

修道女・ヒルデガルトの薬草学を生活に活かす

# ヒルデガルトの植物を学ぶ会

ドイツには多くの地域で薬草園が見られ、園内には「ヒルデガルトの植物区画」が特別に設けられている所も少なくありません。12世紀の修道女ヒルデガルト・フォン・ビンゲン（1098-1179）が50歳を過ぎてから執筆した『フィジカ』（自然学）では薬草230種、樹木63種の解説がなされ今に生かされています。この講座ではヒルデガルトを通して植物のパワーを学び、彼女の人となりを知る手がかりになる知識を探求していきましょう。

レアでマニアックな少人数講座

選べる来校 or オンライン講座

後から動画配信あり

## 修道院の薬箱 関節や筋肉のトラブルのハーブ療法 担当：林 真一郎

ハーブは一般にこころの領域やホルモンの調整などに効果を発揮しますが、その一方で関節リウマチや痛風など炎症や痛みを伴う病気にも対応が可能です。今回はそうしたニーズに応えるデビルズクロウやネトル、バーチやダンディライオンについて解説します。

## ヒルデガルトの植物を学ぶ 担当：豊泉 真知子

### シルバーバーチ シラカバ

シラカバの木は春、光、そして新しいエネルギーの象徴です。4月の終わりに森から採取したシラカバの木を広場の中心に立て、5月1日に木につけたリボンを手に取りメイポールの周りを踊って春を祝いました。古代でもシラカバの木は人々が生きるために必要なすべてを提供しました。若い樹皮はケープ、マット、バッグ、靴や容器、スプーン、皿を作るために使われました。お茶としてのシラカバの葉は腎臓と膀胱を非常に強く刺激するので、多くの尿を排泄します。その結果、肌の問題も改善します。ヒルデガルトは、「シラカバは温性で、至福を表わす。肌が発赤し始め、腫れて中に膿がたまったときには、何本かのシラカバの若枝を天日または、火で温め、この腫れた部分に当てて、固定すると良い」と『フィジカ』（自然学）に載せています。

### 精神療法 No.18 名誉欲 - 神への畏敬

関連する部位：第11胸椎、尿管、泌尿器系、腰および大腿部、とくに腎臓、副腎

症状：尿管の炎症、燃え尽き症候群、腎臓の不調、腎盂炎、腎疝痛、高血圧

精神療法：節食療法、祈り、鍛錬

神への畏敬とは、偉大なもの、すばらしいもの、荘厳なものに対して人間の中から湧き出す最も高貴な美德、創造への敬愛です。神への畏敬の念には、エゴへの欲求から私たちを解放する力があります。虚栄心に振り回されがちなこの社会で、名誉欲は強力なモチベーションのひとつですが、宇宙の偉大さや美しさから見れば痛々しくて滑稽です。私たちが人生の罫にはまってしまったときは、畏敬の念が立ち直らせてくれます。

### 宝石療法 エメラルド

グリーンのエメラルドは創造力の化身です。創造の力は、あらゆる被造物の中に生命力として見出すことができます。エメラルドの指輪またはネックレスを直接肌に触れるように身につけてください。この石の力は生命エネルギーを強めて、あらゆる衰弱状態に対して効果を発揮します。

講座日程・場所

講座概要

講師

80回 3月14日（金）

13：00～14：45

¥3,850-（税込）

ソフィアフィットセラピーカレッジ  
（自由が丘）または  
オンライン（zoom）

持ち物などの詳細については  
ホームページをご覧ください

豊泉 真知子  
林 真一郎



修道女・ヒルデガルトの薬草学を生活に活かす

# ヒルデガルトの植物を学ぶ会

ドイツには多くの地域で薬草園が見られ、園内には「ヒルデガルトの植物区画」が特別に設けられている所も少なくありません。12世紀の修道女ヒルデガルト・フォン・ビンゲン（1098-1179）が50歳を過ぎてから執筆した『フィジカ』（自然学）では薬草230種、樹木63種の解説がなされ今に生かされています。この講座ではヒルデガルトを通して植物のパワーを学び、彼女の人となりを知る手がかりになる知識を探求していきましょう。

レアでマニアックな少人数講座

選べる来校 or オンライン講座

後から動画配信あり

## 修道院の薬箱 関節や筋肉のトラブルのハーブ療法 担当：林 真一郎

ハーブは一般にこころの領域やホルモンの調整などに効果を発揮しますが、その一方で関節リウマチや痛風など炎症や痛みを伴う病気にも対応が可能です。今回はそうしたニーズに応えるデビルズクロウやネトル、バーチやダンディライオンについて解説します。

