセンス及びエッセンシャルオイルは外用専用で、できる限りすべての人々に安全にご使用頂けるレベルで作られています。それでもなお、どんな方でも特定の原料に反応する、またはアレルギーを引き起こす可能性があります。これらの反応の中には一時的なものや、体の癒しの反応の一環であるものもありますが、本格的なご使用の前にご自身に慣らせる意味でも、ごく少量を皮膚の小さな範囲に塗布しテストを行うことをおすすめします。

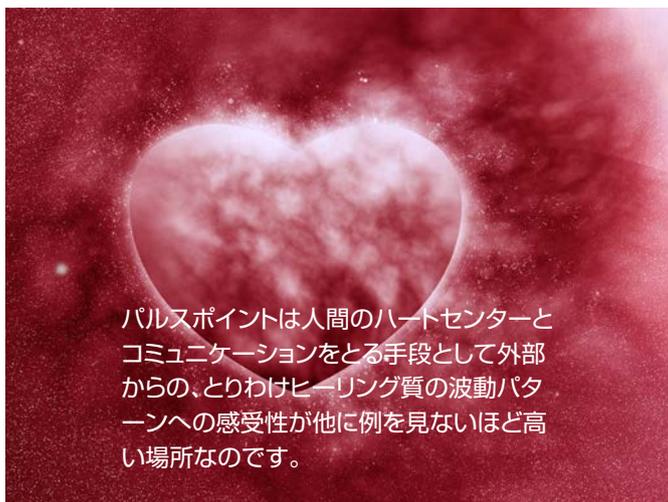
使い方テクニックその1: パルスポイント

パルスポイント～体と魂のアイデンティティーへと続く道～

現代医療において脈は、基本的な健康状態を計るためにとりわけ心拍のリズムを計るためにとられます。あまり知られていないこととしては、これらの主要なポイントからは、ハート/心臓に言葉をかけ返すことができるということです。ハート/心臓は人間の身体の中に位置していると同時に、人間の魂のエネルギー焦点であり、最も深い感情や衝動が生まれる場所です。そのためパルスポイントは、人間のハートセンターとコミュニケーションをとる手段として外部からの、とりわけヒーリング質の波動パターンへの感受性が他に例を見ないほど高い場所なのです。フラワーエッセンスと慎重に調合された相乗効果のあるエッセンシャルオイルを塗布することは、生命のエネルギーと魂/感情が調和やバランスをとるのを助け、ハートにその状態を記憶させる手助けとなります。

パルスポイントへの使用方法

テラノイントを使用する際には、これは身体の現実と魂の現実を繋ぐ橋を築くという神聖な機会なのだとことを理解することが大切です。パルスポイントにテラノイントのオイルをやさしく、且つしっかりとした圧をかけて塗布します。深く呼吸をしハートの最も深淵な場所と自身を繋げます。ご自分が選んだテラノイントの特定のヒーリング質がハートに対して輝きを返しているところを思い浮かべ、確認します。そしてヒーリングエネルギーがハートに吸収され、血液/生命の力の脈に乗って全身を循環し、再びハートへと流れ戻っていくと感じ、同時にハートの反応を思い描いてみます。



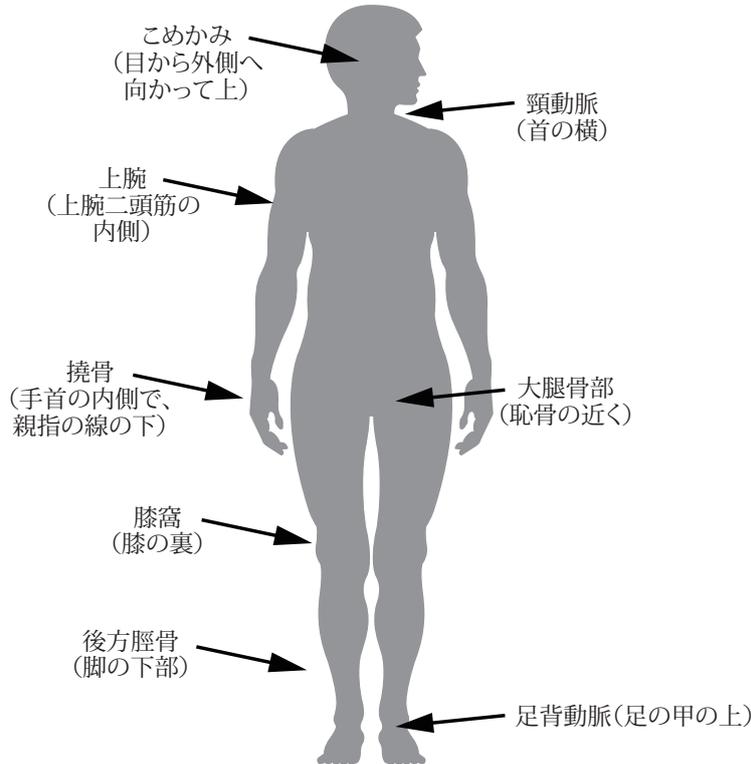
パルスポイントは人間のハートセンターとコミュニケーションをとる手段として外部からの、とりわけヒーリング質の波動パターンへの感受性が他に例を見ないほど高い場所なのです。

