

# あかね★開運塾

2015年

「運氣」を上げる行動!

サルサ読者の皆様、こんにちは。占いのあかねです。

少しずつ気温が穏やかになり、過ごしやすくなっていく毎日。春の訪れを感じますね。春は植物が芽吹き、一年の始まりを表す季節です。

私は何も始めることはないから関係ないかな...と思っている方もいらっしゃるかもしれませんが、時は何もしなくても一秒ずつ進み、一日・一週間と流れます。その一日・一週間は全く同じ日にはなっていないはず。何かを始めることだけが「始まり」を示すことではありません。

2015年は全ての人にとって新しい年です。そしてそれぞれの時を作り上げていくことの始まりなのです。

前回の2月号で、干支別の2015年の運勢を書きました。今回はご自身の今年の運勢傾向を踏まえつつ、今年の運気を上げる行動をお伝えしたいと思いません。いつも通りの毎日に少し意識して変化をつけることで、日常生活の運氣アップに繋がりますので、是非、生活に取り入れてみてくださいね。

## 雷の神様への参拝

### 開運旅行

下の図は、2015年の方位表です。天体・自然のエネルギーを体系化して9つに分類化したものであり、その年の吉凶や方位を見るときなどに使います。各星には意味があり、中央の「3」は、三碧木星（さんぺきもくせい）と言い、今年の運気を表しています。この星の吉作用は成長運であり、凶作用は、冷静な判断力を失わせて、感情的な言動で周囲を驚かせてしまうことです。そのため、今年の開運旅行のお勧めは、三碧木星の象徴が気の荒い雷の神様であることから、雷の神様が御祭神である神社へ参拝し、余計な発言から人間関係のトラブルが起らないように、巻き込まれないようにお祈りすることです。凶作用を抑えて吉作用をスムーズに得ることが出来ますよ。

2015年

	南			
	2	7	9	
東	1	3	5	西
	6	8	4	
	北			



### 雷の神様のご祭神の神社

- ・京都府 上賀茂神社
- ・奈良県 春日大社
- ・茨城県 鹿島神社
- ・千葉県 香取神宮



## 旬の食べ物をいただく

### 医食同源の思想

体に良い食事を日常的に食べることは、健康を維持する上で不可欠なことです。

体に良い食事とは、栄養価が高く、バランスの良い食事です。ご存知のとおり、食材における栄養価が高い時期は、その食材の旬の時期です。そして栄養は「健康運」です。春の食材を食べることで栄養を取り込み、運気を上げましょう。

【例】菜の花・春キャベツ・空豆・筍・イチゴ・メバル・鱈・アサリ・蛤・イカ・わかめ...など

※ 医師から止められている方・アレルギーのある方は避けてください。



## お花見をする

### 良好な人間関係を築きましょう

お花見の由来は厄を祓うことといわれています。また、神様が桜の花に降りてくるので、宴を捧げ、一年の豊穡を祈願したともいわれています。

今でも、桜の花の下で宴はおこなわれ、美しい花の前では心が踊ります。桜の淡いピンク色は、愛情運や人間関係の運気を上げてくれるので、お花見に共に出かけた人とは信頼関係を築くことができます。

会社やサークルなどの春の親睦会でお花見することは、良好な人間関係を築くための開運行動を無意識におこなっているのでしょうね。



## 音楽を聴く

### 管弦楽曲が幸運を運ぶ

風水は、風と水と書くように、風の流れと水の流れをみます。風が流れると空気が動きます。空気が動くということは、「気」の流れが出来るということです。

音楽もまた、空気の分子を波上に震動させて、私たちの耳に届けてくれます。音楽をかけるということは、その空間の「気」を動かすこととなり、同じような効果をもたらします。

2015年は「木の運」の年です。同じく「木」を材質とした、管弦楽器による楽曲をBGMとして部屋で流すと良いでしょう。そのことによる相乗効果は、何も音楽をかけていない日と比べると、非常に分かりやすく生活に変化をもたらすことでしょう。

注意しなければならないことは、音楽は「気」を動かすので運氣が上がるものですが、歌詞があるものは適しません。歌詞のない音楽は、日常の中に溶け込み、調和することができます。しかし、歌詞のあるものは、共に歌うことや、歌詞から感じることで楽しくはありますが、調和はしません。

今回の目的は、「気」の流れを効果的に取り込むことですので、歌詞のない楽曲を選びましょう。一方、歌詞のある音楽は、「溜まっている物を発散したい」ときに効果的なので、目的に応じて使い分けてください。



## 睡眠時間

### 4時間半から7時間半程度の睡眠時間の確保

2015年は「冷静な判断が出来ずに、感情的になりやすい」というマイナスな運氣が全ての人に働きます。

人間の身体の中で、感情を司るものは肝臓です。肝臓を守る行動である、「良質な睡眠をとること」は、感情的にならずに落ち着いた言動となり、余計な争いを避ける効果があります。

成人の場合、最適で理想の睡眠時間は、眠りに入ってから4時間半(270分)・6時間(360分)・7時間半(450分)といわれています。各々のライフスタイルに合わせて、良質な睡眠時間を確保するようにしましょう。

## 早起きをする

### 午前5時から7時の空気を体内に取り込む

東洋の思想である陰陽五行説では、万物を「陰と陽」・「木・火・土・金・水」に分けています。

2015年は、乙未(きのとひつじ)という「木の運」をもって、「成長運」を表します。そして、最も成長運の高い時間が、朝の5時から7時なのです。

この成長運の高い時間に起きて、鼻から吸い、口から吐く「複式呼吸」を3回おこなうことで、体内に成長運を取り込むことができます。



指導・監修/占い師 あかね先生 愛知県在住

◇四柱推命 ◇風水師 ◇一般健康管理指導員◇『茜堂』主宰

四柱推命・タロット・風水等を学び、独立する。お客様の知りたいことに対して占術を使い分けて、わかりやすくアドバイスしている。相手の気持ちや悩み、心や性格の深層部分までリーディングする鑑定や、仕事・転職のタイミング・旅行の方角から時期まで、運氣上昇についての占いが好評を得ている。一般健康管理指導員の資格を取得して、先天的に注意する健康や、後天的な健康に対するアドバイスは的確。四柱推命・風水教室も開催している。

■公式ホームページ <http://akanedou.chu.jp> 「愛知県 あかね占い師」で検索