

~what the walkness~ 心身共にお悩みのあなたへ

2020.01月 Vol.30

目黒区目黒本町 1-10-17

03-3716-1704

八海山先達

佐藤智江



あけましておめでとうございます。

今年もよろしくお願ひいたします m(_)_m

昨年 11 月頃より、いつもは、体を緩めるために使っている音叉を、その細かな振動を頭で、感じる事ができるか否か、の検査の道具としても使っています。



そのきっかけは、私自身音叉を頭に当てると、その振動は、頭部に留まらず、体幹部まで響くのですが、ある人が、その振動を頭で全然わからない。。という事から始まりました。

例えば、ぎっくり腰を経験した方のほとんどから、『突然なったのよ！』という言葉をよく聞きますが、普段持たないような重いものを持ち上げたり、何かにぶつかったり、降ってきたりという拍子にギクッとなったのならまだしも、**普段の生活の一コマで突然ぎっくり腰にはなりません！！アンテナが鈍くなって細かな変化を感じなくなってしまっていた**（黄色信号がわからず突然赤信号になった）。その結果、本人の意識では『突然なった』という表現になるのです。

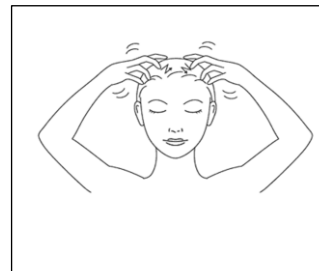
そんな体のメカニズムを踏まえて、皮膚より骨がとも近い頭ですから、体のどの部分よりその振動をはっきりわかってほしい所で、音叉の振動がわからない。弱くしか感じられない。という方がびっくりするほど多いことに、びっくりした私でした。

中には、猛烈に仕事をする方が、頭の左半分がほとんどわからない状態でしたが、右半分はその振動をはっきり分る。私が何も言わないうちから、その方ご自身の言葉で『**この右側の振動が、左側で分からないっていい状態ではないですよ。**』と。おっしゃる通り、その分らない、弱くしか感じられなくなっている部分は、ぎっくり腰体験者のその状態同様、アンテナが鈍くなっている所です。**頭に症状がでる。という赤信号になってからでは遅いのです！！**

そして、頭に症状が出た方も、同じように『朝まで何ともなかったのに突然なった！』とおっしゃいますよね。その前に体は何等かの信号を必ず出していますが、それを感じなかったのですね。。。残念無念。

この状態をなんとかせねば！！と今までに増して、頭部をもみほぐすべく、施術をしております。頭蓋骨の中の脳をもみほぐすイメージで。そうすることで、たった一度の施術でも、前後で音叉の振動の感じ方が変わってきます。

そして、一番大事なのは、毎日の生活です。ご自宅でもご自身の感じ方の弱かったところを特に念入りに脳をもみほぐすイメージで、ヘッドマッサージをなさってください。その際、お塩を指でじゃりじゃり感じるくらい使ってやっていただくと更に効果的です。お護摩のお塩がお手元にある方は、最強です！！



次回いらしたときに、音叉を当ててみると、間違いなく、その感覚に変化があります。まだ症状が出ない小さい芽のうちですと、ご自身で対処できます。。

わからない時は、何も無いと思いがちですが、わかるようになって初めて、あつたにもかかわらず自分が気づかなかっただけだったと。気づくのです。

嬉しいことに、髪に艶がでてきて『シャンプー変えた？って言われたのよ〜』とか『抜け毛が減りました』とかの報告も頂いております(^_^)まだ試されてない方、是非現状の把握のためにも、試してみてください。

家呑トモごはん【おから De ポテトサラダ風】



①生おからに、無糖ヨーグルト、マヨネーズ、塩を加え混ぜる。これをベースに

②具は、ご自宅のポテトサラダの時の様に、お好きに(^_^)

火を使わず混ぜるだけでヘルシー！

By わ〜子

【今月の付箋】「ゆる」身体・脳革命 著・高岡英夫

人間の精神活動や知的作業、思考能力といったものも、実は脳内の(①)によって促進されます。血液の循環が悪くなって脳内の酸素が減れば、どれほど優秀で博学な人でも、凡人と同じ状態になってしまいます

反対に、(②)にどんどん血液を送りこんでやれば、集中力や判断力、創造力が増し、それが途切れることなく続きます。頭も身体も(③)がありません。

- ① 血液循環 ② 脳 ③ 疲れること

職業ごとに、独特の動きがあることがわかりました。さらに、同じ仕事をする職人さんでも、人によって動き方が違います。親方や棟梁と呼ばれる熟練者ほど、仕事の手際がいいのですが、かと言って動作が速いわけでもない。むしろ(①)している事が多いのです。

~~~~~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*~~~~~*

【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♪

- *01月16日(木)は 13時・15時の二回 本町社会教育会館にて**己書幸座**を致します
- *01月21日(火)は 10時・13時・15時・17時の四回 **己書の為、臨時休業**とさせていただきます
- *01月25日(土)は 出張護摩祈禱の為、**臨時休業**とさせていただきます
- *01月27・28日(月火)は 当院護摩祈禱の為、**臨時休業**とさせていただきます
- *02月1日~3日(土~月)寒修行の為、**臨時休業**とさせていただきます

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27・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

~~~~~

熟練者達は身体によけいな(②)が無く、動きに無駄が無いから、ゆったり動いているようでも仕事の効率がいいのです。さらに感心することには、彼らの動きは、効率がいいだけでなく、とても(③)。見ていて惚れ惚れするくらいでした。

- ① ゆったり ②緊張 ③美しい

チータやエリマキトカゲはどうしてそんなに速く走れるのでしょうか。チータが走る姿をスロー映像で観察すれば、すぐわかります。スリムでしなやかな胴体が、魚が泳ぐときのようにうねっている。(①)が波打っている様子までわかります。

肋骨の一本一本が蛇腹のようにずれ動き、(②)はものすごい速さで回転運動をしています。「ゆるゆる」を通り越して、「ぐちゃぐちゃ」になるくらい、身体を(③)走っているのです。

- ① 肋骨 ② 肩甲骨 ③ゆるませて



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



12/28 夜の部の護摩祈禱では、桑野さんよりお魚の差し入れがあり、それをプロの料理人土屋さんが、さばいてくださり、立派なおつくりと塩焼きで贅沢な直会でした。チームワークですね。ONE TEAM!!