

Link

リンク通信 2015年8月号

定期ご購入メール発信中!!

『Link』の名前の由来

私達は沢山の人、見えない方々のお陰で生かされています。そんな繋がりの中人との横の繋がりの輪、そして自分自身がどう輝き人生を生きたいのかに気付きを与えてくれる縦の繋がりそれを大切にしていきたい。そう言う願いのこもった名前です。

『Link』★女性がイキイキと輝く事、そんな未来である事★

メンタル 人は心と体が健康的であってこそイキイキ輝くことができます。心が痛くても体が痛くても共に影響し合います。それだけ繊細な私たちなのです。「ハートケア」から、そして「ボディケア」をもとに女性がイキイキ輝いて頂く為にお手伝いさせて頂いております。

今そして未来 貴女が貴女らしく！愛する人達を大切にできるよう！生きがいを見つけ自立できるよう！『Link』自身も一人一人が働きやすい職場作りを目指しています。

8月です

エアコンの効いた部屋が心地いいのですが、冷房病で「だるーい」「芯が冷え冷え」など、体の不調も出やすくなってきています。そして、夏の疲れが出て「夏風邪ひいちゃって」と、皆様がいかがお過ごしでしょうか？そんな時は「バスソルト」がおススメです

葉月(はつき)

葉が紅葉して落ちる月
「葉落(はおち)月」から「葉月」となったかわれています。葉が落ちるのは秋では？と思われれるかもしれませんがね。旧暦では、8月は秋なのです。

【8月の別名】萩月(はぎつき) 秋風月(あきかぜつき) 月見月(つきみつき) 木染月(こぞめつき) 雁来月(かりきつき) 草津月(くさつつき)

8月の暮らし

書中見舞い(7日まで)
残暑見舞い(8日~8月末まで) 紫外線対策 海水浴 花火大会 お墓参り 夏ハテ対策 地藏盆 台風の備え 夏休み 旅行 花火 浴衣 簾(すだれ) 籐枕 風鈴 かき氷 夏祭り 盆踊り 帰省 葺簀(よしす) 冷奴 麦茶 扇子 水羊羹 打ち水 ビール そつめん 鵜飼 蝉 日傘 水菓 蝉しぐれ 精進料理

8月の花

向日葵(ひまわり) 月見草 朝顔(あさがお) 百日草 山百合 銭葵(せにあおい) りんどう 白話草(しろつめくさ) ノウゼンカスラ

旬の食材

(野菜) トマト コーヤ 冬瓜 かぼちゃ 枝豆 オクラ コーヤ 茄子(なす) とうもろこし(魚介) 鱈(アジ) 車エビ いさき あわび 舌平目(果物) 桃 無花果(イチジク)

【7月のプレゼント】

Aコース 伊賀市M様
Bコース 亀山市T様・一宮市U様
ご当選おめでとうございます。



ソルトが熱い!! 身体の芯まで温める効果絶大

バスソルト



美肌効果も保湿効果

普通の入浴剤じゃ満足できない人が続出しています。そんなお風呂好きが取り憑かれていますのがバスタイムを充実させるバスソルトです。ヒマラヤ岩塩や死海の塩なんかが有名なバスソルトですが、本当に効果があるの？と疑問をお持ちの方もいるはず。興味はあるけれど、二の足を踏んでいるあなたのために美肌にも保湿にも効果抜群のバスソルトの効能と魅力を紹介いたします。

ミネラル分の吸収

塩分だけではなく様々な不純物を持つことによって、肌から良質なミネラル分を補給できることになっています。吸収効率はペーハー値等でも変わるため一概に「入浴剤よりもバスソルトのほうがよい」とは言い切れないところがあります

保湿効果が抜群

が、普通にお湯に比べればその効果はまったく違います。主成分を塩とするもの、エプソムソルトを主成分とするもの、ともに汗腺に入ることによって汗の発汗による体温低下を防止し、ホカホカと温かい状態を保ち、代謝の上昇が期待できます。



よくなって肌にも保湿効果が期待できます。塩分が入っているお湯は、通常のお湯に比べて保水力が強くなっています。それは微妙な違いですが、体を温める効果により末梢血流が上昇し、血の巡りが

スキンケアには死海の塩

肌によいバスソルトを期待するならば、死海の塩のバスソルトを試してみましよう。死海の塩はミネラル分とペーハー値などの関係が抜群ですから、とても効果的に肌にミネラル分を吸収させてくれます。

デトックスと疲労回復はエプソムソルト

エプソムソルトとは、別名「エプソム塩」と呼ばれるものです。硫酸マグネシウムの結晶で、塩化は成分がことなります。ぱっと見は塩とそっくりです。硫酸マグネシウムはマグネシウムを中心としたミネラル分が豊富で、古来からバスソルトの原料として岩塩などと並んで利用されてきました。



なんたってチャクラ

第5チャクラ



今回お話をさせて頂くのは「第5チャクラ」です。

喉に位置する第5チャクラはコミュニケーション、自己表現を司るチャクラです。自分らしさを受け入れ本当の自分の思いに素直になり、表現することを楽しむためのエネルギーです。あなたは、普段あなたらしく居ることができていますか？自分が思うことをそのまま素直に表現することができていますか？私達には様々な自己表現方法があります。その中で言葉にして伝えることは、とても身近で簡単で、当たり前のようにも思える方法ですよね。

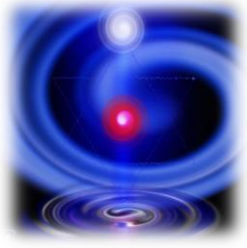
イタリヤ海塩・メキシコ海塩・死海の塩・オーストラリア湖塩・ヒマラヤ岩塩(ピンク) 各¥200
ヒマラヤ岩塩(フランク)・エプソムソルト 各¥250
7種類セット通称¥1,300

