



気功教室



気の応用編

なんでん屋



気功教室

気の応用編



目次

チャクラを活性化させる

気功の基本は右回転

チャクラを活性化させる

活性化したチャクラは、いい状態でチャクラを取り入れます。

チャクラに気と解釈してもよいようです。

いい状態、つまり活性化したチャクラは、時計回りに回転してエネルギーを取り入れるようです。気も、右回りで送れば、いい気が送れるようになります。

逆によくないときは、動きが止まったり、詰まったり、逆回転（左回り）したり、エネルギー（気）が取り入れられない状態になります。

（全開運！しあわせ 8月号より抜粋・参考としました）

手の平には、気の出入り口があります。

チャクラは第7チャクラまでであり、手の平は含まれていません。

インドの思想と中国の思想は、この点が異なっています。

しかし、気を一番感じる場所は手の平です。

一番感覚が敏感なところでもありません。

チャクラの場所に持っていくのも、手の平です。

決して足の裏ではありません。

参考に、

自然な睡眠をとりたいたなら、第3チャクラ（みぞおち）に両手をおいておくと、穏やかな自然の睡眠がとれます。

不眠症で悩むかたは、試してみるとよいかもかもしれません。

気功の基本は右回転

気を当てる時、ただじっとしているだけでは、気の送る量は少ないです。

普通は、左右に手を動かしながら気を送るのですが、送れない人もいます。

その人は、手を意識的に左方向へ動かしているからです。

そういう人は、右に向かって手を振ってみましょう。

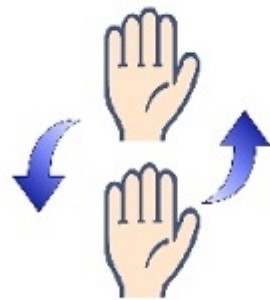
そうすれば、気の送られた患部に、温かみが感じられるでしょう。

例えば、ひざが痛ければ、右手をひざから5センチほど離し、意図的に右に振ってみましょう。すると、ひざが温かくなり、ひざを温感シップしている状態になります。

もっとパワーを出したいときは、右手の平を患部にかざしながら、グルグル時計回りで回してみましよう。

そうすれば、もっと気を感じやすくなります。

そうして、たくさんの気を送ることができます。



昨日のチャクラが右回りというヒントで、思いつきました。

気功で言う小周天も右回りです。

知っている方はネットで調べてみてください。

また、右手の平を反時計回り（左回り）にして、だんだん遠ざけると気が抜けてしまいます。あまりしませんが、体がほてっているときはスツとするので、有効だと思います。

まあ、反時計回り（左回り）は、気に関してあまり変わらないのが実状なのでしょう。

なんでん屋

healing_nan@yahoo.co.jp