

#### 東京都在住 30代 会社員 シロビヤンガ／トラディショナル・アビヤンガ＋発汗法

施術を受けた日は、疲れが出る感じで、早めに就寝しましたが、いつもよりもよく眠れました。とてもリラックスできました。またお願いしたいと思っています。

#### 横浜市在住 30代 マハラニ・コース

初めてのサロンは緊張いたしますが、入ってみるとサロン内はすっきりとしていて清潔で落ち着く空間でした。アーユルヴェーダも初体験でしたが、せっかくなのでゆったりしたいと思い、マハラニコース135分を受けました。本当に、あっという間に感じるくらい心地よくて、気持ち良かったです。特に、シロダーラは、あっという間に感じます。また、是非是非 サロンに伺いたいと思います。

#### 横浜市在住 20代 リラクゼーション・アビヤンガ＋発汗法

アーユルヴェーダには以前から興味がありましたが、今回のアーユルシンフォニー様が初めての施術体験となりました。温かいオイルでのマッサージは初めてでしたが、とても心地よく感じられました。また、時間を感じさせないゆったりと出来る環境も整っており、少し贅沢なリラックスタイムを過ごすことが出来る場所でした。施術内容も豊富なため、また機会がありましたら伺いたいと思います。

#### 横浜市在住 40代 トラディショナル・アビヤンガ＋発汗法

先日はありがとうございました。初めてのアーユルヴェーダは暖かいオイルがとても気持ちよくとてもリラックス出来ました。ヨガとの組み合わせ、とても興味があります。施術後のチャイがとっても美味しかったです。しかし、興奮したせいか睡眠が浅くなり、その日の夜はずっと夢を見ていて、寝てるのか起きてるのか、わからない状態でした。

#### 川崎市在住 30代 会社員 トラディショナル・アビヤンガ＋発汗法、カティバスティ

いつも究極のリラクゼーションをいただいています。ありがとうございます。先回はいつものトラディショナルアビヤンガ＋発汗に加えて、今冬限定の「カティバスティ」をさせていただきます。腰から暖めていただくことで、いつもにも増してデトックスできた感じがしました。そのおかげか、その日の夜はかなり深く、ゆっくり眠ることができました。また伺わせていただきます。よろしく申し上げます。

#### 平塚市在住 30代 マハラニ・コース

以前よりアーユルヴェーダに興味があり、神奈川県でいいところかなと思ってネットで探し、とうとう10月28日(日)にアーユルシンフォニーさんでマハラニコースを受けてみました。マンションの一室ということで、ちょっとドキドキしましたが、とても穏やかに説明していただいて緊張もなく施術が受けられました。シロダーラが受けたくて行ったのですが、アビヤンガも気持ちよかったです。たまには、体に優しくしてあげることも必要だなと思いました。また、行きたいです。

#### 横浜市在住 20代 シロダーラ

アヴィヤンガはソフトなタッチだったので痛くなく、リラックスできました。紙パンツだけで施術を受けるのは初めてだったので最初はとても緊張していたのですが、あまりの気持ちよさに最終的にはされるがままに任せていました。シロダーラもアイマスクをされていたのでオイルが垂れてくる直前までドキドキしていました。その後も最初の10分ぐらいはビクビクしていましたが、だんだんと眠っているような、起きているような不思議な感じになって、35分間がとても長いような、あっという間だったような、何とも言えない経験でした。施術前に軽い頭痛を感じていたのですが、いつの間にか痛みも消えていました。施術後もじんわりと汗が出ている感じがしましたが、不快な感じはありませんでした。むしろもっと汗を出したくて帰りにスタバで温かいチャイを飲んだほどうです。夕食は一緒に予約した友人とバイキングで野菜やお豆腐などの料理を選んで食べました。自然と味の濃いものやお肉は食べる気がしませんでしたね。実は友人を家に泊める予定だったのですが、急な工事でホテルに泊まることになり、夜通しおしゃべりしてしまいそうな雰囲気だったのですが、お互いぐっすり眠ってしまいました。とても素敵な体験でした。またお願いします。

