

版覧快内腸

3 月号 No.20

発行所/おなかいきいき健康クラブ
福岡市東区松香台1丁目2番1号
TEL.092-674-4545
FAX.092-661-1051

明海和尚 死に方を考える

人には生まれてきた役目というものが
あります。

なぜ死ぬのかというと、役目が終わるから死ぬのですよ。どんな役目なのか。この役目の果たし方が実は生き方ではないでしょうか。死に方を考えるということとは、生き方を考えるということなのです。

依頼心のかたまりで、常に甘えていると、自分に孤独が付きまといま

す。相手が自分の要求に答えられない時はがっかりくるでしょう。要求するということとは、自分が甘えているんですよ。何でしてくれないのだろう。何で動かないのだろうと思えば、自分で動けばいいじゃないですか。しかし、自分でもやらない。自分以外の人に要求ばかりする。この繰り返しで最後は孤独になるのですよ。

歳を取って孤独になるほど寂しいものはありません。死ぬときに「あー楽しかったな、面白かったな」と言っている人。これは子供のため、親のため、女房のためにと、自分以外の人に対して自分がどれだけ尽くせたかと言っているのではないのでしょうか。

1月26日(土)

in 静岡

2回目の静岡セミナーも
沢山の方に参加頂きました!

満まん堂
心のセミナー
報告



お話を聞いて...

このまま死ぬかと自分に問いかけた時、死ぬなと思った。やり残した事があるのか、未練があるのか、それとも家族の事なのか。違うと思った。今、一瞬を大切に生きてい

ないからだよ...。今この時の大切さをもつて二度感じてみようと思つ。

元気満まん堂 静岡 久保田朱美

静岡の皆様へ

足元の悪い中皆様にお集まりいただきありがとうございます。

秋のお話は走り抜けるだけで精一杯でした。今回2回目、初春のお話会では、皆様に力を貸していただき皆様に支えられ会を開く事が出来ました。ひとりひとり輪が一つずつですがつながっていると感じています。前回に引き続きご参加くださった方々はもちろん新しい方々とも新たな出会いを頂く事ができ、和尚の大きさに心奪われながら楽しい会が開けました。皆様心より感謝!ありがとうございます。

元気満まん堂 静岡

石井 美和子

おなかいきいき健康法

命の根っこを考える

『根っこ』の運動を展開していることと昨年二月二十四日に発足した『元気満まん堂』もお陰様で一年を迎えることが出来ました。感謝の気持ちでいっぱいです。

さて、昨年の国内で発覚した狂牛病の事件をきっかけに、自然に反し生産性だけを考えた農業や畜産は何かが間違っていると再認識された方も多いのではないのでしょうか。

物も食も豊かになったはずなのに、世の中に病気を持つ人が増えているのは、何故でしょうか。食品添加物や防腐剤、生活環境ストレスなど様々な影響で、『命の根っこ』が弱っている人が多くなっているからです。私はこのことに危機感を感じずにはいられません。植物も人間も根(腸)が弱っていったらいくら良い治療をしても本質的、根本的な解決にはなりません。それは、『心の根っこ』についても同じです。このこの原点に戻り、『健康への自文化中心』をテーマに、物事の本質を捉えていくことが大切です。輝く未来の子供達のためにも、この想いを広く伝えていきたいと思っております。

株式会社健将ライフ代表取締役
箕浦 将昭 (まのいきいき健康)

細菌雑学考

13

過剰摂取の害やミネラルバランスについては前回にも述べましたが鉄の適量摂取でも、体内貯蔵量が十分にある一部の成人の男性や閉経後の女性では有毒であることが最近知られ、鉄をサプリメントで摂取することは鉄貯蔵病を発生する危険性が高いと言われるとの報告が見られます。

ミネラルだけでなく、ビタミンも油溶性のビタミンAやビタミンDの多量摂取した際の毒性はよく知られており、アメリカの栄養士会は「サプリメントの過剰摂取は栄養のアンバランス

医療的な処置へ副作用等の問題を生じる可能性があり、単体でビタミンミネラルを多く摂取することは、相対的に他の栄養素の欠乏を生じるとして、サプリメントでの過剰な栄養摂取にリスクがある」としており、FDAは栄養強化の適正レベルとして一日所要量の2%を設定しているとの文献記載も見られます。

