波動量子スパｍａｎａｃａ ☎ 0797-69-7375
〒659-0092 兵庫県芦屋市大原町 5-22 セルフリッジ芦屋 3F

令和２年 12 月発行　ゆめばだより №80

二〇二〇年
ラストスパート♫

今年も残り数日：仕事や生活の在り方が根こそぎ変わった激動の一年でした。ゆめばも原点に立ち返り、夢を見直す絶好の機会となりました。細々とでも好きな仕事で一年を終えますことを心より感謝申し上げます。

来年もご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

体が重いと感じる前にお越しください！

ＧＯＴＯマナカキャンペーンが大好評！

「毎回違うところをほぐされる。体の芯に届いていくのがわかる(竹下麻子様六十代)」

「詰まっている所が浮いてくるのがわかる。体が繋がっていると感じられる(大納庸子様五十代)」と施術後はスッキリ美しさを取り戻されます。忙しい時、不安を抱えている時ほどメンテナンスは必要です。セルフケアや五年後の健康に繋がるお体の声をお伝えします。マナカの波動は高いです。癒される除菌完備の安心の場で、あなたの健康・元氣・笑顔を取り戻してください。

実業家スティーブジョブス最後の言葉

「神は、誰もの心の中に、富によってもたらされた幻想ではなく、愛を感じさせるための『感覚』というものを与えてくださった。私が勝ち得た富は、死ぬ時に一緒に持っていけるものではない。私が持っていけるものは、愛情に溢れた思い出だけだ。

これこそが本当の豊かさであり、あなたとずっと一緒にいてくれるもの、あなたに力を与えてくれるもの、あなたの道を照らしてくれるものだ。

人生には限界はない。行きたいところに行きなさい。望むところまで高峰を登りなさい。

全てはあなたの心の中にある。全てはあなたの手の中にあるのだから。(中略)手術室に入る時、その病人はまだ読み終えていない本が1冊あったことに気付くんだ。「**健康な生活を送る本**」

あなたの人生が、どのようなステージにあったとしても、誰もがいつか人生の幕を閉じる日がやってくる。**家族を大切にしてください。パートナーを大切に、友人を大切にしてください。そして自分を丁寧に扱ってあげてください。**」

『愛を感じる感覚は神様が与えてくださった』言葉に感銘しました。私は二歳から四〇歳まで病弱で、もし自分を信じず笑って生きることに興味がなかったら、とっくに消えていたと思います。自分らしく生きることは時には苦難ですが、娘や仲間が強く支えてくれました。どんな環境でも自分も人も大切に！感覚を磨き続けます。

記　二〇二〇年十二月二十二日は二百二十年続いた「地の時代」の物質や所有の世界から「風の時代」情報や精神性が支配する世界へ大きく変わる節目の時です。新しい世界に移行する八か条を紹介します。①嫌われることを恐れず自分らしく生きる。②迷ったら好きなこと、自分が喜ぶ方を選ぶ。③安定よりしたいことをする。④好きな物を好きな時に腹七分目にいただく。⑤睡眠は九時間取る。⑥気持ちよい音楽を聴く。⑦波動を上げ運氣を上げる拭き掃除をする。⑧動植物を愛する

寒さも厳しくなります。ご自愛して年の瀬を豊かにつつがなくお過ごしくださいませ。

今年もありがとうございます。　中山眞由美拝

～ ゆめばからのお知らせ ～

☆ manaca 休業日 12 月 29 日(火)15 時~1 月 5 日(水)

☆YUKA オンラインレッスン(Yuka Body Make Lesson)

※月謝でご参加の方は 12 月 28 日～1 月 5 日までアーカイブ動画配信

- **リラックスストレッチ**（第1・3木曜　20：00~　40 分）
  12 月 17 日/1 月 7 日・21 日/ 2 月 4 日・18 日
- **モーニングストレッチ**（第2・4 火曜　10：30~　60 分）
  12 月 22 日/1 月 12 日・26 日/2 月 9 日・23 日
- **体幹トレーニング**　（第2・4 日曜　10：30~　30 分）
  12 月 27 日/1 月 10 日・24 日/2 月 14 日・28 日

☆カレッジ体験　90 分 ￥0（随時ご予約受付中）

中山とマンツーマンで自分探しのワークをします。

☆休業中の折り返しご連絡は中山携帯からになります。