#### 横浜市在住 30代 シロダーラ

先日は、ありがとうございました。初めてのシロダーラは、とても気持ち良かったです。殆どずっと眠っていたように思います。その後、お通じがすぐにはなかったのですが(やっぱり便秘ぎみなんですか?)2-3日間、体調はとても良かったです。一時的に(数時間ほど)とても具合が悪くなって、それは驚きましたが、その後はまたさらに快調でした。肩こりも軽くなった気が…。アーユルヴェーダについて詳しくお話下さったのも良かったです。本当は自分で体調を整えてから施術を受けた方がいいんですね。先日は、おそらく一番疲れが溜まっているだろう時でした。せっかくだから、効果的なときにまた受けたいと思いました。お白湯を飲むということも聞いて良かったです。久しぶりのお白湯は美味しかったです。幼稚園以来でした。皆が牛乳を飲んでいるとき、私だけ白湯だったのです(牛乳が受け付けませんでした)。いつもは、惰性でコーヒーか紅茶をいれてしまって、カフェイン過多だったのが減らせるし、良かったと思います。

#### 藤沢市在住 30代パート マハラニ・コース/フェイシャル・トリートメント

とても気持ちのいいだるさが続いて、とても喉が渴いたので白湯をたくさん飲んだのであまりご飯は入りそうもない、、、って感じだったのですが、、友達みんなに誕生日をお祝いされて旦那にたくさん料理を用意されたので。。ついついビール少しとごちそうを食べてしまったのですが、、あまり食べられず、でも、次の日の寝起きや便通もとても良く、先生のいいつけを守らなかったにもかかわらず、こんなに効きがいいので、ちゃんとあまり食べずにゆっくり過ごしてビールも飲まなかったらもっと効いていたと思います。すごく気分もいいです。ありがとうございました。

#### 横浜市在住 20代 シロダーラ

今まで体験したことのない感じで心から安らげた気持ちがありました。朝の目覚めもよく体の中の毒がでてくるかんじがします。ホントに体験してみてよかったです。

#### 横浜市在住 30代会社員 トラディショナル・アビヤンガ+発汗法

アーユルヴェーダを施術できる場所を探していました。いろんな店舗もまわってみたのですが、なかなか本格的なところがなく、今回期待していたのですが、体質判断から、とても丁寧に対応していただきました。施術前後もゆっくり時間をとることができて、時間を急がされることもなくのんびり施術できる場所がすごくよいと思います。汗をほとんどかかない体質なのですが、少し汗が出る様になったり、ストレッチをしても体が温まりやすいような気がします。

#### 横浜市在住 30代会社員 リラクゼーション・アビヤンガ+発汗法

憧れであったアーユルヴェーダを受けれることになり、生まれて初めての体験に大変満足と感動をしました。今回2回目の施術を受けましたが、初回、今回と感じ方が違い、また次回がどんな感じ方や変化があるのか楽しみにしています。アーユルヴェーダ、インド医学、最高☆です。また、アーユルシンフォニーさんのサロンを貸切り、行き届いたサービスを受けられるのが何とも言えず、手放したくない空間です。。どうもありがとうございました。またよろしく願います。(タイ古式も絶品でした!!)

#### 相模原市在住 50代教職員 シロダーラ/フェイシャル・トリートメント

アヴィヤンガは、全身から無理な力と毒素が抜けていくようで、一言では表現できない心地良さでした。本当に癒されるというのは、こういうことだったのかという感じでした。シロダーラは頭の中の緊張がユルユルと解けて、こんなに楽になっていいの～?うつらうつらと夢をみているような時間でした。

#### 横浜市在住 30代自営 ファットバーニング・アビヤンガ+発汗法

最高でした。オイルの温かさと香りが心地良く、太田さんの施術により眠りに落ちてしまいました。最後のドームもあなどれませんね。終わった後、爽快でした。今日は、眠気を誘うだるさがあります。でもアーユルヴェーダをした後はいつも翌日のみになります。なのでゆったりと過ごすようにしています。しかしその次の日には、またすっきり。本当にありがとうございました。また6月に伺いたいと思います。それ

までに教えて頂いた、月光浴もやってみますね。シロビヤングのサービスのご案内、ありがとうございます。とても楽しみです。

#### 大和市在住 30代主婦 リラクゼーション・アビヤング+発汗法/シロビヤング/フェイシャルトリートメント

初めてのアーユルヴェーダ体験で、最初はちょっと緊張していたのですが、施術中は途中で寝てしまうくらいリラックスできました。オイルの香りや温度も心地良かったです。施術後は特に自覚するような体の変化はありませんが、顔色が良くなったと主人に言われました。

