

△自己責任 & 間違い御免!

Tibetan Buddhism Singing Bowl

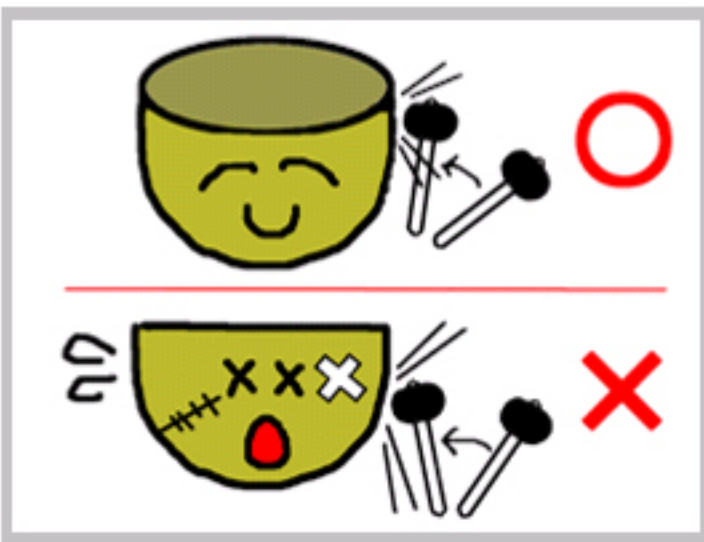
『シンギング ボウル』

ボウルのフチをこすると、倍音が響いてリラックス♪

今、注目の癒し楽器☆ お手軽 演奏♪ 歌うボウル？



- ①ボウルを 落とすまい…と かかえこむと、ふれてる部分が 振動/音を打ち消す。手の平の上でブラブラするぐらいが◎
- ②小さい棒は鉛筆持ちで。(大きな棒はフツーにぎりでもOK)
- ③棒はボウルのフチを支点にテコの原理な感じで当てがう。
- ④手の平の上でボウルが少しグラつく程度に強く こする。
- ⑤なれてきたら、手の平/ボウルを棒に近づけながら演奏!



欧米では大きなボウルを体の近くで たたく 振動マッサージ流行中。
超特大ボウルに水をため、中に人を立たせて ボウルのフチを 何度もバチで たたくと、頭まで振動が…。(血行が結構 良くなる?)
 子供が おうた を歌いながら母親の肩をたたくのと同じような効果。
※医療 器具(人工 関節・ペースメーカー)などが体内にある方は、振動が体調に良くない影響を与える可能性があります。