

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 クローブ・コウリョウキョウ・コモンマロウ・コリアンダー 担当：林 真一郎**

テキストである『修道院の薬草箱』（フレグランスジャーナル社）に掲載されているハーブからクローブ・コウリョウキョウ・コモンマロウ・コリアンダーの4種類をとりあげて解説します。（p38～p45）

 **ヒルデガルトの植物を学ぶ 担当：豊泉 真知子**

◇エルダー セイヨウニワトコ ドイツ語：Holunder 学名：Sambucus nigra L.

ヒルデガルトは黄疸の際の興味深い発汗療法について次のように記しています。エルダーの葉を熱した石に置いて、水を注ぎ、蒸気浴をします。「それからエルダーの新芽を混じりけのないワインに入れて、ワインにその風味をつけ、それを蒸気浴しながら飲みなさい。浴した後は、ベッドに入り、汗をかくこと。これをしばしば行えば、治癒します」また、エルダーの花、実、樹皮、葉など、あらゆる部位には排出の作用があり、治療効果が高く、昔は一家に一本植えられていた植物でした。また、家庭と子どもの守り神として崇拜されていた「ホレおぼさんの化身」と考えられており、花には魔よけの力があるとされている五角形が見えます。

◇精神療法 No.23 不正 - 正義

関連する部位：第4腰椎、前立腺、腰および大腿部

症状：前立腺の病、座骨神経痛、燃え尽き症候群、ホルモンの減少、性欲減退、腎臓および副腎の衰弱、腎結石、骨髄炎、リウマチ、静脈瘤、痔、腰や膝の関節炎と関節症

精神療法：節食療法、祈り、体を鍛える

◇正義とは？

私たちは、他者にも生きる場を与える正義を望んでいます。正義は、すべての人間との共演が奏でるシンフォニーの美しい響きのようなものです。公明正大な世界とは、まだ声を持たない、あるいは自分を守る術がないがゆえに抵抗できないすべての人、とくにまだ生まれていないものへの思いやりを持つ者たちの世界です。

◇宝石療法 アクアマリン／ベリル（緑柱石／藍玉）

アクアマリンは好戦的な気持ちを鎮め、身につけている人に寛容さと妥協の気持ちを与えます。ブルーのアクアマリンまたはグリーンのベリルの指輪かネックレスを身につけましょう。石を見るだけでも、危機的な状況でも穏やかな気持ちを持ち続け、他人と争わずにすみます。



講座日程・場所

講座概要

講師

85回 6月5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
HPをご覧ください

豊泉 真知子
林 真一郎



（一社）日本フィットセラピー協会・（一社）日本ハンドケア協会 直営校
Sophia Phytotherapy College

東急東横線・大井町線 自由が丘駅 徒歩3分

お申込み・詳細はコチラから

 03-3722-0004  <https://sophia-college.jp>

158-0083 東京都世田谷区奥沢5-41-12 ソフィアビル

