

みどりの寺子屋通信 297号 2024.6.17



SCHOOLHOUSE
Midorino Terakoya
http://www.midorinoterakoya.com

070-5086-6088(みどりの寺子屋)

070-6562-6088(緑川)



みどりがわより

～しぜんほうそく(自然の法則)3～

「お腹がすいてるから動けない！」という人がいます。人間はお腹がすいているから動けなくなることはありません。エネルギーを貯めておき、空腹時にも力を発揮するように設計されている動物ですから。欲望のまま「満腹ではないという状況が許せない」と自分勝手に思い込んでいるだけです。

狩猟採集民時代、毎日お腹いっぱい食べられたと思いますか？毎日獲物が捕れるわけではないでしょう。空腹で力が出ず、狩りができなかつたらとくに人間は絶滅しています。人間は空腹だからこそ頭脳を研ぎ澄まし、絶対に捕ってやる！と最高の状態で狩りができるようになるのです。

一日三食を消化するために使われるエネルギーは、フルマラソンを走りきると同じくらいです。あなたは口の中に放り込むだけですが、内臓に大きな負担を負わせているのです。お腹いっぱい食べる、お腹がすいていなくても時間だから食べる、食べないと元気にならない、などというのは間違ったことです。内臓が疲弊し、老化が進み、いつか病気になるりますよ…。身体の仕組みを知ってください。

何度も言いますが、私たちの身体は狩猟採集民と変わりません。人間の仕組みに反して、あなたの欲望のままに生きることなどできないのです。自然の法則を知り、動物であることを受け入れてください。そして謙虚に学び、生きる意味を考え、自然と調和するように生きるべきだと思いますよ。

よていひょう 予定表

※ご自宅にお伺いして個別学習する『出張寺子屋』、営業時間外の個別対応をやっています。現在6名。生徒さんそれぞれの成長に合わせ、形にとらわれず可能な限りご要望にお応えできるよう努力します。

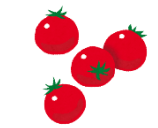
6月17日(月) 現在の各時間的人数はホームページ【メンバー用ページ】をご確認ください。

※お月謝は年間44回レッスンを12カ月で割って毎月いただいています。月によってレッスン日が5回の月もありますし、少ないときは3回の月もありますが、毎月の金額は変わりません。金銭管理練習、約束を守る練習、ご協力よろしく願いいたします。

月	火	水	木★	金	土	日
6/17	18	19	20	21	22 お月謝締切	23
24	25	26	27 清瀬2中・4中	28 清瀬2中・4中	29	30
7/1 小平西・中工・堀越	2 小平西・中工・堀越高	3 小平西・中工・堀越高	4 小平西高・堀越高	5	6	7
8	9	10	11 通常レッスン	12 やす	13	14
15 夏期学習教室申込開始	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27 お月謝締切	28

※ ピンク色は通常レッスン日。グレーは通常営業お休み。★木曜日は富樫先生と相談可能(木曜日以外も相談可)。

※ テスト対策、夏期学習教室予定日です。詳細、予約状況はホームページ(メンバー用ページ)で確認してください。



メンバー用ページ

