

やわら堂 代表者について

昭和四十二年一月、東京都町田市に生まれ、現在町田市在住。東京都町田市に生まれ、幼少期より生きた辛さを感じてきました。いじめに合い不登校になり、自分が弱く、知能が低いからと自分を責め続けました。

強くなりたくて、小学二年から柔道を習い始め、人並み以上の体力を得ることができました。高校の柔道部では、膝・腰・肩など怪我を負い柔道を続けられなくなり、卒業後は将来を悲観して約一年間引きこもり状態に。自分自身を見つめていくなかで、「あんなに病弱で弱虫だった私が、柔道のお陰でこんな健康に、そして人並み以上の体格と体力を得る事ができた。この経験を活かして何か仕事が出来たい」とそう考えスポーツクラブへ就職。

夢中になつて運動生理学・解剖学・栄養学等、健康についての勉強をしまし、た。多くの方の健康・体力作りのお手伝いをさせて頂き、健康の大切さを改めて実感し、スポーツクラブに通える方だけではない、来られない方達にも健康になってほしい」と熱望する様になり退職。健康関連の会社へ転職転職（笑）し、独立開業に向け、自然食品店舗、営業、経理、人事、総務などの仕事に就きました。

そんな中、父親が病気に倒れ、身体が自由が利かなくなり、起き上がってはいけず、怪我や骨折を繰り返すという毎日。看護師の妹、病院のヘルパーの経験がある母親が献身的な介護・看護を続ける中、私ができることと言えれば、おぶって移動等、ほんの限られた事だけ。何かできることは無いかと、転ぶのを少しでも予防できればと足腰の筋力トレーニングを試みるも全く効果がありません。

身体に触れると、全身の筋肉が硬直し、自分では上手く動かせなくなっている。減ればという思いでマッサージの本を片手に父の身体を擦ったり揉んでみたり。病状が進み、口もきけない状態でしたが、私が近づくとほくほくしてほしいのか手や足を差し出すと震えながら動かしていたことを思い出します。

これが私の整体師としてのスタートとなりました。

また、同僚や家族が、当時「心の病」と言われていた不調になり、解決に向けて相談のなかで、「身体だけでなく心」の安定無くして本当の健康・幸せはない」と考え、心理学を勉強し、メンタルケアカウンセラーの資格を取得。

その後、自律神経の不調を整える「整体」。脳内物質を活性化して不調を改善する「体操」。心を整える「瞑想」。

生命エネルギーを呼び覚ます「氣功」。日本人古来の身体操法「柔術」等を修行。約六年半に及ぶリラクゼーションサロンの実践修行を卒業し、自身の不登校、引きこもり、対人恐怖、鬱状態等を克服した経験を活かし、会社勤めつつ、やわら堂を立ち上げました。



ご縁に感謝。ありがとうございます。

大切にしていること

◆無為自然
身体や心にとつて無理がかかる、不自然なことは致しません。お一人お一人と向き合い、ご自身の力で改善していくよう、真心を込めて最善を尽くします。

燈籠の想い



もし、あなたが今暗い道に迷い込み、出口を求めて彷徨っているのなら、道端に佇む燈籠のように、仄かに照らす希望の光になりたい。

発行者 やわら堂 代表 鈴木秀則
発行所 東京都町田市中町一丁目七ノ二

ワールド電器 二F