

ゆるやかな春

土の中にももっていた虫たちが、地上に出てくる季節「啓蟄」
そして占星術では太陽が12星座のトップとなる牡羊座に入る「春分」
ああ、いよいよはじまるなあ〜と。さてさてさてさて・・・ (ゆらね 三木哲哉)

ゆらね養生雑記

自然に添って暮らすこと

数と推拿 その二「陰と陽」

推拿にまつわる数の話をテーマに
お届けする「数と推拿」

今月は「2」ということで
「陰と陽」について

推拿をする上において、ずいっとついで
てまわる、古代の人々の素朴な自然観
を哲学にまで昇華したこの思想。

ポイントはその視点から決まる「ということ
「陰陽は相対的に決まる」ということ

その視点からみるかによつて
それは陰にもなり陽にもなりません。

そのため俯瞰したものの方が、
大切になります。

実際臨床において、推拿では不調に
対し、攻撃、排除するのではなく
共生、調和をはかることを考えます。

自分の一方的な視点でもって
不都合なものを排除するのではなく

全体の和を持つてうまく
バランスをとる。

それが「安らかに治める」と
いうことなんだと思います。

(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

シコービル3階東

075-621-7611

つき1★ゆらね

星と五行のお茶会

毎月養生カレンダーに
沿つてお届けするゆらね
の月一イベント

「つき1★ゆらね」

今月は「星と五行のお茶会
(春のイライラ編)」

春は肝を養生する季節

その肝は怒りやイライラの
感情に対し、ダメージを受
けやすい臓腑と推拿では考
えます。

ではなぜイライラしてしま
うのか?というのを自身
のホロスコープをみながら
原因を探ってみましょう、
というワークです。

例えば、自分にとても几帳
面な星がある人を見れば
おおよそ自分を見ても
「ああ、自分より
ちよつと細かいんだなあ」

と、ある程度相手に対して
寛容にもなれ、イライラす
ることは減ります。

また職場やパートナーの
星を理解することで

「ま、あんたは火のエレ
メントやしなあ(笑)」

と、お互い笑い合えたり
しますしね。

ご興味のある方は、
どうぞご参加ください。

* * *
ERIO出張します

数秘やタロット
星のことなど

占いに關するワークシ
ョップやお茶会、お話会
出張をしています。

場所のご提供(ご自宅や
貸しスペースなど)と
2〜8人くらいの人数が
集まれば、

一律90分5,000円
と交通費でお伺いします。

ご興味ございましたら
ゆらねまで
お問い合わせください。

ゆらねの主な予定

- 3/05(日)釜座マルシェ@高松神明神社
- 3/06(月)暦とカラダのお話会@mさん宅
- 3/11(土)ERIOのサンドイッチ伯爵会
- 3/12(日)星を味方にする講座@ルイーダのカフェ&バー
- 3/18(土)出張推拿@マルシェノグチさん
- 3/25(土)おうちではじめる養生生活@星ヶ丘

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/>

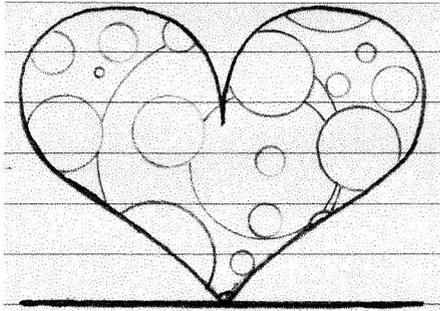
つき1★ゆらね

～ 星と五行のお茶会(春のイライラ編) ～

日時 3月8日(水) 11:00～12:30
3月11日(土) 17:00～18:30

参加費 1,000円/ご予約はゆらねまで
info@yurane-seitai.comまたは075-621-7611まで

これはハート・・・ぢゃありませんよ。
さて何でしょう。(養生にはカンケイナイけど、
一応今月のテーマには沿っている・・・ハズ)



