

CLAIR SOUL MAGAZINE

[クレアソウルマガジン]

クレアハートな人々編 特別号

クレア
ハートな
人々特集

人生きらめくクレアハートライフ
仕事を楽しむ 私のスタイル

自分のからだは全て知っている
だから痛みを解決し自分で治す

天城流湯治法 創始者 杉本錬堂

意識を変えることで自分らしく羽ばたく

わたしとクレアハートについて

クレアファイブ 円山サロン 山下景子

大好きなこと「絵」と「天使」
グランマ・モーゼスと私について

エンジェリック・
ヒーリングエナジアーティスト&
ヒーラー

エレマリア

自分のからだは全て知っている だから痛みを解決し自分で治す

「天城流湯治法」と共に
セルフメディケーションを日本から世界へ



「湯治」「和食」の健康文化は
日本の最も誇れる文化だ。

天城流湯治法 創始者 杉本錬堂

1995年11月私が生まれ育った伊豆で天城連峰を見ているときに感じた衝撃的な気づきから全てが始まった。

「伊豆の観光がダメになる」と。当時、私は「菓子の木」と言うフランス菓子屋のパティシエをやっていた。

私は何故？・そんな事をひらめいたのかあまりにも唐突で、最初は何を考えているのか？自分でも判らなかつた。

改めて観光について考えてみた。伊豆の観光とは、昔は湯治を中心としたからだを温泉で治し、地域の食べ物で治す、周りの大自然で心を癒すなど、人々のからだと魂の浄化を担っていた。

温泉に入っていると「痛みが和らぐ」「関節の可動範囲が広がる」この2つの利点を使ってほぐす、のばす、ゆるめる事によって、関節の痛みの緩和や身体の滞りが軽減して、症状が和らぐのである。

この利点を科学的には解からなくても先人達は知っていて、からだの調子が悪くなってくると温泉で湯治をして、疾病を抱えて病院に入院した後などは、社会復帰するまでのリハビリを温泉地で過ごしていた歴史があったのだ。

やがて、私ははつきりと理解した。

じゃあ「現代の湯治文化」を作り上げていこう！と。こうして「天城流湯治法」にたどり着いたのだ。



「湯治」「和食」の健康文化は日本の最も誇れる文化だ。

日本人の健康寿命は世界でも屈指で、その源は入浴と言うお風呂の文化ではないかと思う。

温泉やお風呂で、我々日本人は知らず知らずに一日のからだの疲れや汚れを落とし、心の疲れをリセットしている。現代の日本人はその習慣や叡智をいつのまにか忘れてしまっている。そのためからだに心にストレスが溜まってしまつて心の病、からだの不調を抱えてしまっている人が多いのではないかと思う。この日本の叡智は世界でも何となく皆が感じていると思う。

世界の健康保養地を訪ねて、よく見ると日本の指圧をベースにしたマッサージ、食べ物や和食に似たもの提供していたり、趣きはワビサビの世界を作り上げているなど座禅や瞑想、からだや心に意識を向ける日本的な文化を中心にしている所が多い。

今や世界中が高齢化社会を目の前にして、西洋医療の他に、健康になるための「何か」が無いかと求められている。面白い事に、海外では統合医療の研究、開発が進んでいるが、日本はその健康文化の宝庫でありながらその部分が抜けている。健康文化の神髄はこの日本にあるのに・・・

その中でも「湯治文化」は日本が一番進んでいる。

世界中の人達は潜在意識の中で日本人がもともと持っているそのメソッドを取り入れていきたいと感じている。そのため天城流湯治法と共に私は世界に招聘される事が多い。



日本の健康文化、湯治と共に「自分のからだは自分で治す」と言うセルフメデイケーションを日本中に広げたい。ちよつとしたからだの痛みを自分で解決していけば、医療費の削減にもつながる。

