



## パラリンピックも予定通り始まり 時は9月

そんな中コロナ関連も数字も派手になる一方ですが、暑かった夏を乗り越え、体調はいかがでしょう？ 先日のお客様との会話です。

## 【いよいよ ウェルネスの時代がやってきた】

何故、その話題になったかと言いますと、やはりコロナ関連の話題からですが、どうやら報道を見ておきますと、PCR検査で陽性反応がでまして、正真正銘あなたは病気です！と認定を受けたとたんに、ほとんどの方は、『病院へは来ないでください。自宅で療養。はい！薬は今のところ特效薬はありません。自力で何とかしてください』となるのだとか。8月26日発表 新型コロナ自宅療養者が全国で 9万6857人(18日時点・毎日新聞)

つまり国を挙げて、自然治癒力で何とかせよと。医者は病気のあなたまで手が回らないかもしれません。と言っているわけですから。

## 新型コロナに関して言えば、無症状の人・軽症の人と死にいたる人の違いは、自然治癒力の(免疫力)の差にほかなりません！

そしてそれを日ごろから鍛えましょう！と言いつつ19年のwellness学芸大学整体院(来年20周年)

\*病院に、行くなというわけではありません。不調の時、真っ先に病院に行く前に、薬を飲む前に、できることがありますよね。それでも解決しない時に、初めて病院でしょう！

\*数値や映像がなくても、小さい変化に、気づける野生の勘を磨く。小さい芽なら簡単に摘めます

\*生活習慣はひと月・3月で出来上がるものではありません。何かがあってからでは遅いのです、今日からコツコツ地味な作業ですが始めましょう

\*そのためのガイドとしてセルフメンテナンスの宿題をお渡しいたします。やらない理由は山ほどあります。やるかやらないかは、貴方次第です

## そんなこんなの積み重ねでようやく眠っている 自然治癒力 野生の力が目覚めてくるのです

誰でもが、標準装備で備わっている力です。すでに医療現場は崩壊。事故やケガは仕方ないまでも、せめて【生活習慣病】と言われる病の認定を受けている方は、その名の通り生活習慣を整えれば、改善する病気なのですから、こんな時期を機会に、セルフメンテナンスに本腰を入れていただきたいと切に願います。



そしてその**自然治癒力の最後の仕事**が、いわゆる誰でもが望む『ピンピンコロリ』老衰認定。野生の動物たちはみな自分の死の準備を自らしてから(まるで旅行の準備のように)、旅立ちます。

望んでいながら、その道を歩かなければ、それがかなう確率は、かなり低くなってしまおう(ノ\_ノ)

セルフメンテナンスのカルチャーセンターぐらゐに当院をとらえていただくと、いいかと思いません。前でも後ろでもない。貴方の隣に寄り添ってお供いたします。何かあってからでは遅いのです

## 火事場の跡始末より火の用心。

お伝えしているセルフメンテナンスの一部です。できないものがあつたら、黄色信号。ぜひご予約を！最近忘れがちの方は、再度復活してはじめてくださ

セルフメンテへ飛びます



## 【今月の付箋】

### 野生の哲学 著:永沢 哲

言葉をしゃべれない (① ) を育てる事によって、人間は、最も大切な生命に対する

(② ) を育てるということだ。その事について晴哉はだいたいこんなふうと言っている。

知識や学問が大切にされるのは、勘が鈍ってしまった結果だ。本当は、知識や学問を身につけることによって、その分だけ、本来自然の知恵から離れることだってありうる。一番大切なのは、宇宙の運行のなかで、自然に状況が読め、知恵に沿ってすらすら体が動くことだ。学校で習い覚える知識の量が、人間の価値を決めるわけではない。逆だ。直感がまっすぐにはたらき、真実の見極めがさっとつく。そういう自然な (③ ) があれば、どんなに立派に見える知識や学問でも、歪みや過があれば、すぐにわかる。そうやって、いつでも自然に湧きおこる知恵に沿って生きられれば、それ以上に大切なことなどない。

①赤ん坊 ②直感や野生の叡智 ③心身の状態

【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♪

\*09月12日(日)まで緊急事態宣言発令により 20時までの営業とさせていただきます

\*09月2・16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)

\*09月21日(火)は 筆書画幸座の為、18時からの営業とさせていただきます

\*09月27・28日(月・火)は 当院護摩祈祷の為、27日15時から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祷に、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。)

毎月27・28日に当院にてお護摩のご祈祷をいたします。当院で執行する**神道の護摩祈祷**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祷**を体験なさってください

チー神チャンネル



体のセルフメンテナンス・言霊幸座・護摩祈祷

動画でご覧いただけます ↑QRコードで飛びます！

### 賢い身体 バカな身体

著: 桜井 章一・甲野善紀

「気がする」というのは、(① ) ということですね。さまざまな情報をあつめて分析して、じゃあこうなる、ああなると予測してもあたらないものです。そんなものを超えて (② ) で先がずっと見えてしまうのが直感であって、そうなればますます今の科学では手が届かない世界になる

囲碁の名人クラスの間になると、あるところとうとうとしているのに違うところへ指が勝手に動いてしまうことがあると言います。指運というそうですが、これも直感が突然閃いて (③ ) ところへ指がうごいていったということでしょうね

① 直感 ②理屈抜き ③「気がする」

### 家呑みトモごはん【小悪魔ピーマン】



- ① 肉詰めピーマンのように、とろけるチーズを詰める
- ② 大2の水で1分ほど、蒸し焼き
- ③ 醤油・みりん・豆板醤でたれを作り  
②に ピーマンにかけない様
- ④ 皿に並べてから 煮詰めたタレをかける