ニコニコニコ治療薬としての金、殺菌

剤としての銀、消毒薬としての水銀、抗癌剤としての白金、制酸剤や潰瘍治療剤としてのアルミニウムなど、多くのミネラルが治療薬として使用されています。最近の研究でスス成長促進(ヤチタン、ホウ素植物には必須成分であるが動物は必須でない)と見られていたが関節炎、骨粗鬆症の予防に有用の報告が多くなつた)なども必須ミネラルであると言われるようになり、研究が進めば、さらに多くの成分が必須ミネラルであると判明していくことになるでしょう。

ミネラルもバランスよく摂取すれば種類によつて過剰なミネラル成分を摂取することになつても害が現れることなく、不足しているミネラルを充足させることで健康に導くことができるのですから、生命機構の複雑さを感じられずには居られません。治療の目的で単一成分を中心に、一時的に多量投与して健康体に導く事例は多々ありますが、医者の処方の下に行つてとて、素人が自分の判断で勝手に行つたものではなかつたことを銘

記しておいて頂きたいと思います。

生命誕生の元である海、この海に構成する地球の様々なミネラルが溶解してバランスが保たれている中で進化した生物のDNAは、自然のミネラルバランスを求め、必要ないものと思われている物も体の構成上必要なものである可能性は高く、土や岩石に含まれている微量のミネラルは全て必須成分であるかも知れません。地中の微生物だけがそれを知っているのかも知れませんね。

化学肥料と農薬、環境ホルモンによつて痛め付けられた土地で造られた野菜や促成栽培で造られた野菜など、微生物の働きを無視した作物に微量栄養成分の欠如や減少が見られ、警鐘を鳴らしていると思われなりません。



満まん堂学術顧問
佐々木 俊雄氏

善玉菌がよろこぶ食事 ひとくち Cooking

さばの野菜重ね焼き

材料 4人分

サバ(3枚におろしたもの)...240g
 にんにく(すりおろす)..... 1かけ
 たまねぎ120g ピーマン..... 60g
 しめじ80g トマト.....200g
 粒マスタード...大さじ2
 パセリ.....4本
 パン粉.....大さじ6
 オレガノ(乾).....大さじ1
 塩・こしょう・サラダ油・オリーブ油

作り方

- ① サバは小骨を取り除いて一口大に切り、塩小さじ1/3、こしょう少々、にんにくをまぶす。
- ② たまねぎ、ピーマンはそれぞれせん切りにし、しめじは小房に分ける。トマトは薄切りにする。フライパンにサラダ油大さじ1を熱し、たまねぎ、ピーマン、しめじを炒める。塩1g、こしょう少々、粒マスタードを加えて味を調え、しんなりするまで炒める。
- ③ パセリはみじん切りにしてパン粉、オレガノと合わせておく。
- ④ 耐熱性の器にオリーブ油を薄くぬり、サバの半量を並べ入れる。トマトの順にそれぞれ半量を重ね(写真)、同様にもう一段並べてのパン粉をふり、オリーブ油大さじ1をまわしかける。200のオーブンで約15分間焼くと出来上がり。



認知の原理

12

1. 典型的な人間観、人生観、労働観

アメリカの心理学者で経営管理学者のクラー(1906~1964)が提唱した「古い人間観×理論、新しい人間観×理論」を参考に挙げてみます。

「古い人間観×理論」

- 1 人間は不正直で嘘をいふ動物である。
 - 2 人間は生まれつき労働を苦しいと思いついて出来るだけ働かないようにする。組織の目的に必要な能率を發揮しない。又処罰するとか脅かされなくては能率を發揮しようしない。
 - 3 人間は命令されたいのを好み自ら責任を取らうしない。
 - 4 人間は本来自己保存だけを考える。
- 「新しい人間観×理論」
- 1 人間は本来正直である。
 - 2 労働に肉体的に、精神的に努力するのは人間の本来の姿であり、それは遊びや趣味に夢中になる場合と同じである。
 - 3 人間は生来労働を嫌うのではない。置かれた条件のいかんによって労働は苦痛ともなり満足の原因ともなる。
 - 4 人間は厳しく監督をされたり命令をされたりしなければ働かないというものではない。