痛みによつての家庭での暗い雰囲気も無くなり、更に健康寿命が延びる。やがてそのムーブメントにより、世界の健康保養地、日本となつて健康を求めて世界中から人が集まり、日本に滞在して、安全なものを食べることで（日本と世界が）ともに発展していくと信じ天城流湯治法を広げている。

杉本錬堂 プロフィール

天城流湯治法 創始者。自宅の伊豆にいるときは時間の許す限り天城連峰の山に入り、その山の自然界に身を置き、自然が教えてくれる事、自然の中でひらめいた事を通じて身体からのメッセージを形にして人々に伝える。

天城流湯治法 そのメソッドは医療関係、施術家の技術に、からだで表現するアーティスト、スポーツ関係、武術関係のパフォーマンス上げる あらゆる人々のからだ関係に影響を与えよりよい健康生活QOLの向上を図る。



クリアファイブメルマガ「クリアハートな日々」より PICK UP
 お得情報満載のメールマガジン好評配信中
 読者投稿コーナーは各界のプロが登場！
 購読は無料、QRコードから！



私とクレアハートについて

代替療法との出会い。

「意識」を変えることで自分らしく羽ばたく。

「クレアハート」は
意識改革のセッション。
自分自身が何者であるか？
自分の本質を知り、
内側（ハート）の答えに気づくこと。



私は、幼少期の頃から体が丈夫では
なく、外で遊ぶより、室内で読書や
勉強といういわゆる文系女子でした。
一人で過ごすことが多く、あまり対
人関係が得意でなかった私は、どう
したら人と心地よく関わるものがで
きるのか学びたく、心理系カウンセ
ラーを目指し大学に進学。しかし、
学生時代に発覚した病に左右され、
志半ばで挫折。結婚後、再び勉強を
再開しましたが、理解が深まるとそ
の当時の心理学の捉え方では「人の
意識」を変化させていくアプローチ
に乏しいと感じたのです。
そんな時、後に師となるCさんとの
ご縁から、自分の意識が「病氣」を
選択していた！意識を変えようと体は
元気になっていくのだということに
改めて気づきネガティブな気持ちを
手放すに至りました。こうして私は
「代替療法」を知り、長年の闘病生
活に終止符を打ち、自分らしく軽や
かに羽ばたけるようになったのです。
その後、国内外を旅して、幾人もの
スピリチュアルティーチャー・マス
ター、代替療法師に出会い、師事しま
した。中でも、数秘術のキャロル・ア
ドリエンヌ女史、BBSHのバーバ
ラ・ブレナン博士、The School of
Imagesのキャサリン・シェインバーグ
女史との出会いは鮮烈で、大きな影
響を受けました。情熱と希望を抱き、
テーマに謙虚に取り組む彼らの姿勢
が美しく、強く憧れました！彼らが伝
えている事は共通しており、アプロ
ーチは異なりますがどれも「自分自
身が何者であるか」自分の本質を知
っていくための方法でした。つまり

外側から沢山の刺激を受けることで、
「自分の内側」の答えに気づき、「聖
なるもの」（強く安心感のある存在）
を意識し繋がることで、より充実し
た生活を送ることができるようです。
こうして、長い時間と費用をかけて
きましたが、これら体験から気づき
を得、意識を改革するセッションと
して数秘術など様々な要素を取り入
れ「クレアハート」を確立しました。
クレアファイブ山下景子のオリジナル
であり、集大成です。今後も、各
種セッションや講座を通して、地に
足をつけて、自分自身、が望む人生
を創造することをお手伝いしてい
きたいと思っています。クレアファイ
ブ山下景子の旅は、道半ば。これから
もどうぞよろしくお願いいたします。

あなたが変わるスペシャルセッション

「クレアハート」

プライベートサロン「クレアファイブ円山」

【ご予約TEL】 080-1876-0522

【HP】 <http://www.clair-v.com/>

【E-mail】 keichany@777.plala.or.jp

お気軽にご相談ください。



山下 景子 keiko Yamashita

(株)CLAIR V代表。数秘術カウンセラー/セラピスト。
札幌円山「完全予約制プライベートサロン」クレアファイブ円山を拠点と
して道内、東京、ニューヨーク等で、積極的に数秘術講座、講演会、個人
セッション、ワークショップを開催中。FMラジオにも出演中。

