

ゆらね養生雑記

自然に添って暮らすこと

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

立夏初候
 蛙始鳴
 (かわず
 はじめてなく)

夢占いで「蛙」は
 目覚めや新たな氣
 づき、成長過程、表
 物事の転換点を表
 すそう。

ま「変える」とか
 つてことでもし
 かね。笑(でも日
 本だけでなく諸外
 国でも蛙は幸運の
 象徴なんだとか)

そんな蛙が、夏の
 はじまりを告げる
 立夏の初候に。夏
 ちよつとワクワク
 しませんか？

さてさて、どんな
 夏となりませうや
 ケロケロ。

※蛙始鳴
 五月六日〜十日

(三)

今月のツボ【脾俞(ひゆ)】

田植えが本格化する季節。内なる土(脾)も手入れし、整えていきたいものです。倦怠感、無氣力、四肢が冷える、頭やカラダが重い、下痢、軟便、むくみといった症状は、内なる土の水はけが一因。

(舌の横に歯型がついてると、水が停滞している可能性あり)

そんな時に土を調べ、元氣にしてくれるツボが【脾俞】

背骨の両側で、腰よりちよつと高い位置にあるツボです。

押しにくい時は、擦ったり、温めたりしてOK。あ、そこ押して欲しいわ(つて方は、サロンまで(出張もやります)来てください。僕が押しますんで。笑。

軽く運動したり、お風呂に浸かって、汗をかくのオススメです。

あとはあんまりそれこそジメジメ考えたり思ひ込んで、カラツと陽氣に過ごしましょう。

(三)

名の由来

「俞」は「輪」で、運ぶの意。字形は、丸木舟を表しています。



ツボの場所

腰より少し上
 背骨のキワに
 あります



★ マメと暮らす4

初夏の句と言えば「ソラマメ」漢字で書けば「空豆」「蚕豆」さやが「空」に向かってつく様子だったり、さやの形が「蚕」の様な、ということで、その字が充てられたようで。

「蚕」はなんで「かいこ」と呼ばれたのかと言えば、人が飼う蚕(コ)だから「カウコーカイコ」という説があるようで。古代中国や日本でも養蚕はとっても重要な産業であったし(シルクロードってくらいですからね)

日本書紀や古事記によると、神さまの肉体から生まれ出た蚕(コ)なので「カミコーカイコ」という説もあるのでまさに「天の虫」って感じですね。ちなみに七十二候「蚕起食桑」は5/21~25です。(三)

ゆらねの主な予定

- 5/9(木) 暦とカラダのお話会*夏編
- 5/11(土) サビ茶会&サビアンシンボル講座
- 5/12(日) 出張推拿と占い@里の駅大原さん
- 5/18(土) 出張推拿@マルシェノグチさん(京都二条)
- 5/27(月) 酒×占night@おさけカフェpetit*petitさん

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/>

レイキ交流会@鞍馬山

毎年恒例、今年で14回目となりました
 新緑の鞍馬をみんなで散策しましょうの会

日時 5月25日(土)11:00~16:00
 集合場所 叡山電鉄鞍馬駅前

お弁当持って、登りましょう~♪

