



【No. 7 3】



【2015年1月 発行】

新年祝辞

于雷

私たちは于雷気功。

私たちは健康快速電車。

今日は2015年1月1日です。

初詣の陽光は25

周年を迎えました。

新年を迎えて、私た

ちは皆様を祝福し

ます。もっと大勢の

人が気功を理解し

て、共に学ぶ意識を

持って同行します。

私たちはあなたと

同行したいです。

勿論、あなたが選ぶ

権利を尊重します。

私たちが出来ることは努力して気功は何

かを伝えていくことです。

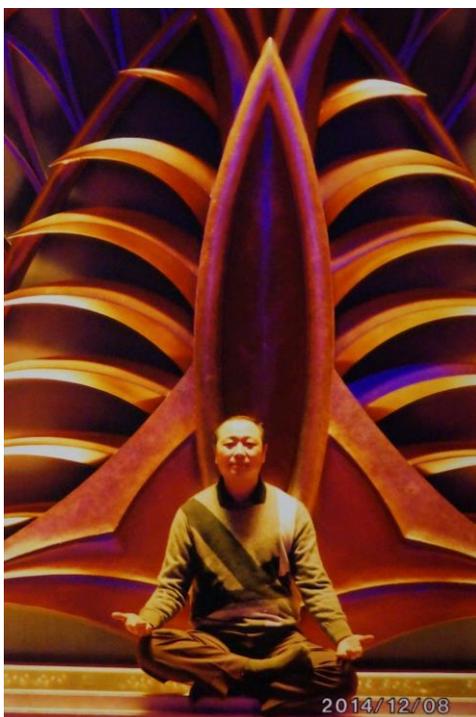
衆説紛騰の年代の中で、気功の本来の面目

は何ですかと迷う人が多いです。

私たちは必ず共同努力で皆様に解明する

ように頑張ります。

真実は理解の源です。



真実は自動で表現することはありません。

文化復興の偉大な時代、時期のメッセー

ジは奔騰の狂歡の時刻でもあり、資源氾濫の

時光でもありません。

真実の理解は難しい珍貴の物です。

私たちに他の選択肢はありません。

努力、専業、責任を持つ、近づく、追いつ

く、真実表現。

それは私たちの

目標です。

気功の表現は冷

たい記録ではな

く、私たちの愛

心があり、私た

ちは人に対して

真情満々であり、

文化歴史に対し

てたくさんの敬

意を表します。

始まりから終わ

り迄正直、愛心、理性を持って気功を人々

に伝えるように努力しています。

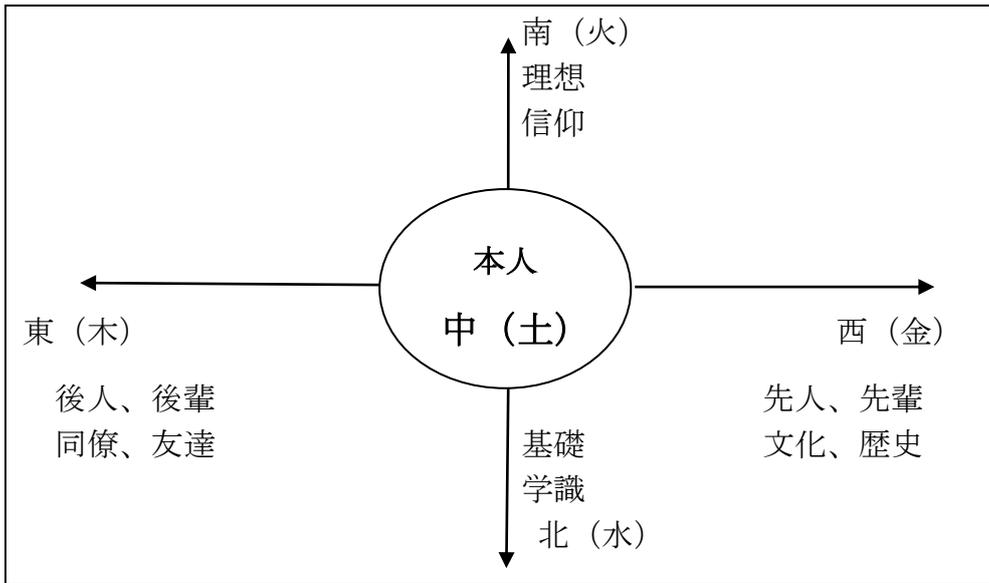
気功は全人類に服務の手段とすることを

信じています。

私たちはあなたと同行したいです

共同でもっと理想を実現して、高い峰に登

りたいです。



人の五行

- 一、上図は五行解優図といえます。これによって人生の本来の意味や哲学の難解問題が解明されます。
- 1、私はどこから来たのか
 - 2、私は何をすべきか。
 - 3、私はどこへ行くのか。