万華鏡 Kaleidoscope

小さな筒の中にある宇宙。そんな表現がびつたり万華鏡。万華鏡を発明したのはスコットランドの光学研究者デヴィッド・ブリューヌスター郷。彼は赤・青・黄の「色の三原則」を定義したことでよく知られています。灯台の光を遠くまで届かせる研究の途中で思いついたという万華鏡。発表当時、ロンドン・パリで「偉大なる哲学的な玩具」として大評判になり、瞬く間に世界中に広がりました。

万華鏡は刻一刻とその模様を変え、その景色は覗き込んだその人、その一瞬だけのもの。思想家 ジェームズ・アレンは

『あなたの環境は、あなたの心を映す万華鏡です。』

見る角度を変えると見える景色は変わります。万華鏡はまるで人生そのものですね。



ON AIR
イキイキ数字 de 人生相談
リクエストアワー♪
RADIO T×T FMdramacity 77.6MHz
毎週(月)18:00～19:00
DJ クレア景子

1週間を乗り切るとっておきのストーリー
**MONDAY
POWER STORY**

番組で人気コーナーをピックアップ！
毎週エッセイストによる書き下ろし STORY
クールな曲に乗せてお届けしています

Masquerade 仮面舞踏会



仮面をつけることによって身分を気にすることなく楽しむ仮面舞踏会。仮面舞踏会はドラマティックな恋を演出します。

あのロミオとジュリエットが出会ったのも仮面舞踏会でした。古くから血で血を洗う諍いを繰り返している二つの名家。仮面の中で魅入られたかのように二人は近づき、お互いに名前も知らずに唇をかわします。

心理学者ユングが提唱したペルソナ。

ペルソナとは「仮面」のこと。ユングによると、私たちは意識するしないに関わらず地位や役割、場面に合わせて態度や行動を変えて「役割を演じている」わけです。

「自分に合った仮面をつける」
「仮面を上手に着脱できるようになる」
自分に似合う仮面「新しいペルソナ」で
なりたいたい自分に近づいてみては？

「イキイキ数字 de 人生相談リクエストアワー」

番組ではリスナーからの相談、リクエストの他、独自取材、ゲストインのワールドピックアップ、エッセイを交えたマンディパワーストーリー
また、今週のリーディングも大好評。幅広い世代に人気のリクエスト番組。

リクエストご相談は
番組サイト・メールから受付中
<http://clair-v.seesaa.net/>
MAIL keichany0522@gmail.com