ない。自分が目指した目標のためには監督や命令がなくても自ら進んで全力を發揮する。

5 人間は目標が自分にとって価値があり、意義があるものであればその目標の達成に対して一生懸命になる。

6 人間は常に責任を回避するものではなく、目指した目標の達成に対し進んで責任をもつ。

7 監督や命令がなくても、価値のある目標のためには人間は自主的に仕事を管理し、その結果に責任をもつものである。

幼児期、幼年期に周囲から何回も何回も聞かされる言葉は、少しずつ少しずつ心が食べへていきます。心が食べるというのは、言葉の元エネルギーが喚起されて働き始めるということです。次第にエネルギーが、塵も積もれば山塊となり、「強い栄養ともなり毒素にもなります。」

古い人間観の人間についての内容を、物心がつかない幼年期に、周囲の人から「人間は嘘をつくから信じてはいけないよ」「ねー」と何回も何回も聞かされていたら、次第に「人間って信用できない、不真面目で嫌なものなんだな」「聞いたエネルギーが働いていない人の感情、みんなの気持ちに当然なりません。この言葉の中身の感情は、不信」です。

やがてその心情の中には、警戒心が芽生えます。その警戒心の積み重ねは、心配や恐れを生みます。心配や恐れ、これこそが心の痛みです。「聞いた不信」という毒のある知識(言葉)を長年食べれば、いつも心は痛み、悩まされ続け、心は晴れませんが、信用できないうつ心の痛み、不真面目で嫌だなという不快感、それが毒素です。その毒素を自分が捨てない限り、いつも心の中にそのエネルギーが働いていますから、決して心は穏やかで平和ではありません。毒のある知識(言葉)は、食べてはならないと、食べたなら吐き出し、心の中に閉まっておいてはならないと、心が良く分かります。

夫婦喧嘩が絶えない家庭で育った子供は、虚弱体質、知能未発達の子供になる。アメリカの医者「パーリー」が証言しています。(「パーリー」著、胎児は見ている」参照)

「いつも、相手のをのしる言葉、悪口をいつ言葉、傷つける言葉を聞かされ、食べさせられていたなら、心の痛み、この毒素が身体を発達を妨げる」という実例です。では新しい人間観×理論はどうでしょうか。人間は本来正直で、自主自立、仕事に責任を持ち喜んで働くものである。この言葉を食べると、すっきりします。ほっとします。以上は周囲から少しずつ食べさせられる、言葉=知識ですが、ではどんな時、言葉=知識を食べ込んでしまつかそれを考えてみます。

次号に続く



EUC総合研究所 右田 耕士氏

おなかいきいき健康法 ベーシックセット

商品紹介

「元気の元は胃腸から」、おなかの健康は病気予防の原点です。「おなかいきいき健康法」のベーシックセットで、ストレスに負けないからだを作りましょう。

Aセット

合計 12,000円
(消費税・送料別途)



アルファルファ加工食品
ミネラルバランス食品

ミネラル・微量元素たっぷり
元祖元素
がん そ びん そ



納豆菌加工食品



スーパー乳酸菌納豆菌
元気
ちよとぎな



自然の循環と波動 第8回 山村 徹 (山村波動整体院 院長)

～たし算とひき算～

ある磁石の開発者が、磁石だけで焼却炉を造った。この焼却炉、燃料もいらなければ電気もいらぬ。火種を起こすと磁石が作り出すエネルギーで、鉄類以外のすべての燃焼物を灰にしてしまうのである。しかも灰と煙から排出するダイオキシンの量は少量で基準以下、理想の焼却炉である。

開発者の話によると、ここまでくるのに25年を要したという。現在、認可の申請中であるが、炉を造る材料が鉄板と磁石だけなので、現代の科学、物理学の粋を集めた既製の焼却炉とあまりにも構造が異なっていること、エネルギーを作り出すメカニズムの解明が解りにくいこと、現在の国家基準に合わない点があること等の理由で、現在のところ焼却炉としては認められていない状況である。

このエネルギーは私達の立場から考えると波動や気の科学で、磁石の組成や取り付け方によって磁場が出来、そこに宇宙エネルギーが流入するという理論なのだが、現代科学はそのエネルギーを否定するか解明できないのが実状である。この宇宙に充滿するエネルギーを磁石だけで集積し、焼却炉として機能させた開発者の執念に頭が下がる思いである。

さて、今回なぜこのような話になったかといえば、物の見方、考え方の基準みたいなことを考えてみたいと思ったからだ。まず『たし算』についてだが、現代の文明は全て『たし算』の文明だと私は思っている。科学も医学も栄養学も... 経済さえもそうである。あるものに何かを加えていけば、もっとよくなる。更に加えれば更によくなる、いいものが出るという考え方である。

