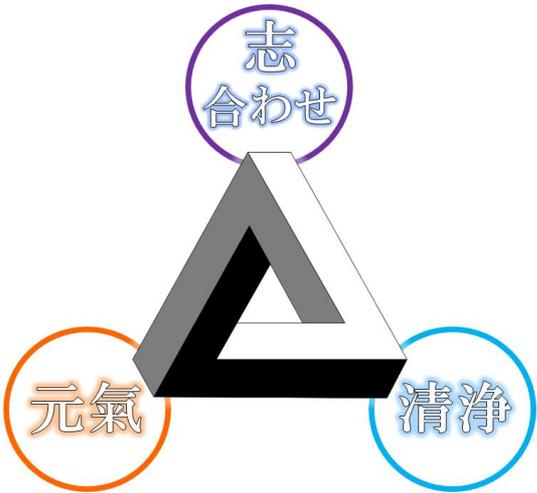
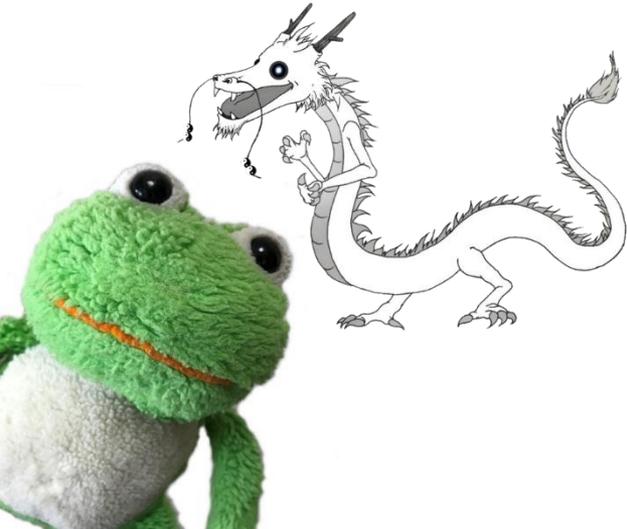


