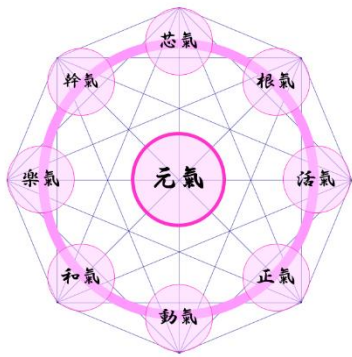
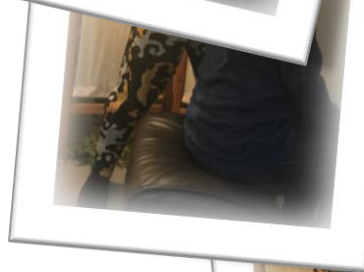




写真で 見る

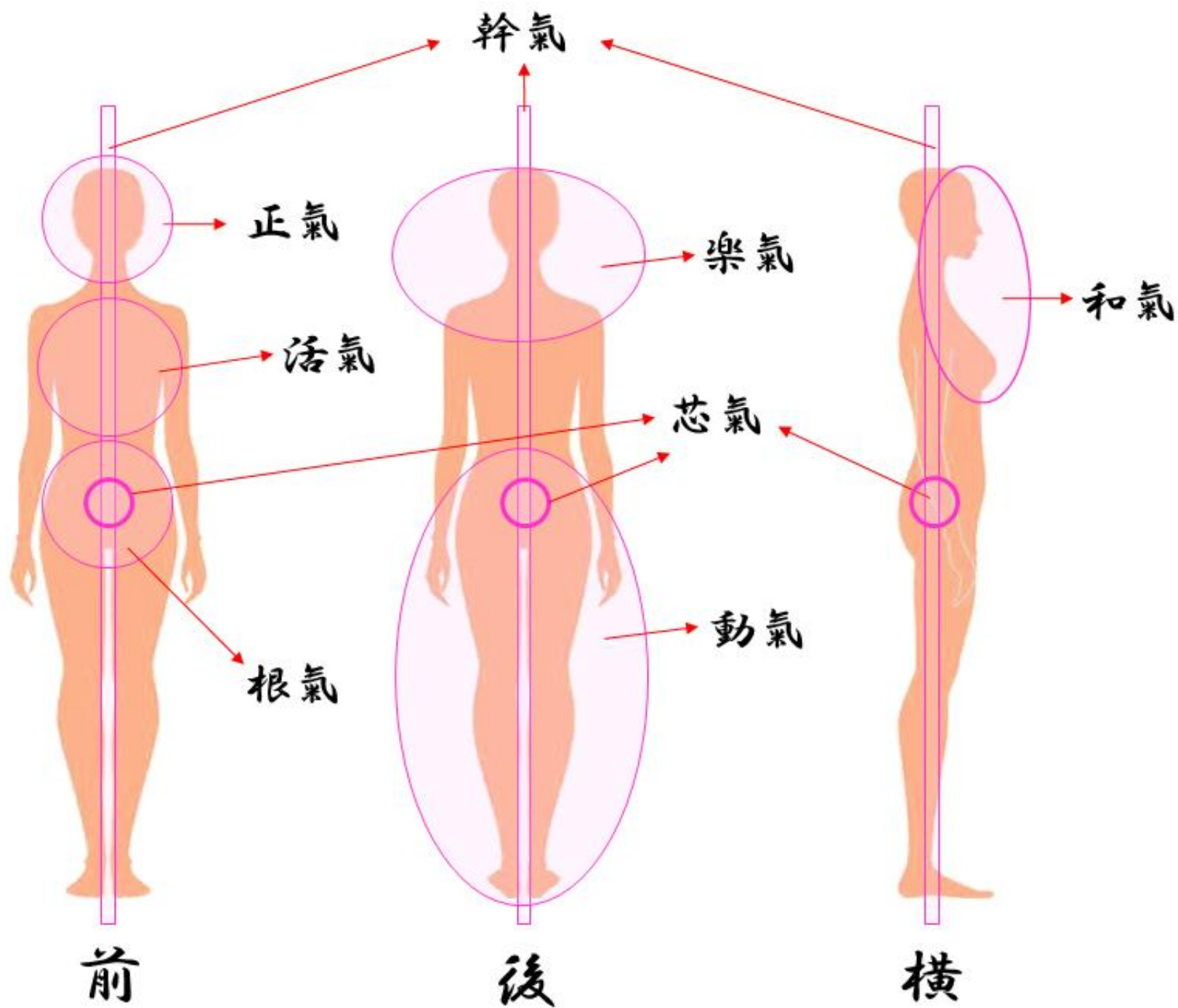
重芯調律技法

じゅうしんちょうりつぎほう



心身元氣樂





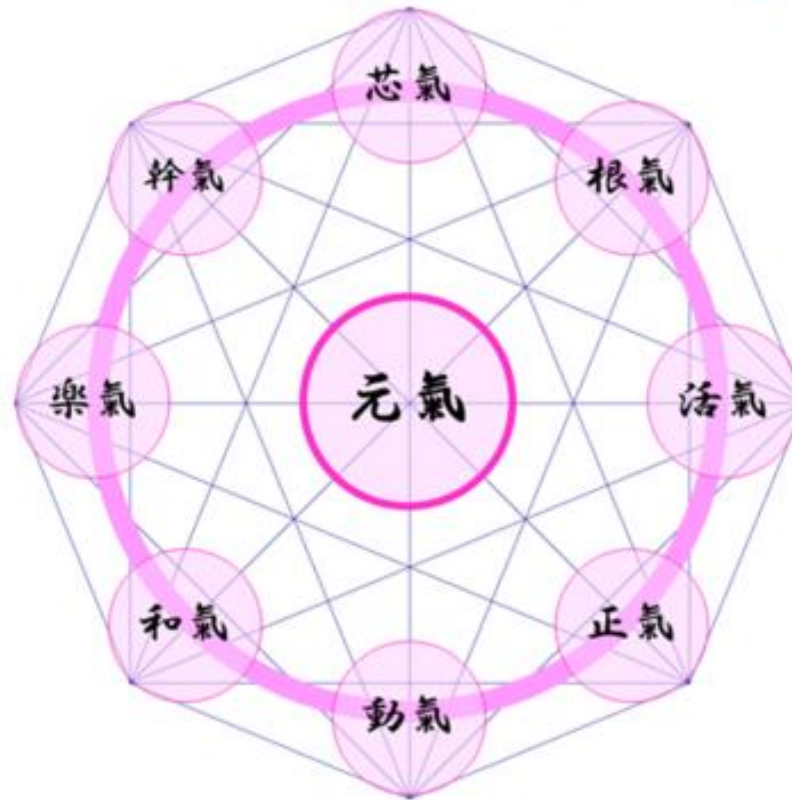


施術方法は、大きく分けて2種類。

- 立って行う「起立式」 (きりつしき)
 - 座って行う「着座式」 (ちゃくざしき)
- があります。

※今回は座って行う「着座式」を掲載します。

はっしんりょういき
八神領域



それでは、次のページより、
それぞれの部位を確認していきましょう♪

しんき
芯氣



しんき 芯氣の解説

【カラダのどの部分？】

下腹部。厳密に言うと
仙骨（せんこつ）の中心部。
人間のカラダの「中心点」（重芯）でもある。

【どんな役割があるの】

この部分が整うと、心身ともに
『芯』がしっかりした状態になる。