インターネットからも ONAIR
動画配信。スマホ、タブレットはアプリ「Listen Radio」をダウンロード

<http://www.simulradio.info/>

番組内で週替わりクレアカードリーディング放送中！ 番組サイトでも公開。check it out！

誕生月別 カードリーディング

5月22日～7月21日

1月 周りからの手助けや援助を喜んで受けとって。パランスが大切です。

2月 あなたの周りで起きていることに耳を傾けて。サインは色々な所で発見して！

3月 あなたの持つ持っている豊かさに目を向けて。感謝の気持ちを忘れずに。

4月 未解決の課題に向き合う時。古い痛みは手放し、前に進みましょう。

5月 周りの人に愛を伝えて。愛を与えると、何倍にもなっけて戻ってきます。

6月 あなたの気持ちに従って。ハートはいつも最善を知っています。

7月 ポジティブに考えましょう。類は共を呼び、すべてがうまくいきます！

8月 エネルギー充電の時、自身自身のための時間を大切に心が喜ぶことをしよう。

9月 あなたの本当の望みは何ですか？見極めが成功の一步です。

10月 運氣ダウン。休息が必要かも。考えるのを少し休み気分転換が大切です。

11月 ラッキー運上昇。大いなる存在がいつもあなたを守っています。心配無用です。

12月 いつでも選択肢がある事を忘れないで。恐れず愛を選びましょう。



やりたいことは
何歳からでもできる。
愛を持ってやり続けることは
他のどんなことよりも
素晴らしい。



大好きなこと「絵」と「天使」

グランマ・モーゼスと私について

エンジェリック・ヒーリングエナジーアーティスト&ヒーラー
エレマリア

私は絵が大好きで、天使のことが大好き。ある日その「天使」の「絵」を描ききっかけがやって来て、私の運命は凄まじく変化して行きました。大好きなこと「絵」と「天使」。その二つがどんどん統合されていくのを感じたのです。

私が大好きな画家のひとりにグランマ・モーゼスというおばあちゃんの画家がいます。

とっても暖かい愛いっぱい絵を描く方です。私が初めてモーゼスを知ったのは三十五歳の時でした。図書館でいろんな画集を見ていた時モーゼスの絵に出会ったのです。もともと私は絵が好きでした。

だから、ただ楽しむ事として、見たり、時には描いたり、自由に色で遊ぶのが楽しみでした。

そんな中、グランマ・モーゼスを知り、彼女が描く「絵」だけでなく、その「生き方」にとっても感銘しました。彼女は、子供を十人産み育て上げて、七十歳を過ぎてから絵を描き始めたそうです。八十歳で初めて個展を開き、百一歳までふでを持ち続け、千六百点もの作品を描いたと言います。

「なんて素敵なんだろう。」

ただただ絵が好きで、死ぬまで絵を描き続けていけるなんて。

「私もこんな人になりたい!」と、その時強く思いました。

決心したその時、私は三十五歳。

「七十歳までまだ三十五年もある!」
好きなこと、やりたいことは何歳



タイトル：『幸運を呼び寄せる天使のぬり絵』

著者：エレマリア

発売元：青春出版社

定価：1300円＋税

発売日：2017年6月9日（金）

※地域や書店により前後します

Happy&Lucky&Miracle! 天使、妖精、女神、イルカ、人魚、ユニコーン、ペガサス、龍…。塗るごとに胸がときめく、癒される、しあわせな気持ちになれるモチーフがいっぱい！大人のための、ぬり絵作品20点。どうぞ、あなただけの色で思いのままに彩って、天使から愛と光と祝福を受け取ってください。



『私の天使の絵を描いてください』というご要望があり、試しに描いたところそれは無意識にその方のハイアーセルフや天使と繋がって描かれている事が判明しました。二〇〇〇年からオーダーにて、あなたへ天使からのメッセージを絵にする、エンジェルメッセージアートを描き続けています。その年六月十五日にマリア様の絵を描きながら「絵に専念しなさい。絵で愛を伝えなさい」とマリア様からメッセージが来しました。

『私の天使の絵を描いてください』というご要望があり、試しに描いたところそれは無意識にその方のハイアーセルフや天使と繋がって描かれている事が判明しました。二〇〇〇年からオーダーにて、あなたへ天使からのメッセージを絵にする、エンジェルメッセージアートを描き続けています。その年六月十五日にマリア様の絵を描きながら「絵に専念しなさい。絵で愛を伝えなさい」とマリア様からメッセージが来しました。

からでもできる。愛を持ってやり続けることは、他のどんなことよりもすばらしい。」そんなことを感じました。一九九七年六月十五日にHPを立ち上げて多彩な表現をし始めたのが四十歳の時でした。イルカや妖精、羽の生えたねこ、魚などがモチーフとして登場していました。初めて天使の絵を描いたのは一九九九年です。ある天使の画家の個展に行った時メッセージがやって来てインスピレーションを感じました。自分で天使の絵を描き始めてからは、それがどんどん泉のように吹き出していくようになりました。それから二十年…あつという間。今年の二月十一日の誕生日で還暦を迎えました。まだまだずっと続くと思います。続けるつもりです。ただ天使の絵を描くのが好きというわけではなく、天使そのものと繋がるのが大好きなのです。