## ヒルデガルトの植物を学ぶ 担当：豊泉 真知子

### シルバーバーチ シラカバ

シラカバの木は春、光、そして新しいエネルギーの象徴です。4月の終わりに森から採取したシラカバの木を広場の中心に立て、5月1日に木につけたリボンを手に取りメイポールの周りを踊って春を祝いました。古代でもシラカバの木は人々が生きるために必要なすべてを提供しました。若い樹皮はケープ、マット、バッグ、靴や容器、スプーン、皿を作るために使われました。お茶としてのシラカバの葉は腎臓と膀胱を非常に強く刺激するので、多くの尿を排泄します。その結果、肌の問題も改善します。ヒルデガルトは、「シラカバは温性で、至福を表わす。肌が発赤し始め、腫れて中に膿がたまったときには、何本かのシラカバの若枝を天日または、火で温め、この腫れた部分に当てて、固定すると良い」と『フィジカ』（自然学）に載せています。

### 精神療法 No.18 名誉欲 - 神への畏敬

関連する部位：第11胸椎、尿管、泌尿器系、腰および大腿部、とくに腎臓、副腎

症状：尿管の炎症、燃え尽き症候群、腎臓の不調、腎盂炎、腎疝痛、高血圧

精神療法：節食療法、祈り、鍛錬

神への畏敬とは、偉大なもの、すばらしいもの、荘厳なものに対して人間の中から湧き出す最も高貴な美德、創造への敬愛です。神への畏敬の念には、エゴへの欲求から私たちを解放する力があります。虚栄心に振り回されがちなこの社会で、名誉欲は強力なモチベーションのひとつですが、宇宙の偉大さや美しさから見れば痛々しくて滑稽です。私たちが人生の罨にはまってしまったときは、畏敬の念が立ち直らせてくれます。

### 宝石療法 エメラルド

グリーンのエメラルドは創造力の化身です。創造の力は、あらゆる被造物の中に生命力として見出すことができます。エメラルドの指輪またはネックレスを直接肌に触れるように身につけてください。この石の力は生命エネルギーを強めて、あらゆる衰弱状態に対して効果を発揮します。

講座日程・場所

講座概要

講師

80回 3月14日（金）

13：00～14：45

¥3,850-（税込）

ソフィアフィットセラピーカレッジ  
（自由が丘）または  
オンライン（zoom）

持ち物などの詳細については  
ホームページをご覧ください

豊泉 真知子  
林 真一郎





修道女・ヒルデガルトの薬草学を生活に活かす

# ヒルデガルトの植物を学ぶ会

ドイツには多くの地域で薬草園が見られ、園内には「ヒルデガルトの植物区画」が特別に設けられている所も少なくありません。12世紀の修道女ヒルデガルト・フォン・ビンゲン（1098-1179）が50歳を過ぎてから執筆した『フィジカ』（自然学）では薬草230種、樹木63種の解説がなされ今に生かされています。この講座ではヒルデガルトを通して植物のパワーを学び、彼女の人となりを知る手がかりになる知識を探求していきましょう。

レアでマニアックな少人数講座

選べる来校 or オンライン講座

後から動画配信あり

## 修道院の薬箱 関節や筋肉のトラブルのハーブ療法 担当：林 真一郎

ハーブは一般にこころの領域やホルモンの調整などに効果を発揮しますが、その一方で関節リウマチや痛風など炎症や痛みを伴う病気にも対応が可能です。今回はそうしたニーズに応えるデビルズクロウやネトル、バーチやダンディライオンについて解説します。

## ヒルデガルトの植物を学ぶ 担当：豊泉 真知子

### シルバーバーチ シラカバ

シラカバの木は春、光、そして新しいエネルギーの象徴です。4月の終わりに森から採取したシラカバの木を広場の中心に立て、5月1日に木につけたリボンを手に取りメイポールの周りを踊って春を祝いました。古代でもシラカバの木は人々が生きるために必要なすべてを提供しました。若い樹皮はケープ、マット、バッグ、靴や容器、スプーン、皿を作るために使われました。お茶としてのシラカバの葉は腎臓と膀胱を非常に強く刺激するので、多くの尿を排泄します。その結果、肌の問題も改善します。ヒルデガルトは、「シラカバは温性で、至福を表わす。肌が発赤し始め、腫れて中に膿がたまったときには、何本かのシラカバの若枝を天日または、火で温め、この腫れた部分に当てて、固定すると良い」と『フィジカ』（自然学）に記載しています。

