

ゆらね養生雑記

自然に添って暮らすこと

ソファアのない生活

長年愛用していたソファアがとうとうボロボロになってしまったので...

椅子に座れば、膝を曲げることも少なく...

老化はますます早まるばかり。適度に曲げ伸ばしは保たれますが...

地べた生活を始めて一番感じたことは...

甘やかしたわり過ぎたり甘やかした過ぎることはないですからね。

(三)

正気存内、邪不可干

風邪が流行る季節、各自色々な対策を講じられるかと思いがい、温めなどなど...

- 1、たっぷり寝る
2、適度に歩く
3、深呼吸する
4、全部タダっ！

全部タダっ！ どうぞお試しを。(三)



発行

推拿とレイキ ゆらね 〒612-0073 京都市伏見区桃山筒井伊賀西町40...

熊糞穴 (くまあなにもる)

冬は蔵する季節 名の通り(増・殖)る 時期です。ダイエツトには不向き。...

桐灰貼(きりばいはる)

貼る派ですか？ 持っ派ですか？ 私は基本的に貼る派です。

皆さんはどんなかんじですか？ (四)

ゆらねの主な予定

- 11/29(月)お月様からあなたへのお便り
12/3(金)星と五行のお茶会(水星編)
12/5(月)暦と養生@knocksさん
12/10(土)おうちではじめる養生生活@星ヶ丘
12/17(土)レイキと推拿の勉強会&ゆらパー
12/26(月)お能のワークショップ
今月のサンドイッチ伯爵会(ERIOのカード会)は12/24(土)19時より☆merry X'mas

興味のあるイベントがあったら、お気軽にご参加ください。詳しくは http://www.yurane-seitai.com/

月と十二支 仲冬は十二支で(子の月) 子は(ふえる)の意 結ばれること 新芽吹くため 春も芽吹く時