#### 横浜市在住 40代会社員 リラクゼーション・アビヤング+発汗法

カウンセリング～施術に至るまで流れるにとてもリラックスが出来ました。アーユルヴェーダ自体あまり知らないで、カウンセリングで丁寧にお話できた事で、施術に至るまでの理解が深まり、心身ともに解毒が出来た気がします。施術後の症状としてはだるさがあり、便の色がまったく変わり、なんだかやった感がありました。お肌もつるつるになり、是非定期的に通いたいと思います。何だか汚いものが出ている感があつていいです～心も体も月に1回位は大掃除したいものですよ。

#### 横浜市在住 30代会社員 リラクゼーション・アビヤング+発汗法

先日はありがとうございました。今までいろいろなリラクゼーションを受けてきましたが、こんなにリラックスでき、なおかつ勉強になったのは今回が初めてです！ 施術前にはアーユルヴェーダについて説明してくださったり、丁寧にカウンセリングをしてくださったので安心して施術を受けることができました。施術中はとっても気持ち良くてウトウトと…、施術後は心身ともにスッキリとしてあれほど重かった体が軽くなりました。リンパや血液が滞りなくさらさらと流れているような感じです～！ またぜひよろしく願い致します☆

#### 川崎市在住 40代会社員 マハラニ・コース

長時間お付き合いいただきありがとうございました m(\_ \_)m 初めてだったのでは…?! とても満面笑顔でゆとりのある女史に甘えつつ、内心はらはらでした。あれだけ防寒しても家路に着くまでにかかなり冷えまして f\_ ^; 帰宅後白湯を飲んで(早甘み)徐々に復活方向へ戻りました。やがて眠りにさそわれ朝は一度スッキリと目が覚めました。おかげさまで随分と身体が軽くなりました。昨日より今日という感じがすね。チャイ美味しいです。レシピありがとうございました。末永くヒミツの空間にさせていただきたいですね…。またご連絡させていただきます。今後よろしく願い致します o(^-^o)(o^-^o)

#### 川崎市在住 40代自営 リラクゼーション・アビヤング+発汗法

今回は2回目のアビヤングを受けました。まだ、少しだけ、くすぐったかったです。1回目の施術後は、体に変化は感じませんでしたが、精神的には少し安定していたと思います。(この、1ヶ月を振り返ると…)そして…今回受けて、体に変化を感じた事が1つありました。酷い便秘症なので、薬を飲まないで排便がないのですが、今朝、自然排便がありました!! さらに、食事にも変化が…野菜を食べたくて、今朝から野菜具たくさんスープを作って飲んでます。(食べています)来月、3回目を受けて更に自分が変化していくのが楽しみです!!

#### 横浜市在住 30代家事手伝い マハラニ・コース

最初は気持ち良くて体がとろけそうなのですが、間もなく気持ち良過ぎて眠ってしまいます(苦笑)。帰宅後は突っ張っていた力が抜けたような気持ちの良い感覚です。昨年まではシロダーラの後、2～3日は頭痛があったのですが今回は全くありません。不眠で悩んでいたのですが、寝つきも良くぐっすり眠れました。

#### 横浜市在住 30代家事手伝い マハラニ・コース

最初は気持ち良くて体がとろけそうなのですが、間もなく気持ち良過ぎて眠ってしまいます(苦笑)。帰宅後は突っ張っていた力が抜けたような気持ちの良い感覚です。昨年まではシロダーラの後、2～3日は頭痛があったのですが今回は全くありません。不眠で悩んでいたのですが、寝つきも良くぐっすり眠れました。

#### 横浜市在住 30代専門職 マハラニ・コース

この間は、すばらしいひとときをありがとうございました。あんなに、汗がでるとは、正直びっくりしました。それに、下腹が少し痩せててかなりうれしかったです。12月は、なかなか時間がとれそうにないので1月予定がわかりしだい予約したいと思います。その時はまたよろしくをお願いします。

#### 横浜市在住 30代専門職 マハラニ・コース

初めてのアーユルヴェーダ体験は感動しっぱなしでした。今まで出にくかった汗がさらさらとたくさん出て、施術もとても気持ちがよく心身ともに軽くなりました。贅沢でゆったりした空間にもとても満足しました。カウンセリングや施術により今回多くの「気づき」ができました。これから少しずつでも、食事や生活スタイルを変えて理想の体と心に近づけたいな、と思っています。また次回伺いするのが楽しみです。ありがとうございました。

