

F L O W E R

自由な女の
ワンテーマ・マガジン
[フラウ]

8
2009 No.405
Dyen
12日発売

暑いのに、かたまってませんか？ 心とカラダ、 ゆるめるめる生活

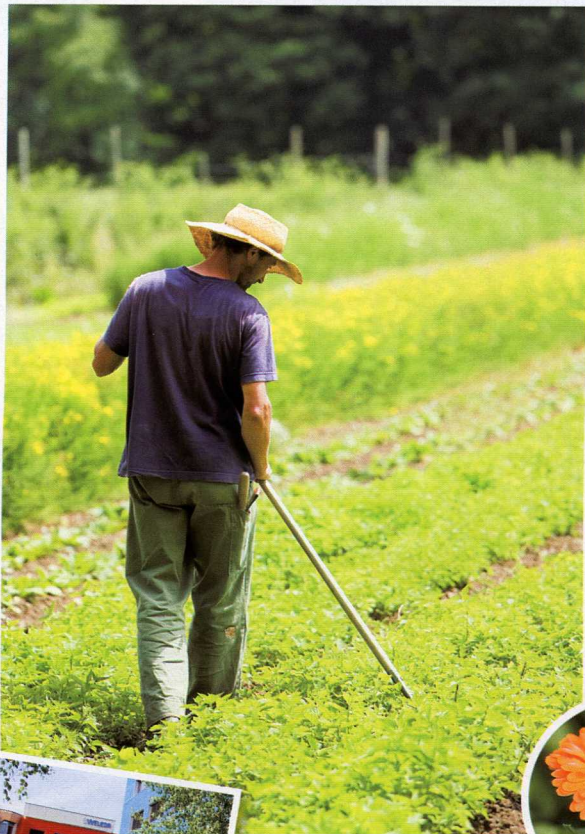
優香
サーフ&スローな
ハワイの朝



磯山さやか「噂の、ヌート
篠山紀信×川上未映
第2特
女のカラダ、メンテナンスの
綴じ込み付
水晶玉子 オリエンタル占星
200日カレンダー

わたし、フラウ.co
www.watashi-frau.co

常時4人のファーマーがバイオダイナミック農法の畑を管理している。



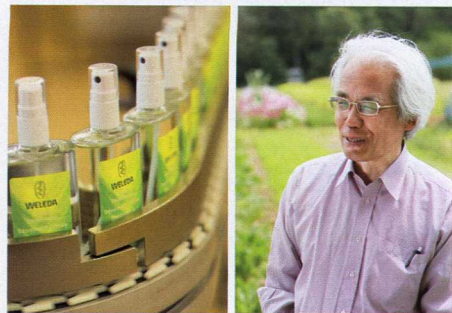
Weleda

in Switzerland

哲学者ルドルフ・シュタイナーと医師であるイタ・ヴェークマンが、植物を始め、自然の原料のみで自然医薬品を作り始めた発祥の地。アーレスハイムにはヴェレダの本社とイタ・ヴェークマンクリニック、そして2ヘクタールの畑がある。

無理なく、自然に、心地よく ヴェレダの考える リズムとは？

朝と夜、月と太陽、夏と冬。自然界にも、
私たちの生活にもリズムがある。
だけど私たちはつい、そのリズムを忘れてしまいがちだ。



右/長年、製品開発を統括している野中潤一博士。
左/厳しい品質管理のもと、商品が作られている。

左/ベビーシリーズに使われているオレンジ色の calendula の花。下/夏には世界中で人気となるシトラスシリーズ。



私たちの心と体を自然の リズムに調和させていく

どこまでも澄み切った青空の下、カモミールの花が風に揺れ、しっとりと瑞々しい calendula が咲き誇る……。ここはチューリッヒの空港から車で約1時間、フランスとドイツにほど近い、スイスの北部の小さな町、アーレスハイム。1921年、この町で、哲学者ルドルフ・シュタイナーが医師たちとともに、自然の原料のみで医薬品を作り始めた。それがヴェレダである。

法。化学肥料や殺虫剤を使わない点は有機栽培と同じだが、さらに一歩進めて、天体の動きまで取り入れて、植物の持つ力を最大限に引き出す農法である。その特徴は、大地に栄養を与えるのではなく、大地そのものの生命力を高めること。そして、宇宙や地球や植物が持っている、特定のリズムを尊重することに。ヴェレダの植物はすべて、このバイオダイナミック農法で育てられている。