ゆるふわガイド②

きれい、さっぱり、軽やかに♪

せい じょう  
『清 浄』 すれば正常へ



心身元氣樂



# ★今回の内容★

- 『清浄』の威力を見よ！
- 『清浄』の種類を分けてみた
- 人間は身軽が「正常」



ケーロー君



レイジ君

解説  
するぜ！

さとみ  
悟美ちゃん

一緒に  
学ぼうね♪



今回のテーマは、

清浄

せいじょう



「正常」に動くために  
不可欠なのが 清浄。  
古来から日本人が大切にしてきた技さ。  
説明していくぜ！

次のページへGO！



よし！  
学ぶぞっ！



『清浄』の  
威力を見よ！



ここで言う**清浄**ってのは、  
不要なものを取り除いて、  
キレイさっぱりすることさ！

イヤかんじ  
だぞ！



清浄？  
せいじょう？

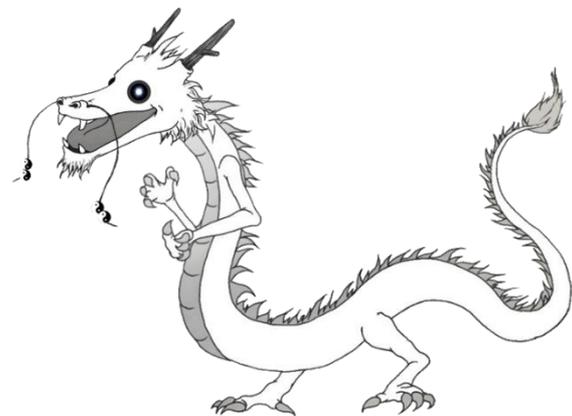
え？  
どうなるの？



とりあえず見たほうが早いな。

なあ、**ケーロー**。

いっちょやってみてくれ！



うん、  
やる！

ケーロー君が  
見せて  
くれるのね♪

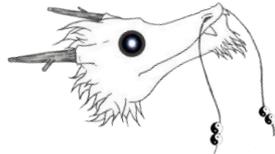
お！





清浄

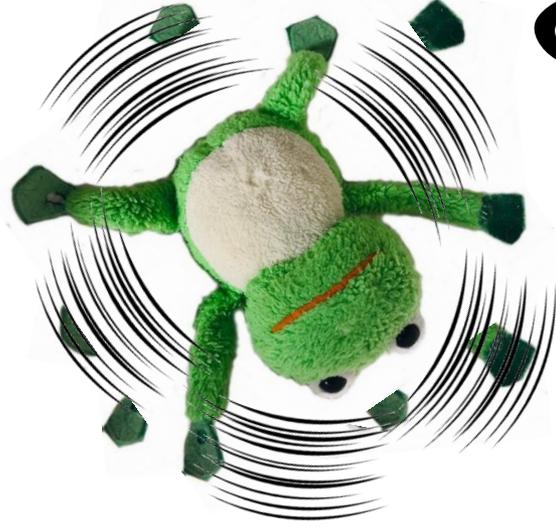
してるな♪





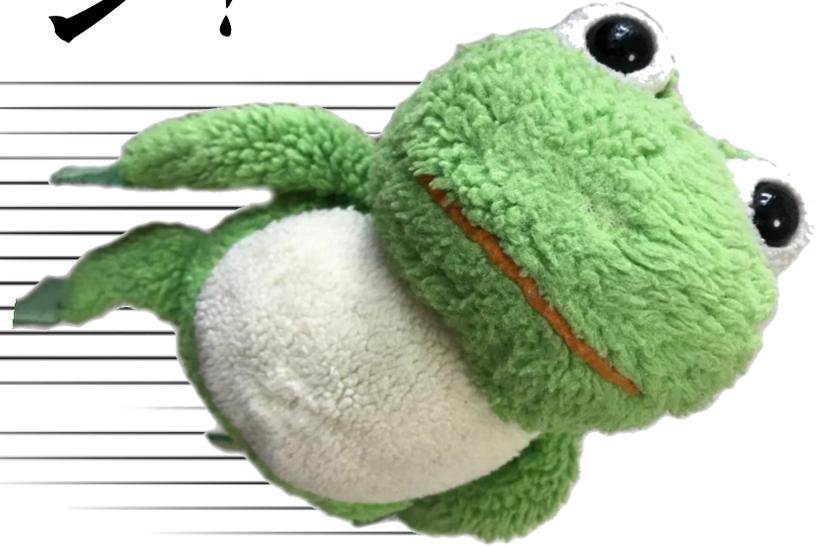
ひ

ゆりゆりっ!



しゅばしゅばっ!

スイスイイン!



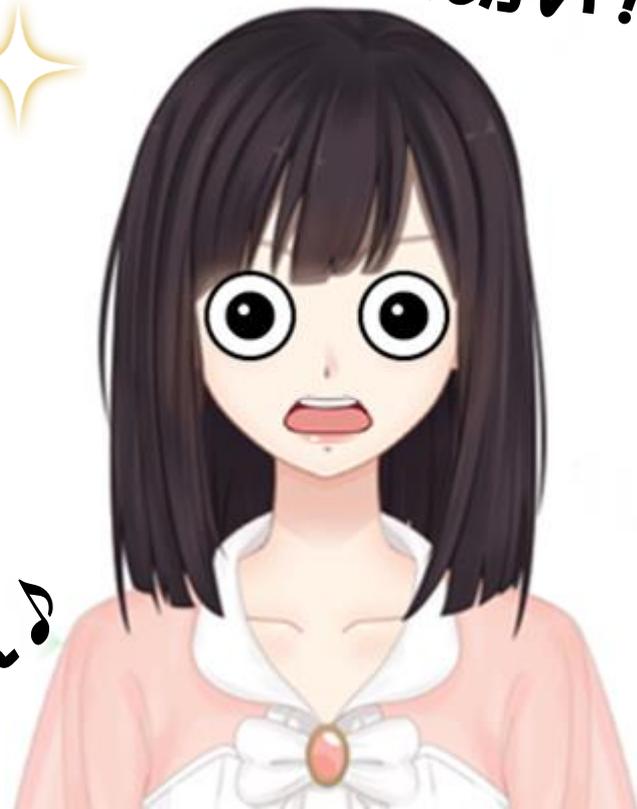
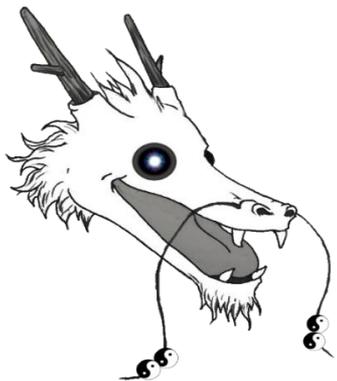
スイスイイン!