手首に位置している橈骨動脈の脈は、最も効果がある脈のひとつであり、またすぐに手が届く場所にあるため、どのテラノイントフォーミュラも簡単に塗ることができます。手首の中心あたりに指を置きます。手首の骨と腱の間で脈を感じるはずですが、脈を感じるまで軽く押さえます。一度この場所を掴んでしまえばテラノイントフォーミュラを塗る必要がある時に瞬時に場所がわかることでしょう。



<図の解説>

この図は人間の身体上で触ることのできるすべての主要なパルスポイントが示してあり、より完全な概観となっています。テラノイントフォーミュラはこのうちのどのパルスポイントにも使用することができます。



使い方テクニックその2: ツボ

ツボもまたテラノイントフォーミュラによく反応します。指圧は5千年以上前にアジアで築かれたすぐれたヒーリングアートです。人間の体、そして動物の体全体に通っている力強い生命力である経絡に刺激を与えるエネルギーの点の分布図を用いています。鍼治療がトレーニングされたプラクティショナーによって正確な鍼の位置を用いるのに対して、指圧は少しの勉強と練習で理解可能であり、家庭でのヘルスケアにも使用できるベーシックなものです。基礎的なことを掴むための参考書として Michael Reed Gash, Ph.D. /マイケル・リード・ギャッシュ博士著 “Acupressure’s Potent Points” があります。400点以上のイラストと共に100通りのセルフケアとしての指圧法が掲載されています。

ツボは身体的な癒しの方法として広い範囲で取り入れられています。また、ツボは様々な感情の状態に対して重要で、フラワーエッセンスの飲用/局所の使用にとっても簡単に併用できます。概要としては参考にMichael Reed Gash, Ph.D. /マイケル・リード・ギャッシュ博士著 “Acupressure for Emotional Healing: A Self-Care Guide for Trauma, Stress & Common Emotional Imbalances” が挙げられます。感情に対応するヒーリング方法が500点のイラストと共に掲載されています。

テラノイントフォーミュラをツボに使用する際には、ツボを1〜3分ほど、ほどよく、一定の圧で押さえます。これによってテラノイントフォーミュラのヒーリングの波動と共に特定の経絡に刺激が送られ、身体/魂の複合体に成分が充分に取り込まれます。指圧の初心者である場合はL14大腸経の合谷(ごうこく)は簡単に触ることができ且つ幅広く用いることができます。このツボは感情を落ち着かせたり、体全体の鎮痛作用があり、すべてのテラノイントフォーミュラがすばやく吸収されるための手助けとなります。

L14合谷は親指と人差し指が手首の根元に向かって出会う場所にあります。人差し指の骨の根元から約1センチほど指先の方へ反対の手の指でなぞります。そこから人差し指の骨からいちど離れて、親指の方へ少しなぞっていったところにあります。もしくは、水かきの部分、親指を人差し指に押し当てると盛り上がってくる塊の頂点が合谷です。

局所使用のための主要なツボ



LI4合谷(ごうこく) / He Gu
大腸経

合谷は右手の甲、水かきの部分、人差し指の骨の上にあります。気持ちを落ち着かせたり身体の鎮痛に最もよく使われるツボです。また具体的な治療として、あらゆるトラウマや腫れ、頭部と顔の機能障害に用いられます。