でも、その自分の内側にある声を言葉にして発すること、難しさを感じている人も多いようです。「〇〇すべき」「普通〇〇」などの教えや、良く見られたい、間違いたくない、特別に見られたい、など人にどう見られるかを気にする意識、また過去に経験した苦い思いなどによって喉までやってきた想いを飲み込んでしまったり、言葉を複雑にしたり、最終的に自分の本当の思いとは異なることを表現してたりします。人の目を意識することがいけないわけではないです、育つ環境で培った教えをその時に守ることは必要なプロセスだったのかも知れませんが、それを守り続けることにより、自分らしさは閉じていってしまします。どうせ言っても無駄だろうと声にして発するのを抑え続けるうちに、自分の内側の声に気づけなくなってしまうかも知れません。

このアイデアを伝えたら、変な目で見られるかも知れない。言わなければスムーズに終わるし...。なんて自分の内側に創造の種を留めておくことは、自分で自分を見限っていることになりますよね。

自分の可能性を自分で閉じているのです。第5チャクラにブロックがあったり、成長していかなかったりすると、自分への信頼感が育っていないため、権威に弱かったり、自分を厳しくコントロールしている分、他人にも厳しくなったり、批判的になります。

自分の想定を超えていくことに不安を感じたり、正しくあると自分に枠をつくり、それにがんじがらめになっていたりします。でも、自分を判断する厳しい目を緩めると、自分らしさの種は少しずつ育ってゆきます。喉のチャクラが活性化してくると、自分の心の声を伝えることができますようになります。それは、自分の思いやアイデアに着手することは違います。自分に素直になること、自分を信頼すること、そして個性が外の世界へと開かれてゆくことをゆるすことです。自分には自分の考えや想いがあると認めること。そして、それを伝えること。同じように人には人の考えや想いがあるのも知っています。



だからそれを受け取る。それは、お互いが真に繋がること。そこから新たな創造の種が生まれ広がってゆく可能性を開くこと。そんな自由で創造的なコミュニケーションが想像を超えて展開してゆくのです。わたしたちは誰もが自分らしくクリエイティブに生きてゆく力を持っています。そしてその種を自由に伸ばしてゆくかどうかは、自分を信頼しているかどうかで決まります。その時自分が感じていること、それがその人にとっての真実で、その真実は新たな出会いにより変容してゆくものだと思います。自由を取り戻せるかも知れません。

2015 7月 平成27年

| | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 28 | 29 | 30 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 |

- ☕ Teatime 勉強会 10:00~
- 🚗 出張予定 🚗 PC 教室
- 👑 お姫様イベント in 名張 10:00~

★詳細につきましてはお問合せください
★個人ご予約は非表示にしております

手放し

過去を手放す、意識してほしいのは、手放したらもっと良いものが手に入るということ、より愛のある多くの人が幸せになるよい方法へとシフトできるタイミングが来たということです。今までの方法やあり方より多くの人が幸せになるものがあれば、あなたが幸せになれるものがあれば、それは今後、様々な分野で成功へとつながっていくものにならぬでしょう。

ぼえまーKen



【今月の満月情報】



8月30日 満月
月齢 15.0 (♋座→♌座)
8月14日 新月
月齢 28.5 (♌座)

おもしろ豆知識

- 中華料理店のメニューにある「天津飯」は日本で考案されたもの。
- 「タヌキ寝入り」を英語で言うところ「Fox sleep (キツネ寝入り)」となる。
- ガッツポーズを作ったのはガッツ石松。
- イルカはまれに溺れる事がある。
- 雑誌「アンアン」の由来は、モスクワ動物園のパンダの名前から。
- 雑誌「JJ」は「女性自身」の略。
- 和菓子のコンペイトウは、角が24個あるのが良品とされている。
- 「サザエさん」に出てくるマスオさんは養子ではない。

エンジェルメッセージ

★オレンシ天使さん★
暑い日が続きますが、いかがお過ごしでしょうか？
今月のカードは「オレンシ」で



春からコツコツと頑張ってきた甲斐あって、心に余裕を持って穏やかに過ごす事ができそうです。

今月の KAORI先生 エンジェルメッセージ
これまで温めてきた計画や案を、少しずつ行動に移していくのもいいでしょう。失敗を恐れず、ワクワクした気持ちでいれば必ず上手くいきます。そうする事で、自然と自信もついてきますよ。夜は塩風呂にゆつくり浸かって、疲れた身体をいたわってあげて。身も心も軽くなり、次の日に疲れを持ち越さなくなれますよ。まだまだ暑い日が続くそうなので、こまめに自愛下さいね



Link

〒518-0604 三重県名張市さつき台 2-130

お問合せ先 0595-48-7267

(お気軽にお問い合わせ下さい)

『Link』にはスピリチュアルのエキスパートの先生方が様々な心の悩みを解決へと導き寄り添う Spiritual Reading Link(スピリチュアルリーディング)、またポディーに関する様々な分野のポディーセラピーや、パソコン教室 Paso-Heart(パソハート)、国境を越えサポートする Link-Ligation(リンクリゲーション)など様々な分野で皆様をサポートさせて頂いております。

HP:<http://www.link-healing.com>

《今月のプレゼント》

- A) 「なごみ 60分」無料 1名様
- B) 「リンパヒーリングマッサージ」60分 6,000円を半額 3名様

【応募方法】 Link ホームページ

「ご予約・お問い合わせ」ホームから必要事項入力の上「お問い合わせ」欄に「8月プレゼント」A・Bどちらかを記入して頂き送信下さい。抽選結果メール返信をもってかえさせていただきます。

<http://www.link-healing.com/form/contact.html>
定期購読希望の方も上記アドレスにアクセス!!