心身のバランスを取る上で、大切なポイント。

かんき
幹氣



かんき 幹氣の解説

【カラダのどの部分？】

頭のとっぺんから地面まで、
縦に伸びているカラダの中心軸。

【どんな役割があるの】

「物事の幹を捉える」という言葉がある通り、
この部分が整うと、「俯瞰」（ふかん）して、
本質を捉えることができる。

こんき
根氣



こんき 根氣の解説

【カラダのどの部分？】

下腹部周辺の部分。

【どんな役割があるの】

「性根（しょうね）を据えてかかる」

という言葉がある通り、この部分が整うと、
精神が安定し、どっしり構えることができる。

らっき
楽氣



らっき 楽氣の解説

【カラダのどの部分？】

頭～肩にかけての部分。

【どんな役割があるの】

「肩の荷を下ろす」「肩の力を抜く」
という言葉がある通り、この部分が整うと、
リラックスし、「氣楽」な状態を作れる。

かっき
活氣



かっき 活氣の解説

【カラダのどの部分？】

胸～背中にかけての部分。

【どんな役割があるの】

「活氣があふれる」「活氣に満ちる」
という言葉がある通り、この部分が整うと、
適度なバランスで「活力」を維持できる。

わき
和氣



^{わき} 和氣の解説

【カラダのどの部分？】

頭～胸にかけての部分。

【どんな役割があるの】

「和氣あいあい」という言葉がある通り、この部分が整うと、人との「和」を保ちやすくなり、人間関係が円満になる。

しょうき
正氣



しょうき 正氣の解説

【カラダのどの部分？】

頭全体の部分。

【どんな役割があるの】

「正氣に戻す」という言葉がある通り、
この部分が整うと、冷静沈着になり、
「正しい判断／思考」を下しやすくなる。

どうき
動氣



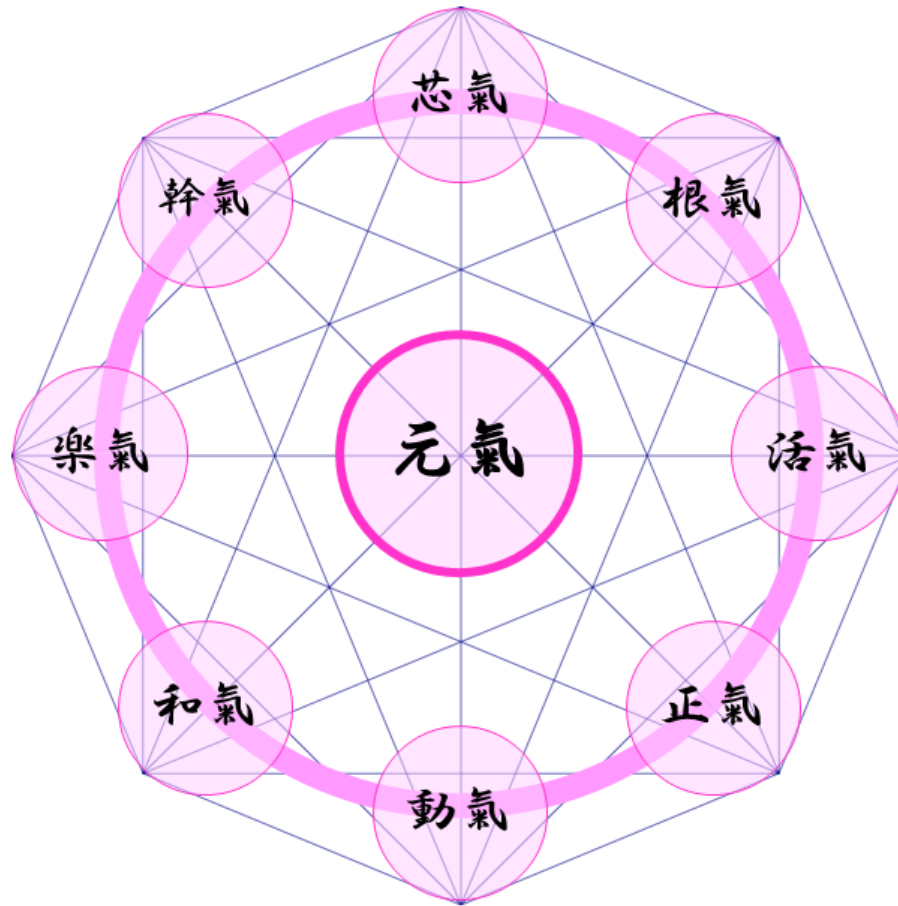
どうき 動氣の解説

【カラダのどの部分？】

腰～足全体にかけての部分。

【どんな役割があるの】

「足取りが軽い」という言葉がある通り、この部分が整うと、あらゆる意味で「動き」がスムーズになり、「行動力」が高まる。



1つの要素だけではなく、
8つすべての状態を
バランスよく整えることが大切です。



もう一度
最初から見る

