

自身の不調や悩みに合わせさまざまなメンテナンスを取り入れられている、人気アロマセラピスト・小林ケイさん。セラピストに必要な「ボディ」「エネルギー」「ビジネス」を各専門家に読み解き整えてもらうことで、どのように自身の活動に生かすことができるのか、実際に受けるセッションを通じて解説してもらいました。取材・文◎山村浩子

セラピストのための心身メンテナンス

人気セラピスト

小林ケイさんを支える

3人のプロフェッショナルたち

自分のエネルギーがクライアントに必ず伝わる

「私は元々、身体が弱かったこともあり、自分自身のメンテナンスは常に欠かしません」と、人気セラピストの小林ケイさん。セラピストが自分の心身を整えておくことは、仕事のクオリティを維持するために必須だと話します。「たとえば体調の悪さを取り繕って、手技を滞りなく済ませたとしても、それは決してクライアントにとって良いセッ

ションにはなりません。セラピストのエネルギー状態は、必ずクライアントに影響するからです」

例えば……小林さんは以前に、すごく緊張しているセラピストに施術を受けたことがあります。

「その時は特に何も感じませんでした。翌日、身体が鉛のように重く、ひどい頭痛にも見舞われました。施術をする側と受ける側のエネルギーは互いに影響しあうので、セラピストの緊張がそのまま伝わったのでしょう。セラ

ピストは常に心身を心地よい状態に保ち、クライアントを迎え入れることが大切です」

現役セラピストとして、自身が主宰するアロマスクール講師として、日々忙しく過ごす小林さん。自分のメンテナンスとして、1〜2週間に1度はアロマセラピートリートメントを受けているそうです。

「疲れたから受けるのでは遅く、疲れの前に、疲れないために受けるようにしています。お願いするのは主に卒業

生のセラピスト。卒業生は、私が提唱しているアウエイクニング・アロマセラピーのスキルを習得しているのに加え、他の技術を融合させ、独自のトリートメントへ進化させている人もいます。信頼しているし、安心して身をゆだねることができます。受けるたびに、やはりアロマセラピーっていいなあ、と実感しますね(笑)」

Profile

こばやしけい 英国ITECアナトミーフィジオロジー&ボディマッサージュセラピスト、同アロマセラピスト。2017年に一般社団法人エッセンスオブヒールを設立し、認定セラピストの育成、Awakening Aromatherapyを普及するファシリテーター養成に力を注ぐ。著書『アロマとチャクラのレッスン』(小社刊)。WEB動画講座「セラピーNETカレッジ」に出演している。

バランス良く整えたい3つのメンテナンス

今年、一般社団法人「エッセンスオブヒール」協会の基盤刷新を行う小林さん。ビジネスコンサルタントに相談し、1人で抱え込まないようにしている。心身管理のためにはボディトリートメントとエネルギーヒーリングを定期的に受けている。