もちろん個人オーダーだけでなく宇宙からのオーダーも絵にしています。天使の絵を描くことがきっかけで天使と繋がるようになり導きがどんどんやって来しました。天使だけでなく、あらゆる聖なる存在たちとの交流が大好きになり、リーディング、ヒーリング、チャネリングなどに興味湧き専門的にも色々々と学んで来りました。世界で活躍されているヒーラーやアーティストにもたくさん出会って学ばせてもらっています。すべてがつながっています。天使やたくさんさんの聖なる存在たちの愛を伝えたいという気持ちが強くなるような形になり、書籍やエンジェルオラクルカードなども数多く出版されました。来年の一月には私の絵と、私のエンジェルエンターチャーターであるハワイ在住のエンジェルセラピスト、アレンジェラハートフィールドのメッセージによるコラボ作の『エンジエリックウイスパークラクルカード』の仏語版がフランスにて発売予定です。それもミラクルな展開でした。天使の導きは自分が思っている以上の出来事を施してくれます。今、着手しているのは六月九日に青春出版社から発売になる『天使のぬり絵』の本。これも楽しみです。いつもたくさんの方にお世話になり感謝でいっぱいです。そして天の聖なる存在たちのサポートにも心から感謝しています。

エレマリア エンジェリック・ヒーリングエナジーアーティスト&ヒーラー。

天使や妖精、女神など、聖なる存在からエネルギーやメッセージを受け取り、聖なる波動の「幸せを運ぶ絵」を描いている。国内外で個展やスピリチュアルワークショップ、セッションなどを行っており、2011年10月、天使の導きにより念願の「バリ個展」を実現した。代表的な著書：愛蔵版『見るだけで運がよくなる「聖なる絵本」』『見るだけで運がよくなる「天使の絵本」』（サンマーク出版）、『いいことが起こる幸せの絵本』（二見書房）等。聖なる絵によるオラクルカードの作者でもあり、『ガイアオラクルカード』『ギャラクシーオラクルカード』（株式会社ヴィジョンナリー・カンパニー）が好評を得ている。



クエアファイブメルマガ「クエアハートな日々」より PICK UP
お得情報満載のメールマガジン好評配信中
読者投稿コーナーは各界のプロが登場！
購読は無料、QRコードから！





道端で咲いてるお花を見ると
ほっと心が癒される
そんな日本料理を目指しています。

日本料理 潤花
ニホンリョウリ ルカ

〒064-0801
札幌市中央区 南一条西22丁目2-15 シーズンビルB1F
TEL: 011-213-8518
業時間: 12:00~15:00、18:00~22:30 (定休月曜)

公式サイト: <http://nihonryouri-ruka.net/>

EDITOR'S NOTE

ソウルマガジン今回は豪華ゲストによる
クリアハートな人々の好きな事への発見
始まりのエピソードを特集しました。
何かに初めてチャレンジする時、他と比
べてうまくできず凹むことがあるはず。
そうです、み～んな最初は初心者だった
のです。ローマは1日にしてならず、だ
けど今の時代3日あればなんとかなる！
ハズ?! (編集長 高橋良美)

表紙: 青空に映えるパワーある1枚を
チョイスしました。
(グラフィック RAV STUDIO)

※ 広告掲載のお問い合わせはクリアファイブへ

CLAIR SOUL MAGAZINE

2017.05

PUBLICARION 発行

CLAIR V Co.,Ltd (株) クレアファイブ

Keiko Yamashita 山下 景子

Sapporo Hokkaido Japan 北海道札幌市中央区大通西2 7

WEB <http://www.clair-v.com/>

CONTENTS DESIGN コンテンツデザイン

YAMS STUDIO ヤムズスタジオ

Sapporo Hokkaido Japan 北海道札幌市中央区南1 西2 8

Yoshimi Takahashi 高橋良美

WEB <http://yf-office.com>