

人間の体にある7つのエネルギーセンター「チャクラ」活性化で運氣UP

果たして、私たちは  
未来を予知できるのか？

# 予言の真実

簡単なのに、効果大！  
不運撃退！指ヨガ

過ごし方で運が変わる！  
この夏、重要な  
運命の3days

もう一度、人生を変える旅

# 聖地セドナからの 招待状

松村潔の占星術的  
アセンション考

## 毎日の星占い

6/21~7/20

ネットで話題！

まーさの星座分析 **蟹座編**

魂の奥から、  
輝く自分に！

聴くだけでチャクラを浄化する  
純度 99.9%の水晶の音色

# RAURAの クリスタルボウル CD



何だかツイてない、元気が出ない……  
それは「生命力」の低下が原因!!

# チャクラを 高めて 元気になる!

*All about of Chakra*

チェック、水玉、花柄……  
欲しい運で洋服選び!

## 柄物風水

初夏をHappyに過ごす  
魔女ガールのお手紙講座

ミスティ7  
July / 2011  
特別定価 690yen

# Therapy

編集Lの  
突撃レポ

チャクラのバランスを整える  
最新! ヘッドマッサージ

## チャンピサージを体験!

何と、チャクラバランスを整えられるマッサージがあるらしい!? との情報を聞きつけ、編集部イチ、セラピー好きの編集Lが早速試してみました~♪

### 頭のマッサージで 全身のチャクラが活性化!?

最近どうも疲れがたまっていて、今ひとつ体、とりわけ肌の調子がおかしい編集L。チャクラを活性化させて、今一度若さを取り戻そうと思っていたところ、気になるセラピーを発見! その名も「チャンピサージ」です。これはインド式ヘッドマッサージで、施術すると全身のチャクラバランスが良くなるらしい。

「これだ!」と思い、早速駆けつけたのは、東京・恵比寿のサロン、アロマティックルポ。セラピストの宮崎陽子さんにお話を伺ったところ、チャン

ピサージとは、古くからインド人の生活に根づいていたヘッドマッサージと、アーユルヴェエターダなどが融合してできたものだそう。

マッサージをする時に、セラピストが各チャクラに共鳴した音や色の波動を送ったり、マントラを唱えることによって、体内エネルギーの流れが良くなるのだとか。私たちが母から産まれた瞬間の、チャクラが一番いい状態に近づけてくれるそう。

うーんなるほど。それではワクワクしながら早速、体験です!



●セラピスト  
宮崎陽子

Profile●IFA認定アロマセラピスト。L.C.I.C.I. 認定セラピスト&日本代表講師。IPO認定植物療法士。上尾中央看護専門学校講師。インディアンヘッドマッサージを導入している企業や病院、セラピストの方々と共に、L.C.I.C.I. のインドのセラピーを日本に正しく普及する活動を行っている。

SALON



アロマティックルポ (L.C.I.C.I. JAPAN 事務局)  
東京都渋谷区恵比寿1-24-16 カルチェ恵比寿701  
☎03-3448-0311  
チャンピサージ 30分 ¥3675  
■ <http://lcici.com/>

### 眠気を誘う心地良さで 足先までほかほかに

まず椅子に座った状態で、背中をマッサージから始まり、徐々に上がっていきます。後頭部や頭頂部など、頭全体を指で押さえたり、さすったり……。指が触れる感覚が気持ちいい。また、最初にマッサージの力加減の好みを聞いてくれるので、指圧の強さもちょうどいい感じ。心地いいBGMを聴きながら、目を閉じていると、極度のリラククスモードに! 取材中というのに、眠ってしまいそうになりました。全身の疲れが自然ととれていく気がします。



極上の気持ち良さに浸っているうちに30分の施術時間があっという間に終了。終わってみると、血行が良くなったのか、足の指先までほかほかしてあったかい。チャクラが活性化したおかげかも!? また、心身の疲れも癒されました。頭のマッサージなのに、全身に効くのが不思議……。実際、チャンピサージの効果は医学的にも認められており、肩コリやストレス解消、育毛など、いろいろな効果があるのだとか。チャクラはもちろん、心身のバランスをも整えてくれるチャンピサージ。あなたも一度試してみては?

### こんなあなたにオススメ!

- 目が疲れている人
- 肩コリの人
- ストレスが多い人
- 人とのコミュニケーションがうまくとれない人 など

### Information

もっと詳しく知りたい人へ……  
下記セミナーも実施中!

・「ヘッドマッサージコース」

◎7月16~18日 ◎アロマティックルポ

※詳しくはサロンのホームページをご覧ください。

### 自分でもできる!

## お手軽マッサージ

仕事や家事のちょっとした合い間に、簡単にできるマッサージ法をご紹介します! 誰かにしてあげるのも◎。

1 指先で頭全体を優しく揉んで、頭皮の緊張をほぐします。そして両手で頭全体の髪を根元をつかみ、左右に動かして。

2 頭を手の腹で包み込むように、左右のこめかみをゆっくり押し込みます。大きな円を後ろから前へ描くように、ゆっくりとマッサージして。

3 やや下を向き、首の後ろを4本の指でつかむように上から下へ揉んでいきます。



4 両手全体で後頭部を包むように、左手の親指は後頭部の左下、右手の親指は後頭部の右下に置きます。それぞれの親指で優しく揉んだり強くさすったりしましょう。

