

ゆらね養生雑記

自然に添って暮らすこと

「熱しやすく、冷めやすい」「熱しにくく、冷めやすい」
「熱しやすく、冷めにくい」「熱しにくく、冷めにくい」
どれも一長一短のような(笑) 皆さんはどのタイプでしょ?
それぞれ個性、好みもそれぞれ。ま、太極としてみたら、多様性があつた方がよいような。。
さてさて、初夏のはじまり。(ゆらね 三木哲哉)

旬のツボ 【太衝(たいしょう)】
新学期、新入生、新生活と、新しい環境での生活がスタートすることも多い春。そんな緊張感がずっと続く毎日を通り越された方も多いかと。
一方自然界のエネルギー的には、とても自由で生を謳歌する伸びやかな季節もそんな相反する状態が続くと、イライライライしがちになりますし、ちょっとしたことで怒りっぽくなります。
通年そうやで!という人も、いらつしやるかとは思いますが(笑)
そんな時に使うツボが【太衝】
不眠、不安、イライラといった時や、緑内障、近眼、眼精疲労、老眼など、目のトラブル、月経不順、めまいや頭痛などにもよく使います。
押しつけて、「痛いっ!」って時は、目を閉じて、目と心を休めましょう。
(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



太衝の場所
足の甲
親指と人さし指の間の
突き当りにあります



太衝の名の由来
「太」は「大」より
さらに大きい意
「衝」は要衝を指します
ということ
「めちやめちや重要な場所」という感じですよ

経絡って何?
なんで足の指の間に
あるツボが、なぜ目
に効くのか?
それは『経絡』で
推拿では考えます
経絡とは気血とい
つたカラダにとつて必
ぶ道のエネルギーを運
ぶ道のこと。
その道にエネルギー
が充たれていけば、心
身に流れていけば、心
身とも健やかです
し、滞りたりかど
と不調をきたすとい
う考え方をします。
今回の【太衝】穴は
肝と繋がっています
【太衝】を押すこと
で肝という道を通つ
て運ばれ、結果目が
癒されるというメカ
ニズムです。
なので推拿ではこの
『経絡』はとっても
重要な道なのです。
(三)

ゆらねの主な予定

- 5/17(木) 暦とカラダのお話会(京都市)
5/19(土) 出張推拿@マルシェノグチさん(京都二条)
5/19(土) サンドイッチ伯爵会(カード会)
5/26(土) レイキ交流会@鞍馬山
5/28(月) 酒×占@おさけカフェpetit\*petitさん(御幸町通)
6/02(土) 暦とカラダのお話会(交野市)
興味のあるイベントがあつたら、お気軽にご参加ください
詳しくは http://www.yurane-seitai.com/

出張推拿&占い@里の駅大原

日時:5月20日(日)9:00~15:00
とっても気持ちのいい場所で
推拿(スイナ)と占いさせてもらってます。
美味しいお野菜もたっくんありますよ。
ドライブがてらにぜひ~!
(大原朝市は6~9時です)

