

心整体法

基礎テキスト

<導入・思想編(サンプル版)>



2017年7月1日

心身楽々堂・整体塾

©2011-2017 by SATOSHI NISHIDA. All rights reserved.

地球や自然に対する、傲慢と冒涇を反省するために。

人間だけでなく、すべての生命を尊重する世界を取り戻すために。

誰もが安心して、自分らしくあれる社会を実現するために。

自分の恵みに感謝しなさい。

自分のかけがえのなさを主張しなさい。

自分の枠を超えなさい。

選ぶ力を賢く使いなさい。

—— オグ・マンディーバ「この世で一番の奇跡」より

心整体法をお伝えするにあたって

私たちが生きて行くために、身体は必要不可欠です。

身体なしに、現世に存在はできません。

また、気に入らないからと、取り替えることもできません。

それほど大切な身体なのに、多くの人があまりに無知、無関心です。

大半の人は「よくわからないもの」として、自分の身体を安易に、他人(多くの場合、医師や治療家)任せにします。

その結果、健康を大きく損ねる人が後を絶ちません。

周囲を眺めてみてください。

原因がわからない、自律神経失調症。

いくら病院へ通っても治らない、慢性疾患や難治性疾患。

出口の見えない、精神疾患。

そんな症状や病気で苦しみ、悩んでいる人がたくさんいるはずです。

私たちの整体院へ来るのは、そんな人が大半です。

身体の仕組みは、確かに複雑かつ精緻極まりないものです。

その反面、小学生でも理解できるくらいシンプルな原理で、身体は働いています。

あるいは、心の病と呼ばれるものも、多くの場合、身体の疲労に起因します。
なので、身体へのアプローチで、改善することが可能です。

このシンプルな原理を知り、原則を実践すれば、大概の病気や不調は自然
治癒できます。

また、未然に防ぐことも、健康を保つことも可能です。

私が、整体の現場で知り得た、一般的には知られていない、心身と生命の
仕組みや原理原則。

日本伝統の精神性と自然観が息づく、思想と技術。

何よりも、「いのちの力を信じて生きること」の大切さ、可能性、素晴らしさ。

そこには、病気や症状の治癒を超える、大きな喜びと希望があります。

それを、一人でも多くの方と分かち合いたいと願い、整体師人生10年を機
に、自分なりの整体を集大成し、お伝えしようと考えました。

みなさんと共に学び、よりよいものに育てて参りたいと考えております。

何とぞよろしくお願ひ申し上げます。

2017年7月1日

心身楽々堂・整体塾 西田 聡

内容

- 心整体法導入
 1. 心整体法とは
 2. 自己紹介
 3. 学び方

- 心整体法の思想
 1. 人間について
 2. 社会について
 3. 整体について

心整体法・基礎テキスト
導入・思想編(サンプル版)

2017年7月1日 第一版発行

著者 西田 聡

文章担当 西田 聡

発行者 心身楽々堂・整体塾

住所 〒573-1106 大阪府枚方市町楠葉1丁目6-25

寺山ビル102号室

電話 072-813-8223

連絡先 info@shin2raku2do.jp

本書の全部または一部を許可なく複写・複製すること
および、磁気または光記録媒体への入力等を固く禁じます。

これらの許諾については、心身楽々堂・整体塾までご照会ください。

一燈を掲げて暗夜を行く。暗夜を憂うこと勿れ。只だ一燈を頼め。

一灯照隅、万灯照国



明珠在掌

さらにご関心があれば、ぜひウェブサイトをご覧くださいませ。

<http://shin2raku2do.biz/>