CV22天突(てんとつ) / Tian Tu
任脈

喉の下、鎖骨の中央の窪みに位置しています。硬いと感じる全ての感覚や、上体の圧迫感やうっ血を助けます。表現を解放しオープンにします。



LU9太淵(たいえん) / Tai Yuan
手太陰肺経

太淵は親指から手首のしわに向かうところで、ツボはしわの一番深いところにあります。循環を促進し、脈のコンディションを整える助けになります。動悸を落ち着け、様々な形で水分排出に効果があります。



LV3太衝(たいしょう) / Thai Chong
厥陰肝経

右足の甲の上、親指の水かきに位置しています。肝臓の生命力を刺激し、一般的には体の上部に停滞しているエネルギーをグラウンディングさせ、全身に巡らせる助けをします。



C17膻中(だんちゅう) / Dan Zhong
任脈

膻中は胸骨の上、胸のちょうど中心にあり、両乳首の中間点に位置しています。体全体の総合的なエネルギーを高め、体をあたためセタリングをします。

使い方テクニックその3: 必要に応じての一般的な塗布

使い方テクニックその1と2は、体に意識を向けるための確立された方法に従ったもので、より精密な使用方法です。しかし、使う人本人の直感を用いた局所的な使用にとって代われるものではありません。テラノイントフォーミュラは全身に、必要な時にいつでも使用できます。各チャクラに使用してもよいですし、体が感覚に対して繊細な箇所、しびれを感じる箇所、痛みに、など様々な使用例をあげることができます。使用するそれぞれの方が、癒しと自己育成へのひとつの道筋としてテラノイントフォーミュラを体のどこへ塗布したいのか、ご自身に耳を澄まして頂けたらと思います。



ビー・ブライツフォーミュラは、光と輝きに関わる様々な資質を特徴とする黄色の花から構成されています。このフラワーエッセンスのフォーミュラは柑橘系のエッセンシャルオイルやそのほか身体／魂の複合体の光の構造を養う目的を持ったオイルを加えることによって、その性質をさらに強調しています。

ビー・ブライツフォーミュラは様々な形での憂鬱、落胆、失意に苦しむ人々に向けられたフォーミュラです。私たちが直面している主なチャレンジは、前へ進むことへのためらい、そして変容の可能性を内に秘めて今この瞬間に生きることです。その様に生きるかわりに過去の影に捕われ、自己のアイデンティティーに対するネガティブな思い込みで自分を制限し、過去の経験によって自己の創造の可能性や自尊心を邪魔してきたかもしれません。ビー・ブライツは魂に本来備わる変化の可能性を呼び覚まし、陰うつさや自己を打ち負かす考えを変容し、瞬間瞬間にギフトとして示される光と生命を十分に抱きしめるよう励まします。

フラワーエッセンス:

サンフラワー、ブレイジングスター、セントジョンズワート、ダンディライオン、ゴールドンヤロー

自己の内にある未来の可能性と将来性に向かって確信と自信をもって進むことを助けます。

アグリモニー、ミムラス、ブラックアイトスーザン、プリティフェイス、バターカップ

暗さを増す不信感、恐れ、自尊心の低さなど、それらに関連した感情を克服し、過去と現在の意識の状態を癒すことができるよう精神的障壁を輝く光の状態に導きます。

エッセンシャルオイル:

グレープフルーツ、オレンジ、レッド・マンダリン、レモン、ベルガモット、メリッサ

喜びにあふれる柑橘系の香りが、身体と魂の内部から自らが“太陽の自己”となり存分に輝くのを助けます。

セントジョンズワート、ヘリクリサム

守護と安定性を提供し、身体と魂の拡張的な光の構造体を作ります。



滋養と強さは食物や水、そして空気を源とする物質的なもののみからくるものではありません。それは人がどのように行動を起こし、創出するのか、そして私たちを取り巻く他の生物と如何に実りある方法で協力し合っていくのか、といった営みの中で他者の魂から自己の内に流れ入ってくるものでもあります。社会からのエネルギー的なギフトに充分にオープンであり、受容性に富んでいないかぎり、人生が私たちに提供する進化と変容の可能性を逃してしまうことでしょうか。プライベートな関係、文化的または、職業的なものに関わらず、多くの人にとり、人間関係における過去の傷や失望が、自らの中で皮肉や隔絶の壁を更に硬化する結果となっています。人間的なあたたかさや社会との新しい繋がりに対する受容性が妨げられると、職場やコミュニティ、そして家族との未来の可能性は限られたものになってしまいます。

