



気功教室



基本の気

なんでん屋



気功教室

基本の気



目次

気の確認方法（舌の動きと呼吸法）

気をおぼえるコツ

物体で気をチェック

体で気をチェック

気でヒーリング

気功で病気をさがす

気功で治すのではなく、自然治癒力

気をもろう

気は、「かかってこんかい！」のように構えるのではなく、

「すきにしてえ〜」というように、カラダ全体ですべてを受け身状態にします。

そうすると、相手の動きが空気で読めるようになります。

武道の達人になれるかもしれません!?

気の確認方法（舌の動きと呼吸法）

歯は噛まない。

舌の先が歯の裏にペタっとくっついている。

息を止める感じで、かすかな鼻呼吸。

呼吸は、吐かずに吸い込むだけ。

そこで、手のひらの感覚がわかればOK!

気をおぼえるコツ

練習です。

さきほどの状態で、右手の手のひらを力を入れないで、自然に開いてください。50センチの風船を持つように、両手を開いてください。

左手は、力を入れないで、まっすぐ開きます。

右手を、左の手のひらから3センチまで、近づけてください。

右手をゆっくり、ゆっくり左右に振って下さい。

すると、右手の手のひらに、何か物体を感じたり、感じなかったりします。

右手が左手から離れると、右手が軽くなります。

また、左手に戻ってくると、重くなります。

この感じる感覚が、気なのです。

どうです？

できたでしょうか。

日本の戦前には、こういうことをできる人がたくさんいました。

これを、手当と言います。手かざしとも。

手を当てることも手当といい、体に痛みが走った時、自然に自分の手で押さえ
ませんか？

これも手当です。

これは、人間が生まれてから現代まで、ずっと変わらない人間の動作です。

だから誰でもできるのです。

肩もみがうまいと言われる人は、すぐできると思います。

物体で気をチェック

夜中の暗闇で手をかざしながら、家具やまわりの壁を確認するように、手を前に出してください。

そのままの状態で、パソコンのモニターやパソコン、テレビに向かって手を動かしてみましよう。

手が重くなったり、軽くなったりします。

これも、気です。

物体からも気を発しています。

電気製品だとわかりやすいですね。

電気部品の中で、パワートランジスタなどから気を感じる事ができます。

体で気をチェック

そばにいる人に立ってもらい、背中側に回りましょう。

まずは、肩がこっている箇所に手をかざし、その付近を触らないで手を動かしてみましょう。

手が重くなったり、軽くなったりします。

手が重くなる部分の肩がこっているはずです。

こんな感じで、他人の体の不調を感じる事ができます。

気でヒーリング

さきほどの肩に手をかざした状態で、手を動かさずじっとしててください。

1分か2分、そのままにして相手に肩が温かくなったらか聞いてください。何となくそんな感じがすると答えてくれれば、気を送る事に成功しています。肩が軽くなったといってきたら、あなたは立派な気功師になれるでしょう。あとは練習あるのみです。

気功で病気をさがす

気功で、痛い場所、血液の流れが滞っている場所、または血流の悪い場所、正常ではない臓器を探し出すことができます。

相手がリラックスした状態で、背中から手をかざしてみます。

普段、痛い患部がある場合、その付近をそのままかざしていると、手のひらや手の甲がだんだん痛くなってきます。

慣れてくると、場所によって痛みが異なることがわかるようになります。

これは、あなたに病気が移ったのではなく、相手の症状の悪さ加減で痛みが強くなります。

これ以上はやばいと、思うかもしれませんが。

安心してください。

手を離せば、そのうち元に戻ります。

悪いとわかれば、相手に病院へ行くよう勧めてください。

治せるかもしれないと思ったひと。

まだまだ無理です。

恐らく相当の修行と医学に関する知識、それから経験、いわゆる場数を踏まなければなりません。

気功で治すのではなく、自然治癒力

気功を扱えるようになると、だんだん人に試してみたくなくなります。

助言するのはいいのですが、病気を治すとか治したと言わないでください。

医療行為は犯罪です！

医師法違反なのです！

プロはそこをわきまえて営業しています。

わたしのやり方だと、「自然治癒力をアップさせます」と言うでしょう。

これも独自論ですが、気功自体ではたいして治せません。

相手の自然治癒力の根本に、いかにパワーを送るかが重要なのです。

あなたが人を治したのではなく、相手の元気が増せば、自然に病気はおさまってきます。

プロはその方法を知っているはずですよ。

わたしも知っていますが、んーこんな感じとしか言えません。

理論は無いです。

体が勝手に覚えていきますから・・・

実績として、

会社の上司で、50歳の方の五十肩が3週間でよくなりました。

1日10分間、肩付近に気を当てて、5日ぐらいでした。

退職された方で、朝の5分間、後頭部に気を当て、3週間続けました。

1ヶ月後、病院に行ったら、医師に高血圧が治っていると言われたそうです。

薬の服薬もやめられたのでしよう。

本には、気でよくなれば再発しないと書いてあります。

体が自然に良い状態を覚えてしまえば、再発しにくいのではないかと思っています。ます。

病気がちな人、自然治癒力が増せば、元気になっていきますから、落胆しないでください。

運動、スポーツ、ウォーキング、体操、それから一番大事な食事。

自然治癒力を回復する一番の方法は、食事なのです。

体が悪く前に、いつも食べていたもの。

それこそが元凶ですから、今からでも遅くはありません。

食事だけでなく、食べ物すべてを考え直しましょう。

気をもろう

若い人の中に行くと元気になることがある。

若い人の身体から発せられる気のパワーを受けて、少ない気を補い気が充実し出す。

若い人の良い気であればよいが、悪い気の場所にいくとムカムカし出す。必ずしも、若い人のそばに行くことは薦められない。

年寄りが使う言葉で、若い人のエキスをもらうと、よく言っていました。まさにそのとおりだと思います。

口伝えで伝わってきたのでしようけれど、本当のようです。

年老いて病気で入院していると、だんだん衰弱していき、最後は亡くなってしまいます。

それは、元気がなくなるのです。

気の元が減ってくるのです！

せめて、まわりに若い家族がいれば、元気の気を運んでくれます。

ですから、自宅で看護される方が本人にとっては、元気になる可能性があります。

す。

声をかけるだけでなく、そばにいる、子供達のようににはしゃぎまわり、その場をかけずりまわるような、元気な姿を見せるだけで、元気を取り戻すでしょう。

なんでん屋

healing_nan@yahoo.co.jp