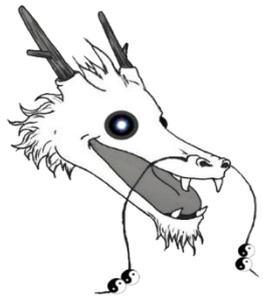
すたっ

空飛ぶんかい!

な!  
身軽だろ?

スギえ♪





説明すると…そうだな。  
「機械」をイメージしてほしい！



サビついていたたり、汚れがつまっていたたり、  
回路がからまっていたりすると、  
動きが遅くなって、にぶくなるだろ？



人間も似たようなもの。  
「正常」に動けなくなるのさ。

へえ～



清浄

だからこそ、日本人は  
の習慣を大切にしてきたんだ

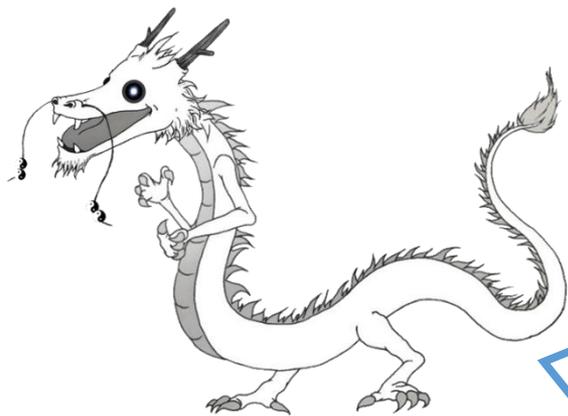


ふむ  
ふむ

心身ともに  
スッキリ  
さえわたるぜ！



# 『清浄』の 種類を分けてみた



日本語には、

● 「風通しが良い」

● 「水に流す」

って言葉があるけど、  
色んな意味で使われてるだろ？

風通しの良い職場♪



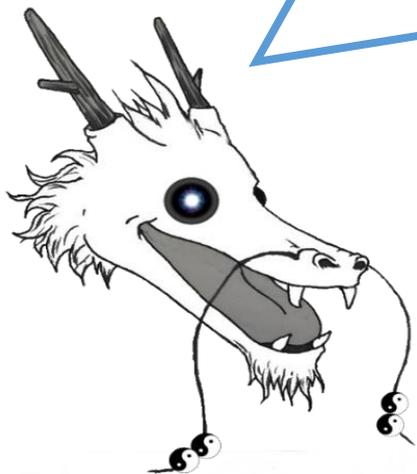
過去の事は  
水に流そう



たしかに。  
なるほど！



これらの日本語は、**清 浄** を表している言葉。  
目に見える物質的な意味だけでなく、  
見えない「波動」「空気感」も表している。



**種類も幅も  
広いのさ！**



**日本語  
深いねえ**



**清浄** は、奥が深くて細かいけど、  
カンタンに大きく分けると…

「どこ」を**清浄**？

- 身の回り
- 自分自身

「なに」を**清浄**？

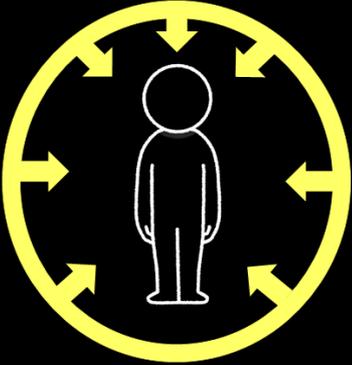
- 見えるもの
- 見えないもの

組み合わせると**4パターン**。  
次のページに図をのせてみたぜ！



**了解！**



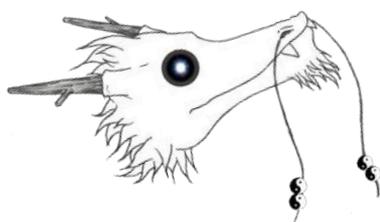
<p>どこ</p> <p>なに</p>	<p>身の回り</p> 	<p>自分自身</p> 
<p>見えるもの</p> 	<p>①</p>	<p>②</p>
<p>見えないもの</p> 	<p>③</p>	<p>④</p>

# 清 淨

どこ なに	身の回り 	自分自身 
見えるもの 	①	②
見えないもの 	③	④

- ① 「身の回り」 × 「見えるもの」
- ② 「自分自身」 × 「見えるもの」
- ③ 「身の回り」 × 「見えないもの」
- ④ 「自分自身」 × 「見えないもの」

この4パターンの  
組み合わせになる



説明を  
補足すると...



ほう

身の回り



物／空間／場所／  
時間／人間関係など

自分自身



思考／感情／感覚／  
身体など

見えるもの



ゴミ／ホコリ／  
雑菌／汚れなど

見えないもの

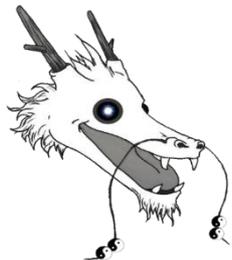


不要なエネルギー  
(邪気／雑念) など

どこ なに	身の回り 	自分自身 
見えるもの 	①	②
見えないもの 	③	④

# 清 浄

「掃除」「洗濯」「片付け」  
「洗髪」「洗顔」「手洗い」「消毒」  
「断食」「デトックス」「空気清浄」  
「盛り塩」「風水」「空間波動調整」  
「禊」（みそぎ）「祓い」「清め」  
などなど全てふくまれている。



細かいノウハウは  
また別の機会に伝えるぜ！



人間は  
身軽が「正常」



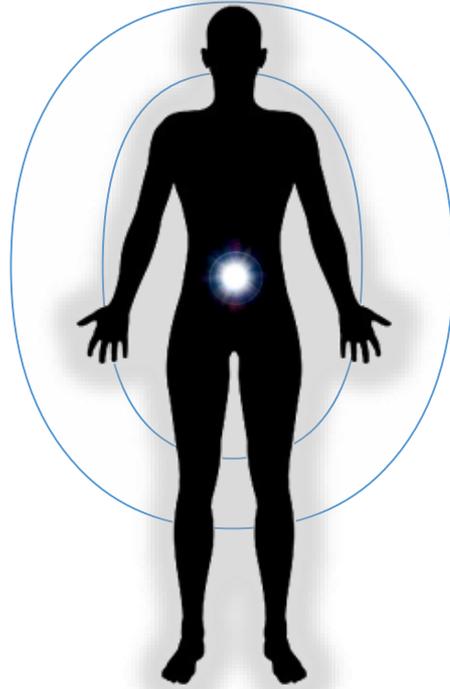
古代人を見てみると、  
服も持ち物も少なくて身軽。

究極の「シンプル」。

おおッ!



