

# 心身魂のお掃除処

2021.05月 Vol68

目黒区目黒本町1-10-17

03-3716-1704

八海山先達

佐藤智江



新緑も鮮やかな5月。我が家のプランターでも新

芽が競うあうよう  
に次々に出てきては、  
花を咲かせてくれてま  
す。右の写真は、お客  
様にイチゴを摘んでい  
ただいた時の写真です  
♪



おかげ様で言霊幸座も新芽が出てまいりまして、  
今月より**ヨークカルチャーセンター**で月1で**【言  
霊で読み解く古事記の幸座】**を持たせていただ  
けるようになりました m(\_)\_m

当院は開業した当初から、**【バランスを崩した  
時、人は本来、自分自身で調整する力は備わっ  
ているので、整体師も医者も必要ない】**という  
ところから始まっているので、セルフメンテナンス  
を重視する整体院です。

ですが、**そのやり方がわからなかったり、自分  
一人では無理(>\_<)だったり、人にやってもらう  
と気持ちいい〜し、高みを目指す人(イチロウ  
選手)のように、自分でもやるけど、さらに**フ口  
の手も必要。****という方の為に役に立つ整体師であ  
りたい。と、今現在もその思いは変わりません(来  
年で開業20年)。

人。一人を本来の状態にするには心身魂の三方から  
整える必要があります。それぞれをプロの仕事と  
して、心理カウンセリング・整体・護摩祈祷にて、  
やらせていただいておりますが、セルフメンテナンス  
で整える事だってできるはず。

心のセルフメンテナンスには己書幸座を！

身体のセルフメンテナンスはご自身での体操を！

チー神チャンネルにて、だ  
いぶセルフメンテナンス  
の動画もそろってきました。  
どうか**習慣になさっ  
てください。病院・整体  
院いらずになります！**



上のQRコードにて身体セルフメンテに飛びます♪

そして、言霊で読み解く古事記幸座が、魂のセル  
フメンテナンスに当たります！！

**言霊で読み解く古事記とは【精神的に豊に  
暮らす為のバイブル】です。縄文人がとらえる  
神を始め、その精神構造を解き明かした世界  
共通の今・毎日に使える指南書です。**

例えば、知らず知らずにやっている呼吸。改めて  
その呼吸とは何ぞや がわかって意識を向けて実  
行すると、バランスを崩したときの戻し方が分るよ  
うに、古事記に書かれた**言霊のことを理解するこ  
とは、順調な時には自然にかなっている魂が、  
そのバランスを崩したとき(辛さ・苦しみ・不  
安・妬み・悲しみ・恐怖・悔しさ等)の戻し方  
が、又崩れてしまった人とのコミュニケーション  
の戻し方が、自づとわかるのです。魂のセルフ  
メンテナンスなのです！！**

先行き不透明な時代、精神的に不安定な方が溢れ  
ています。ぐらつく精神では、環境に左右され丈夫  
だった身体まで影響を及ぼしてしまいます。

**神は自分の内にもいます！！イヤ、ちょっと  
違う。自分は【人は】神そのもの・宇宙である事  
に気づくこと。「私」「あなた」と思っている今の  
姿は、ただの幻想だということを倭の祖先は  
言霊に託しました。【古事記や祝詞を言霊で  
読み解く】とハッキリと記されています。**

個人の心の状態から、違う思考の取り入れ方、最  
終的には国家の治め方、人類の歩むべき方向性まで  
古事記には書かれています♪ ZOOMでも、幸  
座開催中！お申込みお待ちしております m(\_)\_m

**心身魂のお掃除処**

wellness 学芸大学整体院 セルフ  
メンテナンス

<b>心</b>	<b>心理カウンセリング</b>	<b>己書幸座</b>
<b>身</b>	<b>整体</b>	<b>体操</b>
<b>魂</b>	<b>護摩祈祷</b>	<b>古事記幸座</b>

**03-3716-1704**

## 【今月の付箋】 ポーズを使わない最終極意 意識ヨーガ 著:成瀬雅春

### 自分の大部分は目では見えない

鏡で見たり、写真を見たり、動画で自分の姿を見たとしても、それは自分の目で「自分を見ている」のではないのです。

それは当たり前のことですが、その「当たり前のこと」を確認することが重要なのです。「あたり前」をなんで間違えるんだ！」「そんなことわかりきっているじゃないか！」と叱られることは、社会生活では多々あります。当たり前のことをちゃんと(① )が仕事では大切なのです。それと同じように、自分に(② )スタートは、自分というものは「目ではほとんど見えない」という「当たり前のこと」を(③ )です。

①確認すること ②意識を向ける ③知ること

### できないことに気づくと上達する

まずは気づくことです。自分のあらゆることに意識を向ければ、たくさんの気づきが生じます。ヨーガ行者は、(① )エキスパートです。

身体の各部分に意識を向けることで身体能力が上がり、身体をコントロールして使いこなせます。

内臓に意識を向けることで、内臓を引き上げるテクニックを身につけたり、呼吸に意識を向けることで、呼吸方に熟達します。潜在意識領域に(② )ことで、潜在している意識を顕在化できるのです。顕在化した時に、それは潜在意識ではなくなっています。つまり、顕在意識領域が広がるのです。

(① )と、まだ見つかっていない意識があるのだらうという視点に立てるのです。それによって潜在意識をとらえられるのです。ヨーガ行者の「意識」は非常識な意識ではなく超常識です。常識的な枠内に限定された意識ではなく、限定解除意識なのです。枠を取り払えば、気づきの量は大幅に増えます。

気づけば、そこからコントロールを始められます。そうやって、自分自身をコントロールできると、生き方が楽になり、さらに(③ )した人生を送れるようになるのです。

①自分に意識を向ける ②意識を向ける ③充実

\*~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*

【お知らせ】 自転車の空気入れあります！ご入用の際にはお声がけくださいませ♪

\*05月6・20日(木)は 言霊幸座 zoomにて19時～(ご希望の方は連絡ください ID/PW送ります)

\*05月18日(火)は 筆書画幸座の為、**臨時休業**とさせていただきます

\*05月27日～28日(木金)は 当院護摩祈禱の為、**27日15時～28日臨時休業**とさせていただきます

魂の浄化である護摩祈禱に、ご家族、ご友人お誘いあわせの上ご参加ください。(zoom 配信あり)

(会員でない方もぜひ！但し神事の為、喪中の方は不可)

一般住宅の至近距離で護摩祈禱を、教問わず一般の方が体験できるのは、とても**貴重な体験**です!!

毎月27・28日に当院にてお護摩のご祈禱をいたします。当院で執行する**神道の護摩祈禱**は、護摩木を燃え盛る炎の中にご自身でくべていただきます。護摩壇の上には薄い紙。切り下げを吊るして行います。大厄を消除し家内安全、商売繁昌、健康長寿、世界平和など、私たちの諸願成就をお祈りするものです。ぜひ**お護摩の音と香と熱氣をご自身で体感できる、参加型のお護摩のご祈禱**を体験なさってください

\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*~~~~~\*

チー神チャンネル



### 家呑みトモごはん(人参サラダ)



- ①人参をスライスし更に千切り
- ②オリーブオイル+えごま油・かんたん酢・塩・白ごまで①を和える
- ③食べる直前に青のりトッピング

体のセルフメンテナンス・言霊幸座・護摩祈禱

動画でご覧いただけます ↑QRコードで飛びます！

青のりは冷蔵庫の角に眠ってました。パセリも良いですね♪

この時期のあま〜〜い人参をご堪能下さい m(\_)\_m