



本来の姿に戻るスイッチを入れてもらった！

私が仙台ゲゼンハイトを知ったのは8年前。長時間のデスクワークが原因で「ぎっくり腰」を患い、痛み止めの薬を飲み続け、苦痛に耐えていました。ただ「薬を飲み続ける」ことが前々から疑問で、他の解決策があるはずと色々模索していた中、インターネットで江川先生の存在を知ることになります。

初めてアジャストメントを体験した時、印象的だったのは、徐々に手足が温かくなったことです。当時、極度の冷え症でしたが、体の末端まで血が通ったような感覚になりました。その後、アジャストメントだけではなく、食事、運動、メンタルなど様々なアドバイスを受け、実践した結果、徐々に体調の変化を感じて腰痛が改善し始めました。

そしてもう1つの変化がありました。それは40歳目前で初めて妊娠、出産したことです。妊娠中は年齢のこともあり不安だらけでしたが、払拭したのは「つわり」が一切無かったことです。これは私だけではなく、アジャストメントを受けていた、他の妊婦さんも同様だったそう。個人的にはアドバイスに従った食事や運動の取り組み方も影響したのでは？と感じています。というのは、特に運動を頑張ったから！で、妊娠前よりも多く体を動かしていました（笑）。

現在は、2歳の息子と共にアジャストメントを受けています。生後3ヶ月から通っている息子は、自らアジャストメントのテーブルに横になることを覚えて、何かを感じているのか、じーっと静止してスイッチを入れてもらってます。

仙台ゲゼンハイトと出会って、私の生活は180度変化しましたが、変化ではなく「本来の姿に近づいた」と感じています。現在は、腰痛が改善した代わりに、息子を抱っこし過ぎて背中が「サブって」しまうという新たな問題が…。そんなことから、週1のアジャストメントは欠かせません。

今日も江川先生に「本来の姿に戻る」スイッチを入れてもらい、子どものため家族のために健康を維持していきたいです。

40代・女性