実は、人間も動物も、  
不要なものが削がれた状態が「正常」。  
ほぼ何も無い、**ゼロ**状態こそが、  
本来のパワーを発揮すると言われている。

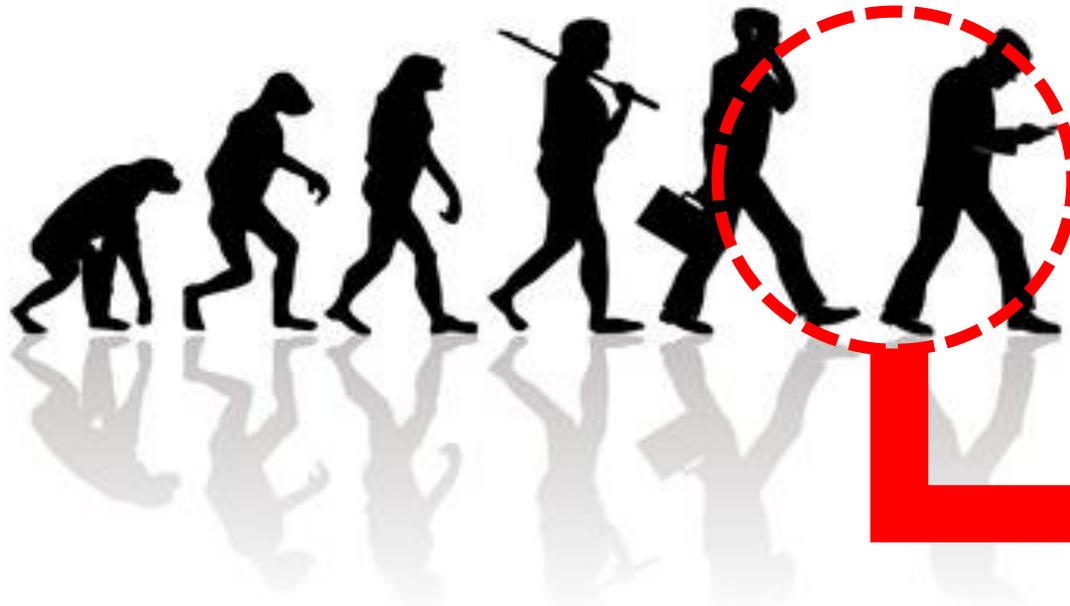


マジヤ!

マジ?!



諸説あるけど、そもそも物や食料や情報が、  
あふれまくってるのが「異常」。  
人類の歴史から考えると、つい最近だからな。



「異常」

質素で身軽な時代が長かったから、  