たとえば病気を治すのに薬を調合する。効かなければ何かを加える。それでも効かなければ更に加える、といった考え方である。この考え方で20世紀は成功してきたのだが、その弊害が随所に露見してい

ることに気づかなければならないと思う。このことを現在の焼却炉の世界で見るとよく解る。

現代の科学、物理学の粋を集め、予算をかけて造られた焼却炉から排出される灰からは、基準以上のダイオキシンが検出され、その処理に莫大なお金が使われ、煙から排出するダイオキシンをなくすために大量の燃料を使い炉の温度を強制的に上げ、地球の温暖化を加速させている。考えられるもの全てを加えても、ダイオキシン問題を解決できないのである。

次に『ひき算』についてだが、この考え方は今あるものの中から、いらぬもの、余分なものを取り除き、一番大切なものに気づいていくという考え方である。今からはこのような視点に立って、全ての事象をとらえていかなければ、本物は見つけきれないのではないかと思っている。その具現化の一つに、磁石だけの焼却炉があったといえると思う。



達磨の経済考

高野山真言宗慈明院住職

吉住 明海



世の中、不景気という風が、なかなか止まらずに吹いている。経済とは、お経が済んだ時と読めば、まんざら僧侶にも無縁でも無かるうと、転んでも直ぐに起き上がる。達磨“にこじつけて考えてみた。

お金を意味する文字が『貝』なのは、周知の事だが『売』は『賣』と昔は書いていた。『買』という漢字に、土を頭にのっけて、賣になっっている。

土とは、志し(心を持った)四ツのお金(貝)とするならば……。

- 第1に、商品が正当適正の物である。
- 第2に、相手(顧客)が喜べる物。
- 第3に、売手が、(顧客)を尊び感謝する。
- 第4に、相互満足(売手と買手の相互)。

そんな“志し”(信念)があつて、売買

が、成立するならば、これを本当の『利益』と言つ。利益とは『利(利益)』『り(りやく)』なのである。だから、神仙にお経をあげて済んだ後に頂くものであるうと思つ。

金銭とは、それ以上でも以下でも無い、扱つ人間の心次第で、『福銭』にも、『貧銭』にもなつてしまつ、この世の仕組みの中、でしか通用しないのが、金銭である。金額の問題ではなく、心のこもつたお金は、福銭である。

貧銭は、人間の心を狂わし、お金の振り回されて、最悪の場合は、お金で自殺したり、殺人事件まで起こしてしまつ……。

金銭で売つてはならぬ物、買つてはいけない物もある。これらの利益は、すべて貧銭になり、昔から『あぶく銭』と言つ。

“必要な物と欲しい物とは、別の物である。欲しい物を必要な物にするから、お金が不足する。資本主義の自由経済は、欲だけの経済にしてはならないと思うのだが……。

合掌

体験談

食

生活も含めた健康について考え始めたのは、私の妊娠がきっかけでした。健康はおなかから」という話を聞いて、元氣満まん堂のAセプトを飲み始め1年半程になります。『生まれてくる子供に少しでも良ければ……』という思いから毎日欠かさず飲むように心がけました。妊娠中の食生活や生活リズムについては十分気を配っていましたが、健康的で正常な出産ができたのも元氣満まん堂のAセプトを飲んでいたのもひとつの理由だと思っています。

生まれきた子供は、暫くは健康そのもので元氣に生まれましたが、生後1ヶ月ほどから顔にシクシクした湿疹ができてはじめて、体は乾燥肌気味になつてきましたので、病院を受診しました。血液検査等の検査をした結果、アトピーと診断されました。血液検査ではアレルギー反応の指標といわれているIGEの値が150もありました(一般的な子供の場合は0~5くらいが正常な値だそうです)。

結局、私が妊娠中に気を配っていたことと同じことを子供にもしてあげればよいということになり、4ヶ月を過ぎる頃から少しずつAセプトを砕いて飲ませるようにしました。5ヶ月頃からは毎日、なつききなを1粒、元祖元素を4粒ずつ飲ませています。おかげで子供は便秘知らずで、調子の良い時は、ふかふかの大盛りウンチをしています。

元氣満まん堂を飲ませ始めて3ヶ月後の血液検査では、IGEの値が148になっており、6ヶ月後には105にまで下がってきています。このまま飲ませ続けることにより、アレルギー体質の改善に繋がればと期待しています。