如月「きさらぎ」という読み方、とても好き。
響きがいい。そう思いませんか。

私のイメージでは、グレゴリオ暦2月は一年で
一番寒いです。3月は寒さが身にしみず。
何故か冬より冷えるんです。。

でも旧暦では春まっさかりだそうですね。そう知る
だけで、なんだか明るく過ごせそうな気がします。

旧暦の月の始まりは新月。
新月～満月は「増」 満月～新月は「減」
お月さんの形と同じように日常を過ごすと
体も心も楽ちんです。わかりやすいですね。旧暦

(・・・まだまだ「ゆらね養生カレンダー」で
勉強中ですが・・・)

(また塗り絵になってます)



健康なカラダとは・・・

長老と新米のお坊さん、二人に瞑想してもらって
脳波の状態を調べる実験が行われました。

途中、ワザと大きな音を立てて、二人をビックリさせました。
その瞬間、二人の脳波は大きく動揺を表しました。

しばらくした後、長老の脳波は再び瞑想状態に入ったのに対し、
新米さんはいつまで立っても乱れたまんまだったそうです。

「不動心」とは？

「決して乱れぬ心」のことではなく
「乱れ続けない心」のことである、と。

「健康なカラダ」とは？

そんな風に問われれば、僕は

「病氣にならない頑丈なカラダ」のことではなく
「健やかな状態に戻せるカラダ」のことだと思うのです。

「絶対病氣にならない！」という氣の張った感じではなく、
「崩れそうな時にちゃんと気づけるカラダ」
「簡単なケアで快方に向かうようなカラダ」

そういった「ゆらぎの中で整えられるカラダ」でありたいなあ、、、
なんてゆるく思っています。

(三)

仕 込 み と り あ い と え い ま ず す 。 梅 干 を 倍 量	お 納 豆 の 汁 は に い れ も 性 が 試 み し て み す 。	そ の あ じ い ろ も 美 味 い で す 。	苔 文 化 が 吹 っ ま し れ た の り で 目 海	こ っ が 美 味 い な ら な い 。	梅 干 の 味 が あ じ い ろ も 美 味 い 。	放 つ て お く な ら な い 。	余 の 高 級 海 苔 は ど う い う の 。	今 年 の 恵 方 巻 は ど う い う の 。	き る で 司 と く ら い か な と 分 か る 。	か つ 我 が 家 で 食 べ な ら な い 。	海 苔 が し つ て 、 最 近 は ま の お 供 養 も あ う り ひ	ま と 実 は 、 最 近 は ま の お 供 養 も あ う り ひ	る も か も し つ ま し せ て 。	つ ご あ は り ん も の つ た い な く て 、 赤 紫 蘇 の 葉 を 使 っ て 。	最 近 は も の つ た い な く て 、 赤 紫 蘇 の 葉 を 使 っ て 。	し ぎ ま て い ま し う 。	昨 夏 初 め に 仕 込 み し た 。	ご は ん の お と も
---	---	---	---	---	--	--	---	---	---	---	--	--	---	---	--	---	---	---------------------------------

【発行人】 ゆらね推拿担当 三木哲哉
陰陽五行の自然観を学びながら、整体や養生のことを
お伝えしています。イベント、ワークショップ、出張施術など
新しいご縁、お待ちしております。
tetsuya.miki@yurane-seitai.com

【新聞編集】 夜スイナスタッフ mu-ran
夜スイナ@ゆらね 月曜日18:00~L.O.21:00(予約制)
mail ikumi-n.13@ezweb.ne.jp
tel 09096113230 twitter @mimiosumaseva

過
ご
し
ま
す
の
ま
べ
り
は
ス
で
。

一
決
め
け
は
数
年
先
年
の
経
験
な
い
と
春

こ
こ
は
先
年
の
経
験
な
い
と
春

発
酵
お
も
ろ
い
で
す
が
。

今
年
は
柿
の
酒
を
仕
込
み
ま
す
。

(三)

編集後記