それが「正常」モードなのかもな。

そういう説なのか～





60キロの米俵5俵  
= **合計300キロ**  
を軽々と担ぐ女性達。

引用元:庄内米歴史資料館

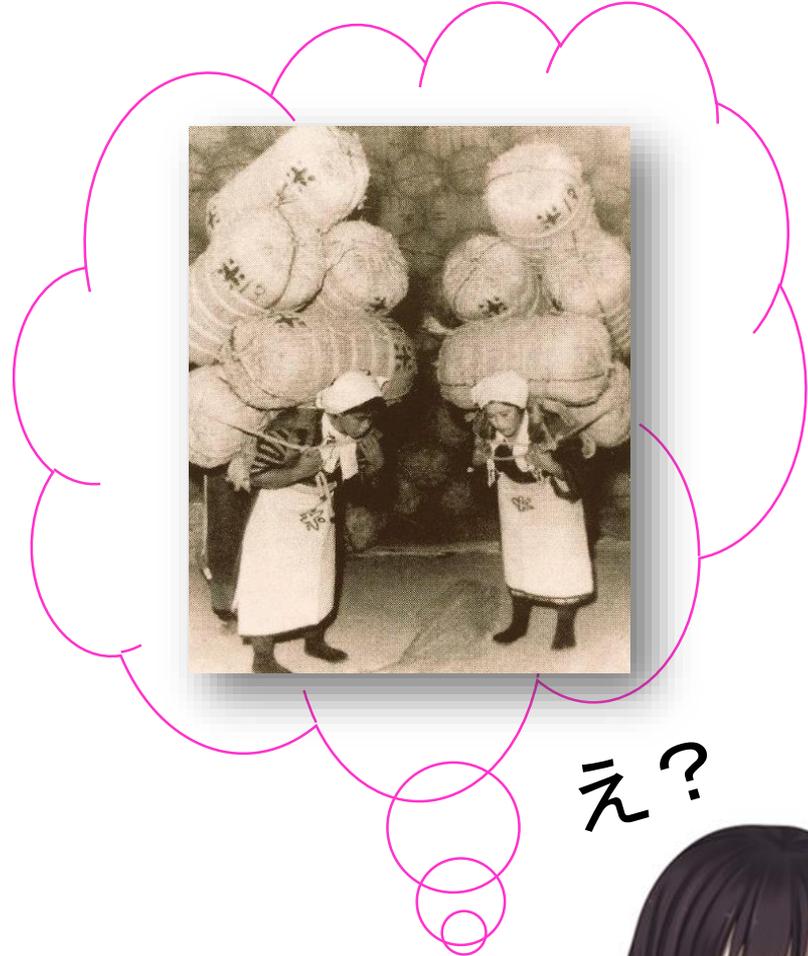
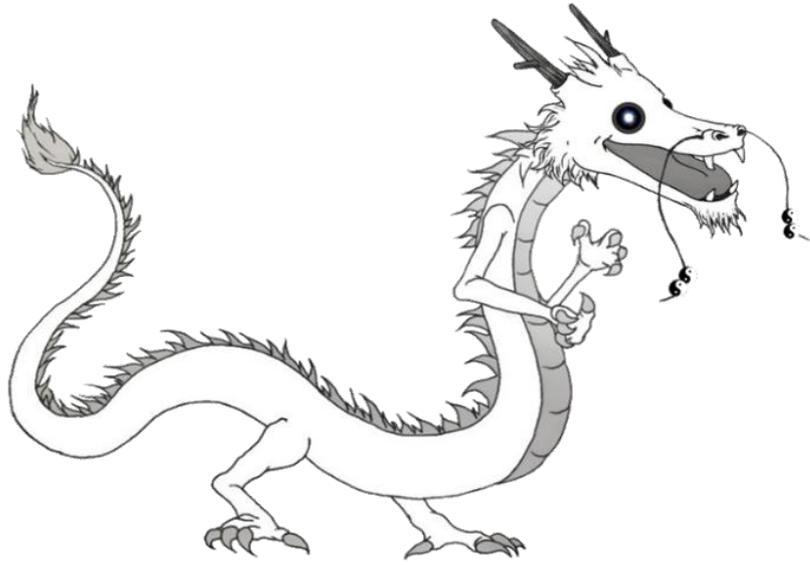
ちなみに、明治時代は、  
とても質素だったけど、  
こんなのも**朝飯前**



