

～ㄉㄉㄉ wellness ～

心身魂のお掃除処

2018.05 Vol.20

目黒区目黒本町 1-10-17

03-3716-1704

八海山先達

佐藤智江



GWはいかがお過ごしでしたでしょうか？私はこの連休で何年ぶりかな？10年以上はたってるよね！！という方と再会することができました。『久しぶり～～～！！』『やっと会えたね♪』の後に、嬉しい事に『**あの頃より元気？以前より、若くなっただみたい(°Д°)おぼけ～～～**』なんて言われ気持ちよくさせていただき、当然そのあとの会話は『なにに？どうして？』って続いたわけですが。。



(院前に絡ませてあるクレマチス 白雪姫という品種です)

少し話がそれますが、私は悲しいことに、料理が下手です。。。(泣)嫌いじゃないですが(°-°);

でも、最近、なぜ下手なのか。**その理由に**気づきました。新しいものを作るときにはクックパッドとか、料理の動画を一応見ます。

でも、今までの私はざっと見て『あー、こんな感じね』と分量も手順も適当に作るんですよ。特に二回目や慣れたころになると記憶を頼りに。そうすると、まあ、残念なものが出来上がります。

一方で、調味料の分量も、炒めたり茹でる時間も**レシピ通り**作ると・・・それなりにおいしいものができるんです。

それは私の料理の技術が上がったわけでもなく、『おいしいものを食べたい』という、思いが強くなったわけでもありません。ただ、おいしくできる料理の**レシピをそのまま**作るようにしただけです。

料理のレシピと同じように**健康や元気、アンチエイジングなどにもその為のレシピ**があります。

元気になるためには、このレシピを一つづつこなしていけば、誰にでもできます。

会員の方には、**そのレシピ。シェア**させていただいております。残念ながらその性質上、料理のように即結果の出るものではありません。習慣になるまで続けることが大切です。(習慣=やらないと気持ち悪いと思うくらい)

え??忘れちゃったヨ～～。とか、もう一度ちゃんとおせ～て!とか、10年以上たってるのに?そんな馬鹿な。。この目で確かめてやる!ってな方も大歓迎。み～～んなでイキイキ元気になっちゃいましょう♪

イキイキ元気と言えば、すすくすすく伸びる筍。掘りたてを頂きました。それも根っこ付き(°Д°)私は初めて見ました。根っこ付きのまま掘り上げるのは、かなり難易度高いらしいです。珍しいものをありがとうございました m(_)_m



家呑み トモごはん【筍のペペロンチーノ】

- ① オリーブオイルで、ニンニク、鷹の爪を炒める
- ② 筍を入れ 塩・胡椒 以上

そのまま、おかずやお酒のあてにもいいし
パスタと和えれば 主食にも♪ みどりさんより



【今月の付箋】 体の老廃物・毒素をだすと病気は必ず治る 著：石原 結實 よい

しかし、よく考えてみよう。本来、(①) はドブ川、ゴミ溜め、せっちんだんご(くそだめ)など、(②) にしか存在しない。きれいな小川のせせらぎや南洋のコバルトブルーの海水にはほとんど棲息していない。ということから、ばい菌の存在意義がおのずと明らかになってくる。地球上の不用物、死物、余剰分を分解して土の中に戻すのが、ばい菌の仕事なのである。

つまり、体内で扁桃腺炎、肺炎、気管支炎、膀胱炎……などの体内にばい菌が侵入してきて炎症がおこるのは、体内に老廃物が溜まって汚れているからに他ならない。よって炎症の原因はばい菌ではなく、「自分自身の体＝(③)」なのである

- ① ばい菌 ②汚いところ ③血液の汚れ

民間療法で肩コリが激しい時、幹部を針でつついて少し出血させたのち、吸玉で吸うという療法がある。ドロドロした(①)きて、コリや痛みがウソのように治る事が多い、と言う。コリや痛みのない人に同じ事をやっても血は出てこない。つまり、漢方医学でいうところの瘀血(汚れた血)は体外に排泄させやすいのである。驚かれると思うが、のちほど 35 ページでくわしく述べるように、ガンは(②)、または汚れを浄化する装置である。

- ①汚い血液が出て ②血液の汚れの固まり



【お知らせ】 自転車の空気入れあります！ご入用の際にはお声がけくださいませ♪

- *05月10日(木)はセミナー参加の為 **臨時休業**とさせていただきます。
- *05月19日(土)はセミナー参加の為 **臨時休業**とさせていただきます。
- *05月25日(金)は出張護摩祈禱の為 **18時からの営業**とさせていただきます。
- *05月28日(月)は当院護摩祈禱の為 **臨時休業**とさせていただきます。
- *05月28日(月)は **11時半・20時**の二回当院にて**お護摩のご祈禱**をいたします。

魂の浄化である護摩祈禱に、ご家族、ご友人お誘いあわせの上ご参加ください。

(会員でない方もぜひ！但し神事の為、喪中の方は不可)

一般住宅の至近距離で護摩祈禱を宗教を問わず一般の方が体験できるのは、とても**貴重な体験**です!!

毎月28日に当院にてお護摩のご祈禱をいたします。当院で執行する**神道の護摩祈禱**は、護摩木を燃え盛る炎の中にご自身でくべていただきます。護摩壇の上には薄い紙の切り下げを吊るして行います。大厄を消除し家内安全、商売繁昌、健康長寿、世界平和など、私たちの諸願成就をお祈りするものです。ぜひ**お護摩の音と香と熱氣をご自身で体感できる、参加型のお護摩のご祈禱**を体験なさってください



経済産業省より
登録番号 01000829 号
厚生労働省より
発医政 0321 第 4 号
それぞれより承認いただきました



ブーゲンビリアをいただきました。ピンクに見えるところは葉っぱだそう。

花の部分。抱っちゃん人形に似ていませんか？
平成産まれの方はご存知ないかも。。。(*^-^*)