コネクト・テラノイントフォーミュラは、分離という幻想を超えて見ることを助け、リスクをとることを学び、人生のすべての側面における社会的な繋がりを探検し冒険するチャンネルを築きます。このフォーミュラの底辺にあるヒーリングの主なテーマは、聞き受けとる力、そして“他者”の中にあるものがどのような形で自己の中に入ってくるのか、他者の中の何が自己と出会うか、をもう一度想起してみるという能力を扱います。このフォーミュラは、あらゆる社会性の可能性に対してオープンになり、柔軟性がある好奇心に富んだ能力を培います。そして、それらは個人にさらなる豊かな人生と成長をもたらします。

フラワーエッセンス:

スタージャスミン、ルイージア、フーンリリー

なぜ地球にやってきたのかという最も深いスピリチュアルな志に滋養を育み、理想や社会に対して抱いている切望にひらめきを与え、他者との関係を保つよう育みます。

マロー、イエロースターチューリップ、カレンデュラ

他者が持つ意図や意味についてもう一度心に描き、それらを受けとる力を促進させます。“他者”が自己の内での本来の姿を表現し、姿を見せることを受け入れ、感じていける聖杯としての魂の器を育てます。

スプレッディング フロックス、ウイステリア、プッシーボーズ

肉体的な自己を通じてあたたかさにつながる能力。セクシュアリティの個人的な概念を超え、実態としてのセクシュアリティがより大きなコミュニティや家族において、またより広い社会の枠組みの中で、自分が誰であり、誰となりうるのかということに対するより大きな現実を養い築きます。

エッセンシャルオイル:

ローズマリー、シナモン、ジュニパー、シルバーファー、カルダモン

肉体から社会的な範囲まで、より大きなあたたかみの放出を構築します。

ローズオットー

社会的な連結の中心点としてのハートに滋養を与えます。



免疫は体と魂の両方に関係があります。本質的には濾過のプロセスです。それは区別し、除去すると同時に抱擁し味わうというプロセスです。日々の生活の中で何を取り入れまた何を除外するのかを知ること、私達は身体的な健康と精神的な健康の両方に貢献する本質的なコアセルフ(中核的な自己)を統合します。多くの人にとってこれらの境界線は浸透性のある拡散されたものなので、どの要素が、例えば環境的な影響なのか、日常的な食事の選択なのか、眠りや起きている時の生活なのか、考え方もしくは信念なのか、社会的または文化的な要因なのか---が我々を強くしているのか識別することはできないでしょう。どのようにしたら自己の“中心”につながるができるのかを知ること、また何が真実で何が健康を与えてくれるのか、健康を持続させてくれるのかに対して気づくことは大切です。魂の気づきによって、より躍動感があり目的意識をもった人生に再び立ち戻っていくためには、ある一定の自己充足や休息などを通して培われることが必要となります。

プロテクト・テラノイントフォーミュラはこの生き生きとした洞察力と識別力を創出し保つのを助け、コアセルフが真に健康で生産的であり、また人生においてしっかりと存在するのを助けます。

フラワーエッセンス:

マウンテンアンジェリカ、アンジェリカ、セントジョンズワート、アルニカ、スターオブベツレヘム

健康的でスピリチュアルな影響を識別する能力。人生と生活にポジティブなスピリチュアルな力を呼び覚まし、引きつける能力。

ピンクヤロー、ゴールドンヤロー、グリーンローズ、ヤロー(白)、エケネイシャ

境界線の結合と魂を守るために、何がコアセルフ(中核的な自己)を構成し、貢献しているのか、また、健全な身体や精神に対して有害で衰弱させるものは何なのかに気づきをもたらします。

ルー、ガーリック、オニオン、マウンテンペニーロイヤル、モンスフード

身体とエネルギー体のクレンジングと浄化に。身体と精神に健全でなく、適切でない汚染要因に対する有効なフィルタリング。

エッセンシャルオイル:

アンジェリカ、セントジョンズワート、ヤロー

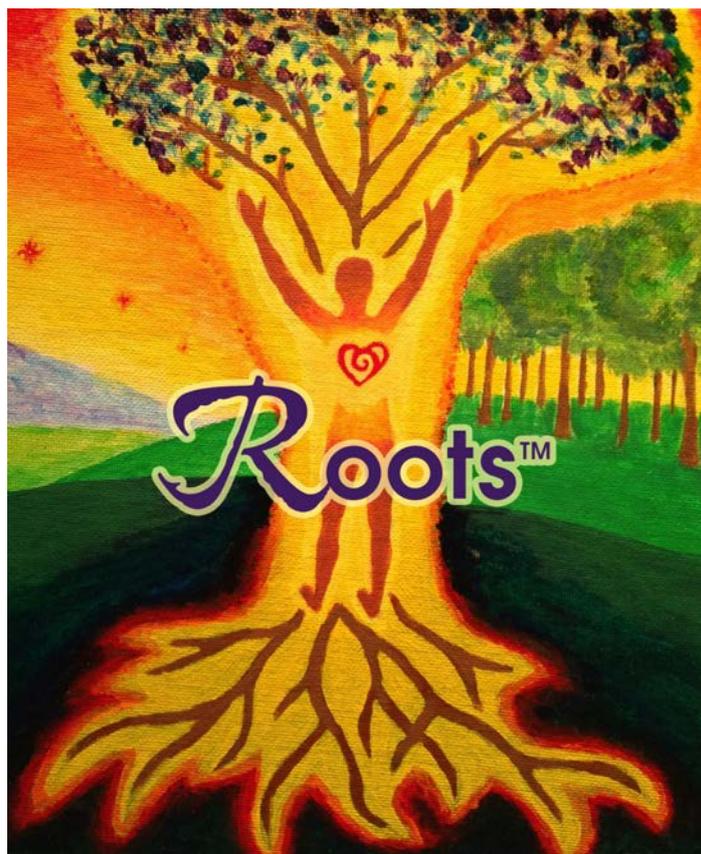
スピリチュアルな面においての補給と守護。

シダーウッド、ラベンダー

鎮静とグラウンディング。自身の中心点に繋がるのを助けます。

ミルラ、シスタス

心身への汚染要因からの健康的なクレンジングと浄化。より強固な免疫力回復のサポート。



絵画: © Catherine Hutchison

現代は私達の神経系と頭部に非常な要求を投げかけます。コンピュータを使うことや交通渋滞など、テクノロジーの力を日常的に使いこなすには知性的に優れていることが必要であるように感じられます。しかし、活力溢れる物質である地球から湧き上がってくるものに繋がらないかぎり、私達は身体的なエネルギーと生命との繋がりを中断してしまいます。根なしでは、そこには不穏状態と不満が増すばかりです。人は流れゆく瞬間の経験との遭遇に急ぎ、走り回り、それでもなお生命の基盤との接触を求めて渴望します。なぜならそれは生命の基盤こそが生命を持続させ、深く生命に従事するものだからです。味わうこと、触ること、見ること、聞くこと、匂いをかぐことなど、五感で感じることでできる世界において神経系や脳は無数の機会を与えてくれるかもしれません。しかし個人の総合的な「生命そのものを感じる」感覚が、存在の深い部分に根ざしていなければ、私達は身体的にも魂の側面においても枯渇してしまうのです。

ルーツ・テラノイントフォーミュラは、健康と幸福の基盤として、生命存在の根本を擁護し自己のアイデンティティーと共に在ることを助けます。このブレンドは自己の最も深い核の部分にある回帰本能を呼び起こし、私達がどのように食べ、生き、住み、働くのかという根幹の中にさらに深く飛び込んでいくことを助けます。そして本質的には、人間の第一の故郷である身体と地球にどのように関わり、共に生きるかについての気づきを導きます。

フラワーエッセンス:

スイートピー、ロックフリンジ、コーン、マドローン

身体と魂の回帰本能を育みます。何が我々を活気づけ、強くし、生命力と繋ぐのかに対するさらなる意識をもたらします。

ブラックベリー、インディアンペイントブラッシュ、コロンバイン、レッドペンステモン

生命力に繋がる能力と、その力を生産的な形で体の中を流れさせ、健康的に実現させる能力。若芽のように勢いよく伸びる身体的な根。

カシオーブ、セラプリムローズ

生命力の基盤を生み出す喜びと感謝。地上における肉体と魂の生活を再生させ、活気づける生命のマトリックスの中に浸り、その感覚を感じ、感謝し、見極める能力。

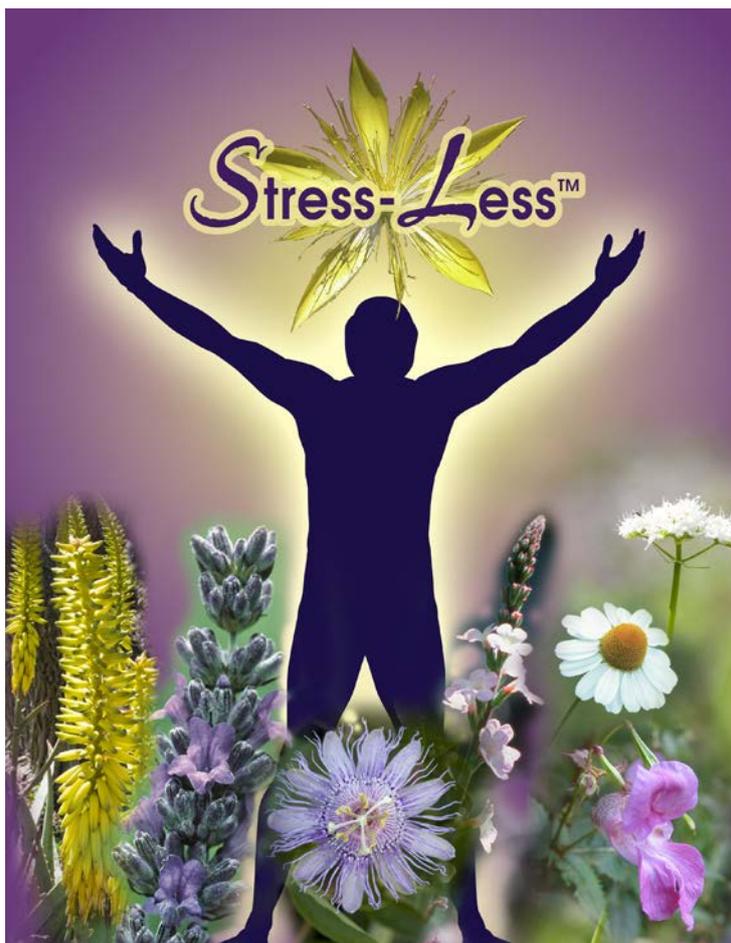
エッセンシャルオイル:

シルバーファー、パイン、シダーウッド、ジュニパー、シトカ スプルース、ラーチ

常緑樹である針葉樹のオイル。地球の生命力を吸収するために。地球と結ぶ根の形成。

シナモン、ベチバー、サンダルウッド

身体的なあたたかさを与え、身体と魂のグラウンディングされた繋がりをもたらします。



ストレス・レス・テラノイントフォーミュラは日常生活における動揺や不安、心労などの一因となる潜在的な思考やエネルギー的な反応に対応します。直面する事象やチャレンジに抵抗する時、身体と魂の複合体にいつその硬さや緊張、硬直をもたらす結果となります。人生に起こる不調和や敵対する出来事を明確にし、受け入れることを学ぶと、人はストレスに対応できるようになり、それらを手放す深い能力を獲得することができます。そして究極的には、平静さと感情的なバランスのとれた状態を取り戻すことができるようになります。ストレス・レスフォーミュラを使用することで生み出される魂のヒーリングプロセスは、人間の身体と魂における受容的な側面と活動的な側面の両方のチャンネルをバランスさせるように働きます。この両極性が共に働くとき、魂は受け入れることと行動することを同時に行い、真の変容に向けて更なる強さを伴い、日常における様々な現象に深い認識をもつようになります。

フラワーエッセンス:

カリフォルニア バレリアン、パッションフラワー、マザーワート、ラベンダー、カモミール

より安定した落ち着きと平静を促します。自己の中核的アイデンティティーが圧倒されることなく、また包摂されることなく、不調和の側面を意識という劇中において現れているものとして受け止める能力。

インパチエンス、バーベイン、オリーブ、アロエベラ、ブレイジングスター、ダンディライオン

深い心の平静と共にポジティブに行動する能力を培います。ストレスやプレッシャー、不安を変容するために無反応な対応に対して情報を与え、明確にする能力。

エッセンシャルオイル:

ラベンダー、サンダルウッド、バニラ、カモミール

リラックスしたポジティブな感受性を体にもたらしめます。より深い呼吸とセンタリングを可能にします。

グレープフルーツ

ストレスと緊張に気づき、それらを変容するための輝くチャンネルを開きます。

Wings/ウイングス(翼): ひらめきと雄大なマインドを育む



物質主義には様々な定義がありますが、現代の人間の魂にとって物質主義とは特に圧迫感として特徴づけられています。私たちの存在の最も深い場所においてスピリチュアリティ(霊性)を感じ、認識することができなくなった時、その広大で無限の感覚は密度によって代わり、崇敬の念は分離の感覚に代わります。

魂の軽快な雄大さは喜びを構成する大切な要素です。その欠如は様々な形での憂鬱の原因となりえます。文字通り、深く圧迫される感覚に苛まれます。もし現代の魂の翼が傷ついていたら、どのように修繕されたらよいのでしょうか。多くの教えや哲学の中でスピリチュアリティを見出す答えが示されていますが、たとえそれらの言葉が真実であったとしても、私たちが実生活の中でそれらを体験しない限り私達の中に定着することはありません。人間の魂の内にあるリビング・ロゴス(Living Logos)やクリエイティブ・ワード(Creative Word) は、真の存在、そして強力な力として感じとられ、聞き取られる必要があるのです。

ウイングス・テラノイントフォーミュラは、スピリチュアルな活動にさらに強くつながれるように助けます。そして、魂の日常的生活においてスピリチュアリティが現実として認識され活性化されるよう導きます。

フラワーエッセンス:

ルイーシア、アルパインアスター、マウンテンアンジェリカ、マウンテンフォージットミーンツ、コスモス

スピリット(the Spirit)が現実的でポジティブな光の放射物であるという意識を築きます。意識のシフトに気づく能力や、夢または日常における微細な形のコミュニケーションに気づく力を育みます。

ロータス、カリフォルニアピー、スターチュールリップ、モーニンググローリー、バーズアイギリア

スピリチュアルな想像力やインスピレーションを、実際の日々における活動に置き換え、受けとる力。スピリチュアリティを魂の力として輝かせ、定着させる能力。

ダウンニアベンス、セラブリムローズ

魂およびスピリチュアルな活動を身体構造に転換させる。特にハートのエーテル体の領域において、高次元のスピリチュアルなインパルスと繋がりハートに蓄える能力。高次の世界と地上の世界をつなぐ者であることへの感謝。個人の日常生活の中に贈られるスピリチュアルなギフトに気づき、受容する能力。

エッセンシャルオイル:

フランキンセンス、アンジェリカ、ラベンダー

魂の翼の力が流れとなって上昇するのを育みます。

サンダルウッド、ヘリクリサム

グラウンディングをもたらし、魂とスピリットの活動に礎をおろし、深みをもたらします。

ローズ、グレープフルーツ、バニラ

魂の表現の器としてのハートの光の内なる空間を育みます。



花は自然の美しき象形文字である。
花を通じて自然は、
如何に我々を愛するかを語りかけている。

ヨハン・ヴォルフガング・フォン・ゲーテ

FES(Flower Essence Society)について

FESは、アメリカのカリフォルニア州ネヴァダシティに本部を置くフラワーエッセンスの研究教育機関です。1979年にリチャード・キャッツ氏によって設立されました。FESは、過去30年以上にわたりフラワーエッセンスのトップメーカーとして高い評価を受けてきました。その製品は、一般の使用者から医療関係者、代替療法の専門家などにおよび世界50カ国以上で愛用されています。



著者について:フラワーエッセンスの作り手でもあるパトリシア・カミンスキー女史は、FESの共同経営者である夫リチャード・キャッツ氏とともに、35年以上にわたりフラワーエッセンスの研究と開発に従事しています。

この小冊子は、Flower Essence Services発行の日本語版です。許可なく内容の無断転載を禁じます。

発行所 フラワーエッセンス普及協会
〒156-0053 東京都世田谷区桜3-19-24-403
tel: 03-3427-1604 fax: 03-3427-1714
www.afeej.org

発売元 アフィージャパン株式会社
www.afeejapan-fes.com

2016年10月 発行

©フラワーエッセンス普及協会
写真、イラスト©Flower Essence Services