福岡県福岡市 原口 恵子



活性酸素について 第1回

医療法人明仁会 都築病院 副院長

都築 克幸



～老化、癌などとの係わり～

最近、活性酸素という言葉を目にする事が多くなってきました。

活性酸素は、3大成人病(ガン、脳卒中、心臓病)に非常に係わりがあり、活性酸素による障害をいかに克服するかということがこれからの医学にとって重要だといわれています。活性酸素はダイオキシンのような化学が生み出した新しい毒物ではなく、大昔からある物質です。発見されたのは約50年ほど前のことですが、活性酸素は大昔から私たちの体の中にはありました。

活性酸素について話を進めていきますが、その前に酸素のことについて少し知っていただきましょう。

酸素はろうそくが燃えているのを見て発見されました。酸素は物を酸化します。物は酸素とくっつくことによって酸化されたといえます。そのときに熱や光(エネルギー)が生じます。これを酸化反応といえます。

水素が燃えると、水素と酸素(HとO₂)がくっつき、ボンという音を立てて燃え、水(H₂O)になります。この時に、熱と光が生じ水が出来るのです。同様に炭素と酸素(CとO₂)がくっつくと、二酸化炭素(CO₂)が生じ、やはり高いエネルギーが出ます。

人間の体は基本的に炭素と水素を燃やしてエネルギーを得ています。お米はデンプンですね。このデンプンなどを炭水化物といいますが、これは炭素と水素の化合物です。炭素と水素を体の中に入れ、酸素をくっつけて燃やし、エネルギーを出しているのです。空気を吸いこみ、その中の酸素を利用して炭素と水素を燃やし、水と二酸化炭素を出すという仕組みです。

体の中も基本的には化学反応をおこない、食べ物

を燃やし、そこからエネルギーを取り出し命を保っています。死んでしまえば血も通わず、呼吸もしませんので、体が冷たくなります。もちろんこの時、化学反応は止まります。

酸素を利用している生き物を好気性生物といいます(酸素が好きな生物)。また、酸素を利用しないで生きている生物を嫌気性生物といいます(酸素が嫌いな生物)。

大昔、酸素は毒でした。酸素とくっつくと爆発的に燃えるので、反応が強すぎて普通の動物は生きていけませんでした。昔は酸素を利用しない嫌気性生物が生きていたのです。

大昔は地球上に酸素がありませんでした。地球には温泉がたくさんあり、硫黄がたくさん含まれています。その中に含まれる窒素酸化物や硫黄酸化物などを使い生物は生きており、やがて植物が出てきて少しずつ酸素が増えていきました。

では、嫌気性生物はどうやってエネルギーを得ていたのか？今はどうしているのか？という事を次回にお話いたします。

次号に続く...



『おなかいきいき健康クラブ活動報告』

久住登山 1月20日(日)

まるで妖精が
水面に立ってる
ような...

今回は、総勢17人で久住登山。
樹氷を見るぞ〜と意気込んで行った
のですが、前夜はあまり風が吹いていな
かったようで、ちょっとしか樹氷を見るこ
とができませんでした。



この度の最終目的地は御池。

御池では池全体が凍っていて、とても幻想的でした。

また、山の天気は変わりやすいとはよく言ったもので、御池で昼食後、雲行きが怪しくなった
と思ったら、雪が降り出し、周りが霧で覆われ始めました。そして下山する途中で雨に変わり、
ぬかるみを歩くはめになりました。しかし、始めてみる幻想的な世界はとても素敵でした。



歩いた後のお弁当は
また格別！とーっても
おいしい〜！



大自然が造った大きな大きなスケート場！絶景かな！

元気満ちん堂会員さんコラム

まあむ' kokoro のひとごと

たい'ごかい'すきになあれ！

あなたは、あなたの中の あなたを 知っている？ わかる？ すき？
うん 知ってるね！ わかってるね！ だけど 好き？ あなたのことが・・・
知ってても わかってても ちょっと 知らないふり、 分からないふり、
どんな あなたも あなたそのものだから。
あなたがわかってあげなくちゃ どんなところも みとめられたら、
あなたは あなたが だあいすき！ だあいすきになあれ！
ひかりを はなつて みんな きれい！ みんなだいすき なかまが ふえて
ひかりが つながる ほら ひとつ またひとつ・・・まんまのすがたの 銀杏の木。
きれいな ひかりに つつまれて・・・
楽しいね！ うれしいね！ ひかりがつながる だあいすき！



