

秋を感じながら、音と踊りの癒しを…。

クリスタルボウルヒーリング & 花鳥風月

秋になり、風がすがすがし、ちょっぴり肌寒く感じるようになりました。
草むらからは虫の声が聴こえ、木々を見上げると葉が色づいていて、ふと気づくと、どこからともなく甘い香りが漂い、腰を下ろすと太陽と大地の温もりが体中に伝わってくるのが分かります。
その中で、クリスタルボウルを奏で、舞います。見て、感じて、さまざまな発見や体験をお楽しみください。



クリスタルボウルとは

クリスタルボウルは、水晶製のボウル型をした楽器です。7つのボウルを奏でることにより、ストレス軽減・リラクゼーション効果・感情の開放・新陳代謝を活性化し、心身のバランスを取るなどの効果が数多く報告されています。最近では、音楽楽器の他、代替医療・ヨガや瞑想のBGM・サウンドセラピー・音楽(音響)療法・風水のツールなど、「癒し」のために演奏されています。

クリスタルボウルヒーリング & 花鳥風月

日時： 11月3日(月・文化の日) 13:30~16:00

場所： 四季の森公園 春の草原(地面の状態により変更あり)

参加費： 一部・二部の通しで 2000円

お申し込み： info@kyo-crystalbowl.net または 090-3911-0493(福島)

内容： ★一部：クリスタルボウルヒーリング

寝転んで聴いていただきます。自然と音との一体感をお楽しみください。

★ブレイク・タイム

ささやかなおやつをご用意します。飲み物持参にご協力ください。

★二部…クリスタルボウル演奏&舞踊「花鳥風月」村上美樹

クリスタルボウルの音にあわせて、「花鳥風月」村上美樹がしなやかに舞います。

楽器をお持ちの方、歓迎します！即興セッションしましょう。

★自由交流&クリスタルボウル体験会

参加者交流の時間。クリスタルボウルや踊りを実際に体験していただけます。指導もいたします。

お願い

- ・ブルーシートはこちらでご用意いたしますが、バスタオル・ブランケット等が必要な方は、各自でご用意ください。
- ・ブレイク・タイムでおやつをご用意いたします。お飲み物についてはご持参いただくようご協力をお願いいたします。
- ・二部では、楽器を持参していただければ、即興セッションをしてみたいと思います。お申し出ください。
- ・参加費は、園内でのトラブルを避けるため、イベント開始前に園外でお支払い願います。詳細はお申し込み後に改めてご案内いたします。

プロフィール



福島照代

2007年夏より、クリスタルボウルと自己と人々と向き合いながら、演奏法や心身の影響について学ぶ。今年の春より、奏者として本格的に活動を開始する。二児の母。
<http://kyo-crystalbowl.net/>

村上美樹

舞踊スペース「花鳥風月」主宰。
幼少から様々なダンスを学ぶ。舞踊教師歴20年以上。現在では、バレエを基本とした美しい姿勢、身体により動き、音やリズム、見る人も踊る人も癒される日本の伝統芸能、和太鼓を使った踊りなどを研究している。クリスタルボウル奏者。
<http://www.japanese-fairy.com/>

