

私たちのヒーリング体験

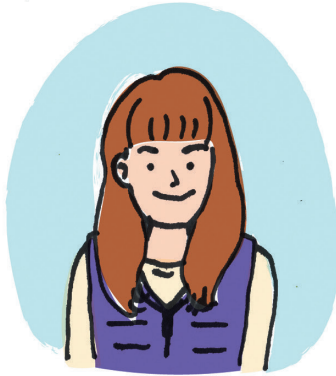
～アストライアの癒しのプログラムを経て～

魂の傷つきを癒し、解放するアストライアの「サブコンシャス・ヒーリング」コース。

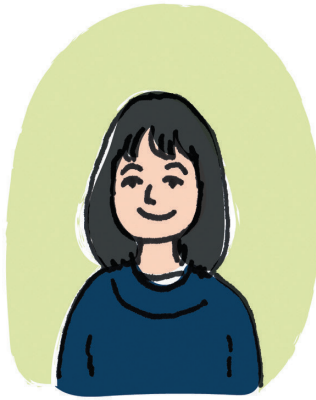
一体どのように自分が変わっていきけるのでしょうか？

今回、アストライア会員の3名の方々に、体験談を語っていただきました。

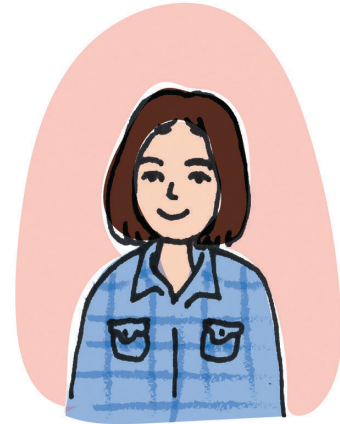
イラスト／ちよやあいみ 構成・文／朝倉奈緒



Kさん 40代 接客業



Mさん 50代 団体職員



Hさん 40代 IT系営業アシスタント

アストライアとの
出会いのきっかけは？

K 受験に失敗して、これからどうしよう…と悶々としている時期に、アストライアのヨガと潜在意識のことが書かれていた本を、地元の本屋で偶然手にしました。その内容に感銘して、すぐにアストライアに電話をかけ、茶話会に出席したのがきっかけです。ここでは、潜在意識や自己変革のことなどの講話や質疑応答があり、まずはヨガを始めようと思いました。

M 父の海外赴任に同行していた母が突然の交通事故で亡くなり、半年間くらい気持ちが宙に浮いてしまっていたときに友人に前世療法の本を紹介され、来世で母に会えると思ったら気持ちがすごく落ち着いたんです。その後前世療法やチャネリングの本を読みあさっていたときに、新聞広告でアストライアのチャネリングを知り、受けたのが最初です。

H 当時、私がヨガインストラクターをしていた教室の主催したセミナーに、講師として来られたのがアストライアの先生方でした。潜在意識のお話やヨガの内容が今まで自分がやってきたものと全く異なるので、とてもセンセーショナルな出来事として印象に残ってしまいました。その後、田舎の実家に戻ることになり、しばらく今後の進路について考える時間がありました。その中

で、アストライアのことかどうしても気になって、チャネリングを依頼しました。その結果をみて、やはり「ここだな」と直感し、カウセリングを受けにアストライアを訪ねました。

ヒーリングを受けて、自分がどのように変わってきましたか？

K 以前は緊張がとても強くて、というかそれさえも自覚していませんでした。人間関係がうまくいかなくて、すぐに諦めてしまったり、仕事も続かなかつたり。アストライアのヨガで気力・体力をつけながら、自分を見つめる時間を持つようになりました。そして、コーチングやチャネリングで気づきやヒントを得て、緊張の原因となる意識がヒーリングで癒されて、ずいぶん楽になりました。劇的に変わったんじゃないかと、それらの積み重ねで自分らしくなってきたんですね。今では、職場で色々あっても問題から逃げずにうまく対処し、解決できるようにになりました。昔はすぐやめていた仕事も、今では10年以上続けられているので自分にとってはすごい変化です。こうして変わっていきけるのがチャンスだと思うので、もっともっと自分を高めたい、自己探求を続けて内面をきれいにしていきたいと思っています。