たとえば、種まきや収穫の時期は、太陽・月・星などの運行に合わせて決めるという。また、多く

の場合、花を摘むのは朝、精油を

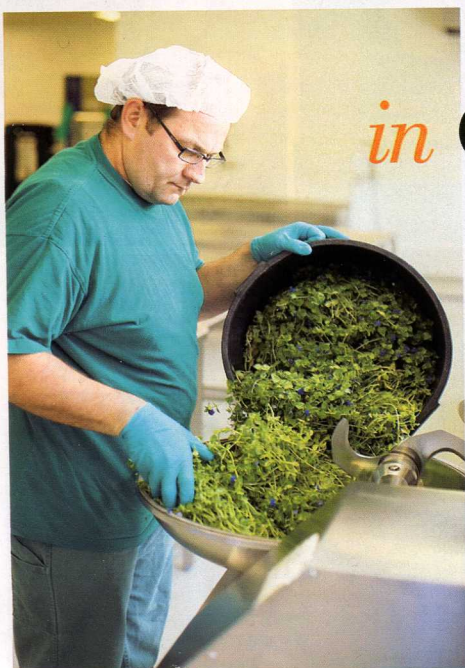
ヴェレダの農園では自然の恵みを存分に吸収し、
力がのびやかに育っていく。



Weleda

in Germany

ヴェレダグループの中核をなすドイツ社は美しいハーブ庭園に囲まれ、エコ建築としても有名。バイオダイナミック農法の畑も20ヘクタールとヨーロッパで最大規模。隣接する工場ですぐに加工し品質を保持。世界中に出荷している。



上/私たちの目の前で収穫された野草をすぐ加工。
右/社内の階段にはシュタイナー思想に基づく壁画が。



息を吸う」という1日のリズムに合わせているというのだから驚きだ。また、どの植物も、原生に近い環境をできる限り再現しながら育成。そのためか、畑の草花は不思議にとっても自由に、そしてリラックスしているようにも見える。

これらの植物を原料に化粧品を開発するとき、そこにもヴェレダ独特の植物観がある。植物がどのような土地で育ち、どのように生長し、どのような姿・形をしているか、全体的にとらえて考えるというのだ。たとえばローズは、花・葉が大きく、根も広く張り、香りも豪華。そのすべてが大きく、バランスが取れていることから、

ローズを原料にしたスキンケアは、心と肌のバランスをとり、幸福感を与えてくれると考えている。

とはいえ、商品を使うときに難しく考える必要はない。まず、ボディオイルの蓋を開けてみよう。ふわっと広がる植物のやさしい香りに、思わず深呼吸し、なんだかほっとするに違いない。あるいは、乾燥きみな肌に、ワイルドローズの化粧水を使ってみよう。温いた喉を潤すかのごとく、すると肌に浸透していくことだろう。心も体も余計な力がすーっと抜け、静かに落ち着いていく。理屈ではない。その感覚こそが、ヴェレダを使う喜びなのだから。



祈るように手を動かすアン・ジョリス先生はリズムオイリングの権威。



1 リズムオイリング

現代女性は冷えているという。体だけでなく、会話も用件を伝えるだけで温かみがなくなったり。オイルを使い体を温めながら、8の字を描くような独特のマッサージを繰り返すうちにストレスから解放され、本来の自分のリズムを取り戻せるという。体も心にも静けさをもたらすヴェレダ独自のメソッドは日本のヴェレダ ナチュラルケア スタジオでも施術可能。



カウンセリングでオイルを選ぶ。

を取り戻すヒントが、ここにある

ヴェレダをもっと知るためのKeyword

ツッパで、ヴェレダがどうしてこんなにも愛されているのか……。

キーワードから、その秘密が見えてくる。

ヴェレダらしい生き方で自分らしいリズムを見つける
生活の中に自然があふれているスイス、そしてドイツ。この2カ国はもちろんヨーロッパでは、疲れや体調不良を感じたら、お風呂にゆっくりつかったり、しっかりと睡眠をとるなどして、ナチュラルリズムを整える意識がある。つ