### 精神療法 No.18 名誉欲 - 神への畏敬

関連する部位：第11胸椎、尿管、泌尿器系、腰および大腿部、とくに腎臓、副腎

症状：尿管の炎症、燃え尽き症候群、腎臓の不調、腎盂炎、腎疝痛、高血圧

精神療法：節食療法、祈り、鍛錬

神への畏敬とは、偉大なもの、すばらしいもの、荘厳なものに対して人間の中から湧き出す最も高貴な美德、創造への敬愛です。神への畏敬の念には、エゴへの欲求から私たちを解放する力があります。虚栄心に振り回されがちなこの社会で、名誉欲は強力なモチベーションのひとつですが、宇宙の偉大さや美しさから見れば痛々しくて滑稽です。私たちが人生の罫にはまってしまったときは、畏敬の念が立ち直らせてくれます。

### 宝石療法 エメラルド

グリーンのエメラルドは創造力の化身です。創造の力は、あらゆる被造物の中に生命力として見出すことができます。エメラルドの指輪またはネックレスを直接肌に触れるように身につけてください。この石の力は生命エネルギーを強めて、あらゆる衰弱状態に対して効果を発揮します。

講座日程・場所

講座概要

講師

80回 3月14日（金）

13：00～14：45

¥3,850-（税込）

ソフィアフィットセラピーカレッジ  
（自由が丘）または  
オンライン（zoom）

持ち物などの詳細については  
ホームページをご覧ください

豊泉 真知子  
林 真一郎



修道女・ヒルデガルトの薬草学を生活に活かす

# ヒルデガルトの植物を学ぶ会

ドイツには多くの地域で薬草園が見られ、園内には「ヒルデガルトの植物区画」が特別に設けられている所も少なくありません。12世紀の修道女ヒルデガルト・フォン・ビンゲン（1098-1179）が50歳を過ぎてから執筆した『フィジカ』（自然学）では薬草230種、樹木63種の解説がなされ今に生かされています。この講座ではヒルデガルトを通して植物のパワーを学び、彼女の人となりを知る手がかりになる知識を探求していきましょう。

レアでマニアックな少人数講座

選べる来校 or オンライン講座

後から動画配信あり

## 修道院の薬箱 関節や筋肉のトラブルのハーブ療法 担当：林 真一郎

ハーブは一般にこころの領域やホルモンの調整などに効果を発揮しますが、その一方で関節リウマチや痛風など炎症や痛みを伴う病気にも対応が可能です。今回はそうしたニーズに応えるデビルズクロウやネトル、バーチやダンディライオンについて解説します。

## ヒルデガルトの植物を学ぶ 担当：豊泉 真知子

### シルバーバーチ シラカバ

シラカバの木は春、光、そして新しいエネルギーの象徴です。4月の終わりに森から採取したシラカバの木を広場の中心に立て、5月1日に木につけたリボンを手に取りメイポールの周りを踊って春を祝いました。古代でもシラカバの木は人々が生きるために必要なすべてを提供しました。若い樹皮はケープ、マット、バッグ、靴や容器、スプーン、皿を作るために使われました。お茶としてのシラカバの葉は腎臓と膀胱を非常に強く刺激するので、多くの尿を排泄します。その結果、肌の問題も改善します。ヒルデガルトは、「シラカバは温性で、至福を表わす。肌が発赤し始め、腫れて中に膿がたまったときには、何本かのシラカバの若枝を天日または、火で温め、この腫れた部分に当てて、固定すると良い」と『フィジカ』（自然学）に載せています。

### 精神療法 No.18 名誉欲 - 神への畏敬

関連する部位：第11胸椎、尿管、泌尿器系、腰および大腿部、とくに腎臓、副腎

症状：尿管の炎症、燃え尽き症候群、腎臓の不調、腎盂炎、腎疝痛、高血圧

精神療法：節食療法、祈り、鍛錬

神への畏敬とは、偉大なもの、すばらしいもの、荘厳なものに対して人間の中から湧き出す最も高貴な美徳、創造への敬愛です。神への畏敬の念には、エゴへの欲求から私たちを解放する力があります。虚栄心に振り回されがちなこの社会で、名誉欲は強力なモチベーションのひとつですが、宇宙の偉大さや美しさから見れば痛々しくて滑稽です。私たちが人生の罫にはまってしまったときは、畏敬の念が立ち直らせてくれます。

### 宝石療法 エメラルド

グリーンのエメラルドは創造力の化身です。創造の力は、あらゆる被造物の中に生命力として見出すことができます。エメラルドの指輪またはネックレスを直接肌に触れるように身につけてください。この石の力は生命エネルギーを強めて、あらゆる衰弱状態に対して効果を発揮します。

講座日程・場所

講座概要

講師

80回 3月14日（金）

13：00～14：45

¥3,850-（税込）

ソフィアフィットセラピーカレッジ  
（自由が丘）または  
オンライン（zoom）

持ち物などの詳細については  
ホームページをご覧ください

豊泉 真知子  
林 真一郎

