

慌しさ漂う年末ですが、旧暦的にはようやく霜月
ちよつと拍子抜けするやら、ゆるむやら・・・

今年の旧暦は閏月(閏阜月)がありましたしね。
来年の旧暦お正月(旧正月)は2/16。まだまだってことで。
バタバタする日々の中にも、穏やかさを。(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 その十一 【五臓六腑】

忘年会の季節
五臓六腑に染み渡る、プツハアッ♪
って方も多いかと
この言葉、中医学ではよく使
内臓のことを指し示します。

【五臓】肝・心・脾・肺・腎
【六腑】胆・小腸・胃・大腸・膀胱・三焦

ここで言う「肝」とか「心」は
現代解剖学の肝臓とか心臓とは
必ずしも一緒ではなく
もう少し広義の意味合いがあります。

例えば冬に養生したい臓腑の腎
この腎のエネルギーが衰えると
歯がぐらついたり、耳鳴りが起こると
推拿では考えます。

なので、歯医者さんや耳鼻科で症状が
和らがないかあったが、漢方や推拿で癒えた
というケースがあるのは、その身体観の
違いでもあります。

優劣ってことではなく
ケースバイケースってことですね。
次号最終回もお楽しみに！
(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
誰でも参加できるWSです！

「書く」と「話す」は同じく
目線を立てた方が、人にはすよ。
気が出るものらしいです。

一年の始まり
数秘でエネルギーの流れを
ながら2018年は目標を
成に絞ったワークをしてみ

（※用意して頂くと良いもの
・筆記用具
・2018年の手帳
・ある程度の目標

日時 1月9日(火)
10時半

参加費 1,000円
(数秘受講生割引有)

一人でも多くおしゃべりし
ながら考えるのも楽しいです
よ。2018年を一緒にスタ
トしませんか☆

「酒×占night」

新年「うらないはじめ」
が決まりました★

2017年5月から
10月のパーティ
かI O プレチボ感。す

酒はビュクのお酒が入ると
さんデビュクさんの方々も本
お店は親しみやすいお店

一人呑み場なので、軽く
いできる店が、そんなに
ていつく。ださいな。寄

皆さんが笑って過ごせる
ように2018年も占
す。み。が。き。ぞ。よ。ろ。し。く。
(日時の詳細は下段に)

ゆらねの主な予定

- 12/25(月)酒×占@おさけカフェpetit*petitさん
- 1/20(土)出張推拿@マルシェノグチさん(京都二条)
- 1/20(土)サンドイッチ伯爵会(ERIOのカード会)
- 1/23(火)自分でつくるハンモックWS
- 2/15(木)暦とカラダのお話会@mさん宅

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/>

新年「うらないはじめ」

日時 1月6日(土)18:00～(予約不要)
場所 おさけcafé petit*petit(中京区御幸町通り
蛸薬師上がる西側伽羅ビル一階)

☆ 新年なのでいつもと違うことも考え中です

たぶんまた、月1回第4月曜日に出没予定。
「うらないおさめ」は12月25日のクリスマスです。

白髪

「最近白髪が増えましたわ」と、いつも髪を切ってもらってる方に話していると、その方は

「黒いところに白いものがあるから目立つんですよ。だから黒いものを明るくしてやれば逆に目立たなくなりますよ」と教えてくれた。

黒板に白いチョークで線を引くのと黄色い板に白い線引くとの違いだ、って。なるほど。

ダウンタウンのまっちゃんが金髪にしているのはそういうことらしい(本人から直接聞いてはないが)

また所さんも、生え際が後退してきたのを目立たなくするためにあのような髪型になったらしい。(テレビで言っていたそう)

隠すのではなく目立たすことでそれが逆にすごい個性となる、かぁ・・・

(三)

リバーサイドシネマ出張上映会@ゆらね

命か、それとも歌か。声を失くしたテノール歌手が辿った壮絶な魂の軌跡。真実の感動がここにある。

「NHKドキュメンタリー」「ニュースウオッチ9」「とくダネ!」「奇跡体験!アンビリバボー」などでも採り上げられ数多くの反響を生んだ“奇跡の実話”待望の映画化

【ザ・テノール 真実の物語】上映会

日時 1月12日(金)19:00～
鑑賞料 1,000円

以下、金曜の夜五週連続で、上映会を開催します。

- 1/19(金) タシちゃんと僧侶
- 1/26(金) ダムネーション
- 2/2(金) ヴィック・ムニース / ごみアートの奇跡
- 2/9(金) 幸せの経済学

ご興味のある作品があれば、ご参加ください。

お酒

11月半ば頃から徐々に新酒が出始めましたね。皆さんはどんなふうにお酒を楽しんでいますか？

うちの父は仕事で飲み過ぎると、忘れた頃に酔っ払いの状態で寝てしまう。私も父の酔っ払いの姿を見て、お酒を飲むのはやめた方がいいかなと反省。

私はというと、へへへ！もっぱら粕汁三昧。

冬になると、お母さんがお粥を作ると、お粥に酒を少し入れて飲むのが好きです。

酒粕は、ビタミンBや葉酸、その他ミネラルや食物繊維なども豊富に含まれていて、栄養満点。

流行っている粕汁は、お粥に酒粕を加えて飲むのがおすすめです。お粥に酒粕を加えて飲むのは、お粥の消化を助けてくれるので、お粥に酒粕を加えて飲むのがおすすめです。

二日酔い防止のために、お粥に酒粕を加えて飲むのがおすすめです。お粥に酒粕を加えて飲むのは、お粥の消化を助けてくれるので、お粥に酒粕を加えて飲むのがおすすめです。

お粥に酒粕を加えて飲むのは、お粥の消化を助けてくれるので、お粥に酒粕を加えて飲むのがおすすめです。お粥に酒粕を加えて飲むのは、お粥の消化を助けてくれるので、お粥に酒粕を加えて飲むのがおすすめです。

以上、造り酒屋からのレポートでした。

(ム)

編集後記

「今年の上磨練」ってことでした。来年はどうしようかな？

(三)

お酒の日のあつぱいそりで、お粥に酒粕を加えて飲むのがおすすめです。

(ム)

【発行人】 ゆらね推挙担当 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