**ぎょく!**  
**馬鹿なっ!**



**清浄**を極めれば  
**いけるっしょ!**



え? え??

**科学の原理、  
無視してるよね?**

**しかも女性?**



**いける  
っしょ!**

というわけで今回はここまで！

# 清 浄

## せいじょう

いかがでしたか？

応用編は  
また別の  
機会で！

もっと  
知たいら



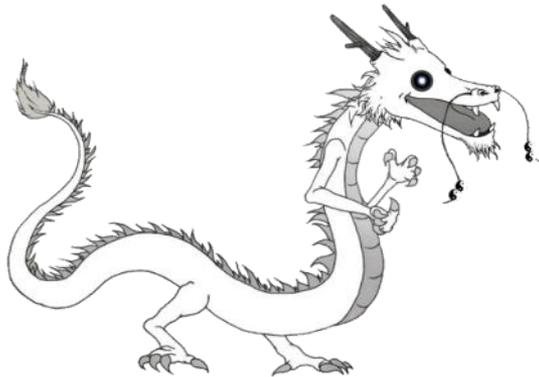
心身元氣樂<sup>♪</sup>では、

他にも、様々な「和」の精神、  
古代日本人の叡智をお伝えするぜ♪



最後まで見てくれてありがとう！

続く



また一緒に  
学ぼうね♪



●著作権について

この教材(資料)は、著作権で保護されている著作物に当たります。

●本誌の取り扱いについては以下の点にご注意ください。

本誌の著作権は、発行者「日本心身元氣楽協会」(以下著作者)にあります。

著作者の許可なく、本誌の一部または全部を、改変・修正・書換え等する事を禁止します。

●損害賠償

クライアントが本契約に違反した場合、直ちに著作者に対して、  
出版権、著作権、著作隣接権の侵害として1000万円の金額を支払うものとします。

●その他

本誌の情報より、いかなる損害が生じたとしても、著作者は一切の責任を負いません。  
すべて自己の責任でおこなうこととします。

本マニュアルの改変・修正・書換え等を発見された方は、速やかにご連絡ください。

もう一度  
最初から見る