が良きパートナーとなり、互いにバランスを取りあいながら調和し「あう」というヴェレダの理念が、多くの人々に受け入れられているのも当然かもしれない。
ヴェレダ社を訪ねるとたくさん笑顔に出会う。鉱物研究を続ける女性や、庭を手入れする男性。白衣にスーツ、カジュアルと服装も年齢も職種もさまざまだが、皆

エレダを選んだのか聞いてみた。「商品はもちろん、ヴェレダの考え方はとても素晴らしいと思うし、何よりヴェレダが好きなんだ」
実はスイスでは、男女とも労働の割合を選べる。育児を理由に男性が、労働時間を30%に減らす、ということもできるのだ。自分の生活やライフプランに合わせて、働き方を選ぶこと。これも自分ら

2 クリニックと薬局

スイス本社近くにあるヴェレダ創立に携わった医師イタ・ヴェークマンの名前を冠した自然療法の総合病院。内科、小児科、産婦人科、精神科など外科以外の治療を自然療法で行うほか、リズムオイリング、音楽や絵画を用いた芸術療法も。ドイツ本社に隣接している薬局は、病院、個人からヴェレダの自然薬を求める人に、薬をひとつから処方し発送している。



下/病院では音楽療法も。右/写真の女性がイタ・ヴェークマン。



産婦人科にある子供の遊び部屋に飾られた絵。



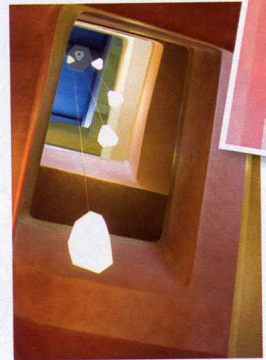
薬局では、ヴェレダの化粧品・医薬品をあちこちで見かける。

シュタイナーが最期を迎えた建物も残されている。



3 シュタイナーとゲーテアヌム

哲学、医学、農業、教育、文学、芸術、自然科学と世界中で受け継がれているシュタイナーの思想。スイス本社の近くにはシュタイナーが演劇を公演すべく建てられた劇場、ゲーテアヌムがある。現在も人智学協会の本部であり、ヴェレダの医薬品の学会なども行われている。まわりにはシュタイナーがデザインしたという建物が何棟も。毎年、多くの人を訪れている。



ゲーテアヌムの階段は、シュタイナーを象徴するパステル色に。

4 笑顔のスタッフ

植物を観察し始めて、開発に10年かかる商品も。バイオダイナミック農法で大切に育てられた植物はファーマーの手から商品開発、調香師、マーケティング、広報へとわたっていく。プライドと信念を持ちヴェレダで働く皆さんは誰もが植物の専門家。化粧品ブランドから自然派を求め移ってきたプロも多く、世界中で成長を続けるヴェレダの商品力につながっている。



老舗の食材店でもオーガニックのドライフルーツが並ぶ。

5

オーガニックが根付いた暮らし

スイスには昔からオーガニックショップが街中にたくさん。路地裏にオーガニックスーパーがあったり、フェアトレードで仕入れるおしゃれなチョコレートショップがあったり。まさに生活の一部！



焼きたてのパンやデリも買える。



スイス本社から歩いて10分ほどのところには、ヴェレダ創立とともに時を刻んできたイタ・ヴェークマンクリニックがある。花に包まれた建物の内部は、ピンクやオレンジなどの淡い色に彩色され、癒される空間となっている。

こちらでは、自然療法を軸に、音楽や絵画、ダンスなどによる芸術療法や、ヴェレダのオイルを使ったマッサージなども行っている。中でもリズムオイルリングという施

術は、痛みの緩和や精神治療にも役立てられ、植物の力で霊・魂・体 (body・soul・spirit) を調和させ、自分のリズムを取り戻すという、ヴェレダの術は日本でも受けることができ、私たちが陥りがちな慢性的な疲れや不眠症などストレス性の症状も体の芯から改善されていくという。女性たちが忙しく、不規則な生活になりがちなのは、世界中どこ

でも同じ。しかしヴェレダがその製品を通して教えてくれるのは、私たちは、自然界が奏でる普遍的なリズムの中にいるということ。月とともに海が満ち、星が流れ、太陽が昇り、また沈む……。気持ちをよく目覚め、呼吸をし、循環をさせ、眠りにつく。当たり前の毎日を、自然の営みに則して、ナチュラルに生きる。それが健康と美しさにつながる、シンプルな方程式なのかもしれない。