

こっちおいで 鍼うつ尼さん 観亮ばなし もくじ

プロローグ ————— 1

第一章 居場所を求めて ————— 7

子どもの目 大人の目 ————— 7

コラム1 地域が子どもを育てる

アトピー ————— 15

コラム2 食養生

「助けになりたい」心が芽生える ————— 21

29  
コラム3 因果と前兆

紫 30

コラム4  
トラウマ

学校——人生の明暗が分かれる重要な場所——

コラム5  
呼吸

言葉との出会い 人生との出会い——

コラム6  
ご縁

クラシックバレエ——

コラム7  
後悔先に立たず

日本大学芸術学部——私は蠟燭——

## 第二章 役者修行のころ 69

学生時代——

目から星が出た——

遍歴 73

共演者のご縁

86

コラム8

納得させる上手な方法

### 第三章

鍼灸師になる

90

鍼灸は本当に効くのか

90

免許を取るぞ——とにかく、勉強

92

コラム9

中国四千年

教員——遅れてきた新人

100

コラム10

睡眠障害

教えるということ 教わるということ——

106

コラム11

体験から学ぶ

### 第四章

技芸家になる

109

念珠を作る

109

地方営業で出会った良縁

112

東洋医学と温泉

120

コラム12

体調を整える基本

## 第五章

僧侶になる

128

恩師の勧め

128

修行

132

コラム13

ご詠歌・詠唱

## 第六章

仏教と鍼灸

144

鍼灸の役割

144

仏教と鍼灸

145

コラム14

手当

寄り添う鍼灸 人生百歳時代に

150

エピソード

153