#### 横須賀市在住 30代会社員 ファットバーニング・アビヤンガ+発汗法

とにかく痩身(体質改善)と毒素排出を試したく、初めてのアーユルヴェーダ体験でしたが、最初から最後まで不思議と緊張する事なく、細部に至るとも心地よいマッサージで、私自身はとても身体が軽くなりました。初回はファットバーニングを選択しましたが、来月に受けるトラディショナルアビヤンガが今からとても待ち遠しいです…太田様、ありがとうございました。次回も何卒宜しくお願い致します。

#### 横浜市在住 40代主婦 シロダーラ

つぼマッサージ、アロママッサージ、整体、リフレクソロジー、酵素風呂等々、色々試してきましたが、今回のトリートメントほど、“心身ともに”深くリラックスできたものはありませんでした。特にシロダーラはやみつきになりそうです。白湯は一日にどれくらい飲むのが理想的ですか？ある本には2Lとありましたが、白湯だけ2L飲むと、他のお茶などを楽しむ余裕がないのですが…。終了後に頂いたチャイティーがとてもおいしかったです。引き算の考え方にとても惹かれました。

#### 横浜市在住 30代主婦 トラディショナル・アビヤンガ+発汗法

日ごろからリラックスを心がけているのですが、初めてアーユルヴェーダを体験し、本当のリラックスとはこの事なのかなと思いました。指先、足先まで体の水分や血液がスムーズに流れる感覚。人間の持つ本来の機能がフル活動しているような、そんな感じを受けました。忘れてたものを取り戻せるような気がしております。またどうぞよろしくをお願いします。

#### 東京都多摩市在住 20代会社員 トラディショナル・アビヤンガ+発汗法

施術を受けてから、一番感じた事は体の中から温かい事です。それに加え、すぐに色々と体調が変化したことに驚きました。また、太田さんとおしゃべりすることも楽しみです。アーユルヴェーダの後には、心も体も楽になりとても良い気持ちです。本当に感謝しています。次回が楽しみでなりません。一ヶ月に一度の楽しみのために、仕事をがんばっています！これからもどうぞよろしくお願ひいたします。

#### 川崎市在住 30代会社員 マハラニ・コース

アーユルヴェーダの施術には以前より興味がありました。青山や銀座にあるような、名のあるサロンにも足を運んだことがあります。どんなに有名なサロンがいくつもあつたとしても、なかなか心身ともにリラックスできるサロンにめぐり合うのは正直とても難しいなあ～と感じていました。施術サービスが画一的だったり、毎回施術の方が違ったり、定期的に通えないほどの金額だったり、せつかくスッキリした後でもしっかりメイクして、満員電車で帰らなければならないような場所だったり、、、(泣)逆にストレス溜まってしまふよ、、、という経験を多くしました。そんなときにアーユルシンフォニーの太田さんのサロンに出会えてとてもラッキーだったと思います。毎回、必ず楽しい会話を通してカウンセリングしてくださり、体調に合わせた丁寧な施術と安心感あふれるサロンの環境、そしてオイルの効果でリラックス♪&デトックス…。ついつい時間を忘れて、心地よい、深い睡眠に落ちてしまっています。この忙しい生活の中で、唯一のオアシスのサロンです。

特にシロダーラは最高でした。頭がスッキリして、術後は脱力、ストレスと疲労が一気にリセットされたようでその日は特によく眠れました。ここ6ヶ月くらい毎月通わせていただいています、3ヶ月くらいから周りの人たちに「肌がツルツルですね」とよ〜と言われるようになりました。ファンデーションを塗らなくても会社に行けてます。毎月生理前には出ていた吹き出物も出なくなりましたし、ここ2ヶ月くらいで体重も2kgほど減って、理想体重に近づいてきました。太田さんのアドバイスを参考に、食事にも気をつけ始めたのが良かったのかなと感じています。また来月楽しみにしています！

#### 横浜市在住 30代会社員 トラディショナル・アビヤング+発汗法/フェイシャル

施術をうけるようになってからの変化は、体調が安定していることです。体調不良を感じる事がなくなりました！それに、以前は疲れを感じると肌荒れを起こしなかなか治らなかったのですが、今では吹き出物もできにくくなってきました。また「頑張りや」で無理ばかりしてきた私ですが、休むこととおぼえ、物事にもあまり執着しなくなりました。心も体もらく〜になりました♪とても感謝しております。太田さんのおしゃべりも楽しみの一つ(いや、大半?)で毎回癒されてま〜す。これからもよろしくお願いします！