M 母を亡くした私の様子に、周囲は「一人でいるのはよくない」など、声をかけてくれたけれど、どんな言葉も



佐多美佐 さたみさ

株式会社アストライア代表取締役。サブコンシャス・ヒーラー。ヨガ指導者。文化服装学院非常勤講師。潜在心理士。長年にわたり商社で管理職を務めた経験と人間学を研究した実績を融合し、メンタルヘルス、ホリスティックヘルスの立場から、独自のストレスマネジメント、およびコーチング、癒しに取り組む。



『癒す力はあなたの中に』

佐多美佐 著 現代書林刊
1,300円＋税

アストライアで行っているヨガをはじめ、チャネリング、コーチング、ヒーリングなどについて、体験者の事例を用いて詳しく解説。「ストレスから解放されたい」、また「自分を見つめ直すためにはどうしたらいいのか」と悩んだとき、答えを導き出すためのヒントがあります。

アストライアは、心とからだの
ホリスティックケアを目指しています。



サブコンシャス・ コーチング

サブコンシャス・コーチングの様子。ただ話を聞いてもらうのではなく、心の中が整理され、自分が気づいていなかったことも引き出されていきます。



サブコンシャス・ チャネリング

サブコンシャス・チャネリングでは、チャネラーが超微弱な意識を感じ取り、潜在的な思いや母胎内での出来事など、今に影響を与えているものを伝えます。



ヨガ

自分を見つめるために行う「ヨガと瞑想」。一人ひとり個人差があるため、個人レッスンが中心です。人と比べることなくマイペースに続けることができます。



アストライア インスティテュート

東京都港区麻布十番1-10-3-1001
TEL：03-5570-5258
地下鉄南北線・大江戸線 麻布十番駅5a出口から徒歩1分
休所日：毎週月曜・他、イベント時
<http://www.ast-a.com>

響かなくて…。佐多先生と初めてお話したとき、「やっとう会えた」という衝撃で、ずっと涙が止まりませんでした。今振り返ってみると、新しいドアが開いたという感じです。あまりの衝撃と新しい分野のお話なので、自分の中では消化しきれず、アストライアで何かを始めるまでに至らずじまいでした。そのうち、何事もうまくいかなくなっていくようで、行き詰まりを感じ、1年半後にもう一度チャネリングとカウンスリングを受けました。そこから、ヨガとヒーリングをほぼ同じ時期にスタートしました。以前の私は、本当はやらなくていいことも、「自分しかやる人がいない」と自己犠牲のようにあれこれやっていました。頼られることも多く、人の役に立つことも嫌いじゃない。でも、客観的にみていなかった

なあと思います。ヨガをしていなかったら心身共に病気になるって、入院していたらどうと本当に怖くなります。親からの価値観や「ねばならない」という思いでガチガチに自分を縛っていたけれど、ヒーリングでそれらが癒されて、本来の自分を取り戻しつつあります。全部解放して癒してもっと楽になりたい。その延長線上で、今生自分がしたいことに進んでいけると思っています。

差し込んだ感じがしました。しばらく実家からヨガと同時に、アストライアの潜在心理カウンセラー養成コースに通い、座学を学びながらヨガをすることうで、自分と家族との関係が変わってきたのが目に見えてわかったんです。その後、住居も東京に移して、本格的にヨガやヒーリングに取り組みました。最初に受けていたチャネリングでは「父に対する怒りがある」と出て、父を尊敬しているのに何故？と思っていました。父が、見えていなかった両親の別の側面に気づく機会も増え、怒りの潜在意識も解明されていきました。ヨガとヒーリングで不安は減り、考え方や物の見方、行動が変わり、心が強く柔らかくなってきました。前の私は、一匹狼的なところがあって、周りはどうでもいいと思っていました。アストライアに来て、人との関係もいろいろ

のだなと感じます。最近では、母が本音を話してくれるようになったり、兄弟とも交流が増えたり、家族の絆が深まっています。他人に流されず、自分の意見をしっかりと伝え、人間関係も大切にしていきたいと思っています。

ヒーリングで気持ちが前向きに

アストライアと出会ったことで「新しい扉が開いた」「暗いトンネルに光が差した」というポジティブな感情が生まれた皆さん。自己をみつめるヨガと瞑想、気づきを促すチャネリング、心の中を整理しヒントを得るコーチング、そしてヒーリングで潜在的な傷つきなどを癒し解放することで、本来の自分を取り戻していく。そういったことを実践されている皆さんは、とてもスッキリとした、穏やかな表情をされていました。