



シューマツハカレッジ

想が、起床、説明、6時半、眠る。1日、説明、6時半、眠る。1日、説明、6時半、眠る。

【イギリスレポート①】 昨年、来日されていたサティシユ・クマールさんのシューマツハカレッジに行ってきた。ここは、自然共生の学び、持続可能な社会を目指すための学校です。それを学ぶために、世界中から、人が集まってきた。昨日まで、見知らぬ人だった通しでの共同生活。今、日本でもシエアハウスやシエアオフィスが流行っているように思います。ところが、基本の哲学や、目指す方向が違えば、少しずつズレが出てきて、結局、続かず出ていく羽目になったり、と問題も多く聞かれます。このシューマツハカレッジでは、驚く事に、そんなストレスは全くなく、本当に自由な環境で、それぞれがパランスをとって、暮らしています。

植物療法

平垣 美栄子 の



平垣 美栄子 プロフィール

1997年フィットセラピーサロン「ディ・エステ・ガーデン」を開設し、ハーブを使った独自の技術を展開。2000年よりフィットセラピストを育成スタート。2006年9月にヒルデガルトフォーラムジャパンを立ち上げ「ヒルデガルト自然学セミナー」を中心に、より深いフィットセラピーの世界を研究。2007年よりドイツのハイムプラクティカの師匠を日本に招き、屋久島、穂高、高野山などで、フィットセラピー講座&イベントを開催。2012年、一般社団法人自然療法機構(NaO)を開設し、全国の有志と共に日本における自然療法を世界に発信する準備に日々猛進中。活動のひとつに日本の知恵を繋げる「1本草プロジェクト」開始。(福島・宮城)編を制作。2015年9月京都にてNaOフェスを予定。来春、屋久島にて、ヒルデガルト合宿企画。来秋、ドイツライン河にて、NaOフェス企画。

「ディ・エステ・ガーデン」 0797-21-5001

本、自由参加で、お寝坊さんは、与えられた個室で、誰にとがめられる事なく、ぐっすり眠れるのです。7時頃から朝の食事スタートで、野菜中心の食事です。ピーガン用のメニューもあり(ベジタリアンの中で、乳製品も省かれるもの)全ての人に配慮しています。卵、バターなども使われていて、ピュッフェスタイルなので、ついつい取り過ぎてしまっています。私は日頃、ベジタリアンでは無いのですが、痩せるかな?と思っていたのですが、残念ながら、素晴らしい食欲で、帰るころには顔がまん丸になっていました。

午後 毎日、勉強のカリキュラムは変わるのですが、今回は何といても、参加者の目的はサティシユ先生と話せる事だったに違いないので、輪になって、問答が繰り返されるサティシユさんのセッションでは、遅刻する人もなく、そして、ここで、働く一部の先生たちも参加して、全員が目を輝かせて、聞きまわりました。3日目のセッションは何と、その地域にある、トランジエスタウン「トトネス」に繰り出して、カフェでそれが行われました。通常は1年間の修士課程の他に1か月、1週間の短期コースもあります。けれども、今回のような日本人中心の通訳ありのコースはシューマツハカレッジ自体初めての事だったので、サティシユ先生も、とても楽しんでるように見えました。

ある日は、ガイヤ理論を教えている、シューマツハカレッジの先生と「ディ・ブライムウォーク」何キロもかけて、歩きながら、その風景や音、風、香を感じながら、地球の誕生から、現在までを語ります。話をききながら、傍らに咲く植物たちを横目で見ながら、私たち人間が、これからはいかなければならない諸々を考えずにはいられない時間を過ごしたのです。(次号につづく)

スキンケアしながらUVケア

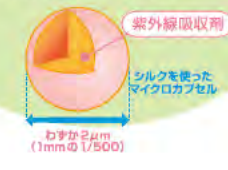
POLICY

「肌に負担をかける成分を極力使わない」というポリシーを貫き、天然素材の力を研究し尽くして生まれたのがポリシー化粧品。このポリシーブランドならではの「天然力」にこだわった日焼け止め『サンブロック』がさらに肌に優しくなってリニューアル発売。

天然のUVケア成分で
しっかり、優しく守る。
天然素材「カンゾウ根エキス」が
紫外線から肌を守ります。

こだわり処方

- オーガニック成分配合
- 無添加(パラベン・香料・着色料・アルコール)
- カプセル処方
べたつきや刺激の原因である紫外線吸収剤をシルクカプセルに閉じ込めました。軽い付け心地なのにデリケートな肌も紫外線からしっかり守ります。



スキンケアもしっかり。 (全21種の天然スキンケア成分)

潤い 美白 美白

ホホバ種子油 オウゴン根エキス ボタンエキス

肌アレ防止 美白

アルニカ花エキス フェブダイジュ花エキス



2016年3月リニューアル
ポリシー サンブロック(日焼け止め) SPF30 PA++++

※美白…メラニンの生成を抑え、日焼けによるしみ・そばかすを防ぐ



ポリシー化粧品 株式会社日本ビューティコーポレーション
本社 〒104-0061 東京都中央区銀座4-10-16 URL: http://www.policy.co.jp/

東京 / 03-3671-8731(代)
大阪 / 06-4800-6000