お知らせとご案内

元気満まん堂 会員 の皆様へ

会員特典が更に追加！

これまでの会員特典に加え、6ヶ月継続購入すると2,000円獲得という会員特典が出来ました。詳しくは、元気満まん堂までお問い合わせください。

新登場

いつでも好きなときに商品購入
元気満まん堂 **フリー会員**

入会金 不要

いつでもご入り用の時に購入出来る、入会金不要のフリー会員システムが新しく出来ました。「注文書兼フリー会員申込書」が必要な方は、元気満まん堂までご連絡ください。

エコセットのご案内

会員の皆様のご要望により、エコセット(Aセット及びBセットの詰め替え用)が出来ました。エコセットをご希望の方は、電話又はFAXでお知らせください。エコセットについているシール6枚を集めて元気満まん堂へ送ると、2000円がもらえます。ご応募をお待ちしております。(フリー会員の方もご購入できます。)



催しのご案内

暗視野顕微鏡による血液観察
3月17日(日)、4月14日(日) AM.10:00 ~
(株)健将 2F 福岡市東区松香台1丁目2-1
費用:会員 2000円 / 一般 3000円
あなたの今の血液の状態を詳しく目で見る事が出来ます。(事前にお申し込みが必要です)
元気満まん堂 静岡セミナー開催
4月20日(土) 18:00 ~
場所:三島文化会館
参加費無料
講師/ EUC総合研究所 右田耕土先生
お近くの方は、お友達とご一緒に是非ご参加ください。お待ちしております。
連絡先:元気満まん堂静岡担当・石井まで

おなかいきいき健康クラブからのお知らせ
参加される方は、元気満まん堂までお知らせください。

山歩き
日時 / 4月28日(日)
健康のために! 頭を空にするために! 歩きましょう。
考えることを止め自然と一体になりましょう。^o^
このたびはどの山に登るのでしょうか?楽しみですね!
集合場所 / 健将前 AM.7:00集合 AM.7:30出発
持っていくもの 弁当、水筒、ピクニックシート
~EX~(エグゼ)花見
日時 / 4月6日(土)PM.3:00 ~ (事前にお申し込み下さい)
「花見でいっぱい」「花より団子?」という季節になってきました。みんなで楽しく友達の輪を広げていきましょう!
興味のある方は2月18日以降に元気満まん堂までご連絡ください。ゲスト大歓迎(一般:3,000円、会員:2,000円)

お申込み、お問い合わせ先 / 元気満まん堂 TEL092-674-4545 FAX092-661-1051



お知らせ

平成14年1月1日より送料値下げ
今まで送料は800円(全国一律)でしたが全国一律500円に値下げになりました。
おなかいきいき健康クラブ体験談
皆様の体験談を小冊子にさせていただきました。只今無料にてお渡ししておりますので、ご希望の方は元気満まん堂までお知らせ下さい。
会員専用HPのボーナス・ポイント情報のアクセス料が9月1日より(当分の間)無料になっております。尚、会員IDとパスワードが必要となります。パスワードをお知りになりたい方は、メ-ルまたは電話にてご連絡ください。メ-ルまたは郵便にてお知らせいたします。尚2月12日より新ID、新パスワードに変更になっております。



お願い

元気満まん堂では、元気満まん堂商品(Aセット又はBセット)のご愛用後の体験談の寄稿を募集しております。なお、体験談をお寄せいただいた会員様には、お礼と致しましてご希望のお試しセット(Aセット又はBセット)5セットをお送りさせていただきます。何卒、よろしくお願い致します。

編集後記

みんな何が楽しくて山に登るのだろうか?と最近不思議に思っていた。しかし、なんとなくわかったような気が…。山を歩いているといつの間にか「無心」になり、それが私の頭のもやを取り除いてくれました。不思議な感覚でした。言葉には出来ませんが山が私に何かを教えてくれました。下山するときにはなぜか感謝の気持ちとあふれる涙を抑えることが出来なかったのです…

みんなの健康応援団

元気満まん堂 FAX 専用フリーダイヤル

表題
慈明院住職 吉住明海

元気満まん堂

みんなの健康ライフ

0120-49-9993

URL・・・http://manmam.co.jp/