#### 横浜市在住 40代会社員 トラディショナル・アビヤング+発汗法

サロンは一人ずつの施術ということで、ゆったりとした雰囲気の中、太田さんの笑顔と金子さんの確かな技術に贅沢な時間を過ごすことができました。住宅街の中にある隠れ家のような空間で、中に入るとすっきり良きアジアが待っているという感じです。デトックスはもちろんです、あの雰囲気を味わいに定期的に通いたいと思います。(施術当日は)特に、大きな変化はなかったのですが・・・翌日はより元気になり、ゆっくりした方が良いのかなと思いつつ、パワーヨガのレッスンを2つと帰宅後も家の掃除をいつになくきばきとこなせて、歩く速度もいつもよりかなり早い感じがしました(^o^)また、よろしくお願いします。次回が待ちきれません。

#### 横浜市在住 40代主婦 シロビヤング/フェイシャル/シロダーラ

いつも海外でアーユルヴェーダを受けていましたが、近くに本格的なアーユルヴェーダサロンができたのでうれしいです。シロビヤングは髪のため毎回は毎回受けています。今回はアンチエイジングのオイルでトリートメントを受けてみたいです。

#### 横浜市在住 30代会社員 ナヴァラキリ/シロダーラ

ふだん肌が乾燥しやすいのですが、ナヴァラキリの後はお肌のしっとり感が続いています。日焼けした肌のほてりも緩和されて、気持ちよく夏を過ごせました。シロダーラはいつも寝てしまいます。

#### 横浜市在住 30代会社員 ファットバーニング・アビヤング/シロビヤング

疲れが取れにくく肩こりが悩みなのですが、アーユルヴェーダ後は、肩こりがとれて、全身がスッキリし、視力まで良くなったような気がします。休みが不規則なのですが、定期的に受けていきたいです。

#### 兵庫県在住 20代会社員 シロダーラ

アーユルヴェーダは全く初めてでしたが、シロダーラでとても深いリラックス感を体験することができました。東京方面へは時々行くので、関西からでもまた行きたいです。

#### 横浜市在住 30代会社員 ピツィチ

初めての体験でしたが、あまりの気持ちよさにクセになりそうです。自分のために時間やお金をかけるのはとても良いことだと思っていますし、着実に毒素を出して行くためにも。アーユルヴェーダを続けていきたいと思っています。長期の休みがとれたら集中トリートメントを是非受けたいです。

#### 横浜市在住 30代会社員 トラディショナル・アビヤング

お腹の張りが施術後、間もなくで消えるのを体感できました。その後も信じられないくらいパワフルに毎日を過ごせています。色々な要因が重なったことだとは思いますが、施術の効果は感じています。

横浜市在住 30代主婦 ファットバーニング・アビヤンガ

中がとてもキレイでオシャレなサロン。このまま眠ってしまいたいと思うくらい気持ちよくリラックスできました。リラックスだけでなく、体の調子が良くなることは自分自身に良いことなので、是非また来たいです。今度はピツィチリを受けたいと思います。

東京都在住 30代会社員 リラクゼーション・アビヤンガ

1時間とは思えないくらい、ゆったりとした気分で施術を受けられました。広々と明るい雰囲気のあるサロンで、次回は友人と来店したいです。

横浜市在住 30代主婦 ファットバーニング・アビヤンガ

アーユルヴェーダは初めての体験でしたが、全身をすべてマッサージしてもらって本当に気持ちよかったです。よく分からない化粧品よりもゴマ油とハーブ等、自然なものが使われている点が安心できました。体も熱くなり効いている感じがしました。アーユルヴェーダについてもっと知りたくなりました。

横浜市在住 30代会社員 トラディショナル・アビヤンガ

マルマの刺激のマッサージとストロークがちょうどよく気持ちよかったです。サロンのアジアな雰囲気と音楽もとてもリラックスできました。また来たいです。

横浜市在住 30代会社員 ファットバーニング・アビヤンガ

座位から始まる施術は初めてで新鮮でした。手や指先などもしっかり丁寧にほぐしてもらい、嬉しかったです。体も温まりました。ハーブやオイルにとっても興味を持ちました。