二、上図の解明

- 1、南(火) 人生には信仰と理想が必要。
 - 2、東(木) 後人、後輩、同僚、友達への伝達、伝承、伝播。
 - 3、西(金) 先人、先輩の残した文化や歴史の継承、伝承、発展発揚、研究拡大。
 - 4、北(水) 学習の基礎。智慧や認識の深さ、広さ。
 - 5、中(土) 本人の担当と責任。
- 私たち自身の人生経歴が幸福で快樂の人生であったかは五行の認識で決まります。上の五行図からさらに人生を解明してください。
- 人生に五行は欠少不能です。欠少不足が悩みの種になります。それは五臓不全と同じです。五行不全は精神不安、ストレスの源です。自分の何が足りないでしょうか。自分を知る自己分析の方法です。

雷法五式

- 一式 四方站樁 (しほうたんとつ)
四方は東西南北。自然呼吸。



- 二式 引地水 (いんちすい)
地の水を引き上げる。下げる時呼 (はく) 上げる時吸う。



三式 接天氣(せつてんき)

人は真ん中に立って天地の氣と接通する。
深呼吸。



四式 通氣貫地(つうきかんち)

天の陽氣が下りて大地に注ぐ。
下げる時呼。



五式 萬物生発(まんぶつせいはいつ)

陰氣生発。
上げる時吸う。



雷法五式は中国道家伝統気功の一つです。
約4千年の歴史を持ちます。
雷神を迎えて風調雨順を祈る功法です。
人は天地の両氣を接引して天の陰氣を運転して大地に五穀豊穡をもたらす超自然能力を発揮する功法です。

第5回 静功象棋試合

2014年12月13日、第5回静功象棋試合は于雷総合氣功院でおこなわれました。参加者は谷 淳、中村末子、植松恵美子、大西要、大西かよこ、梶原由美子、植松美晴、植松幸音以上8名の皆様です。

決勝戦は谷 淳さんと中村末子さんです。両者は中炮対屏風馬の対局で開戦、谷 淳さんは開局からずっと主導権を握っていましたが、残局は伏槽子の王手を出しましたが、残念ながら四路線の攻撃力不足で中村末子さんが最後まで時間内で守和”（ひきわけ）”していました。谷 淳さんは時間超過で中村末子さんが悲願の優勝となりました。
中村末子さんは勝利のランニングで会場を何周もします。(これからは要注意。(笑))
対局後、谷 淳さんは悔しくて来月再度対局を希望しています。雪辱の気持ちがいっぱいです。

氣功象棋教室新人募集中!

智力開発静功懸命で授業中。

白紙(未経験者)、経験者大歓迎!

薬膳

2月4日は立春になります。立春から天気が益々暖かくなります。陽気の始発になります。気候に応じて人体の気も変わります。肝陽、肝火、肝風も増え続けます。条理肝気宣泄情緒は立春の飲食の特長でもあります。陰の気を補う薬膳はとても大事になります。

そこで「補土防剋湯」をご紹介します。脾、胃の気を強くする薬膳です。

補土防剋湯

【材料】

- 1、干した龍眼 200g
(龍眼の肉を種からはずし取ります。)
- 2、蓮の実 50g
- 3、棗 10個
- 4、銀耳(白木耳) 10g

【作り方】

材料に水1500ccを加えて弱火で2時間煮ます。
冷やして召し上がれます。
甘いのがお好きな方は、はちみつ、氷砂糖を適度に入れます。

【効能】

脾の気を補います。潤燥(乾燥を潤す。)
滋陰和陽(陰の気を滋養、陽の気を調和。)
高血圧・肉体疲労・精神不安・失眠多夢・食欲不振すべてにとても良いです。

◎以上の薬膳に

豚背骨500g+甘草10g+木香3g
を加えると糖尿病に特に効きます。
糖尿病・遺精・多尿・微熱にも良い。

ホームページ

于雷先生のホームページのアドレスです。皆様のパソコンやケータイ電話に登録していただき、定期的にご訪問くださいますようお願いいたします。

于雷気功大師の外気実演動画掲載中です。

<http://yurei-kikou.com>】

皆様がどんなことを思い、悩んでいるかを分かち合う場になれたらと思います。期間誌「気」の発行が、皆様と一緒に楽しみに、より良い形で長く続くように皆様の応援をお願い致します。

一人一部以上の購入をお願い致します。

応援価格 一部 二〇〇円

編集責任者 于雷

編集スタッフ 植松 恵美

山本 教子

小林 達志 他

連絡先 ☎090・2936・7134