

200歳 万歳!

200歳まで生きる会
H十九年十月第十七号

不老不死のババジについて

アヴァタ・ババジは、西暦2003年11月3日インドに生まれ、それから幾世紀の間、ヒマラヤの山中に住み、肉体の物質化も非物質化も自由な不死の人として伝えられています。彼は、若いとき、聖人アガステイアからクリヤ・クンダリーニ・プラーナヤーマというヨガの行を学び、48日の間、習ったとおりに間断なく祈り、瞑想を続け、そのために肉体はやせ細り、死に近い状態に陥っても、なおくじけずに行じ続けました。必要とあれば、肉体を捨てる覚悟もできていたのです。

死に近づいていたババジは、それでもアガステイアの名をひたすら唱え続けました。すると、突然アガステイアが森の中から姿を現し、ババジに食べものと飲みものを与え、クリヤ・クンダリーニ・ヨガの秘伝を授けたのです。アガステイアは、集中的修行を終えたババジに、ヒマラヤ山脈をさらに高く登り、前人未到の偉大なシッダ(完全なるマスター)になるよう命じました。

ババジはその後18か月の間、クリヤ・ヨガのトレーニングに励み、ソルバ・サマディと呼ばれる次元上昇と肉体的不老不死の状態に到達しました。1800年以上も昔であるそのとき以来、ババジは今も生き続け、神性の体現を探索する人類を支援する働きをし続けていると伝えられます。彼は、今でも「死や老いのかげりのない16歳の肉体を保っている」といわれるのです。

ババジの行じたクリヤ・ヨガは神へ至る高速直行便だといわれます。ババジは、「あるヨギの自叙伝」を書いたパラマハンサ・ヨガナンダの導師(グル)であるシュリ・ユクテスワの前に何度か姿を現したと伝えられます。シュリ・ユクテスワがまだ若いころ、ババジが現われて、彼の元で修行させたい弟子を差し向け、その弟子がやがて、クリヤ・ヨガの科学を欧米にもたらさだろうと告げました。その弟子こそ、パラマハンサ・ヨガナンダだといわれています。

ヨガナンダの著書「あるヨギの自叙伝」と「人類の永遠の探求」の2冊は、不老不死を願う人々にとつては、必読の名著です。200歳まで生きる会の会員である私たちにとつても、この2冊は必読の書と言えるでしょう。

ヨガナンダが、クリヤ・ヨガを「神への高速直行便的方法である」と表現したのです。クリヤ・ヨガは太古の昔、一度失われていたのですが、ババジによつて復興され、わかりやすく伝えられることになったのです。クリヤ・ヨガは人類の進化を早める手段であるといわれ、物質的、感情的、

観念的、霊的な各レベルにおける自己コントロールについて広範に学ぶ科学であり、人々を自己実現へ導く方法であるといわれます。それは、呼吸法に通暁するための科学、瞑想法、ヨガを行ずる姿勢、チャクラやクンダリーニを目覚めさせる活性化の方法、マントラや祈祷、賛美歌、聖歌の唱え方、霊的修養、菜食主義、自我の超克、神との一体化、肉体の癒し等々、多くのことをあまねく具現化する方法論を説いているのです。



七田 眞(しちだ まこと)

1929年生まれ、島根県出身。教育学博士。しちだ・教育研究所会長。
七田チャイルドアカデミー校長。1997年には社会文化功労賞を受賞。
世界学術文化審議会より国際学術グランプリを受賞。
また国際学士院の世界的財産登録協議会より、世界平和功労大騎士勲章を受章。
2003年には東久邇宮記念賞を受賞。
現在、七田式幼児教育を実践している教室は全国で約450を数え、アメリカ、韓国、台湾、シンガポール、マレーシアにも七田式教育論が広がっている。

特集記事

呼吸に人間の能力を引き出す

秘密がある

1. 白隠禅師のこと

昔、駿河の国（今の静岡県）の原宿に、「日本には誇れるものが2つある。1つは富士山ともう1つは原宿の白隠禅師」と言われるほどの名禅師、白隠禅師がおられました。

白隠禅師は日本で初めてのイメージトレーニングの指導者であったと言われる程の方です。白隠禅師は若い時数多くの病気に侵され、もう治る見込みが無いと言われた時に、京都に白幽仙人を訪ね、丹田呼吸をすると良いと指導を受けました。

その時の白幽仙人の言葉。「蘇内翰（そないかん）は言っている。『まさに空腹を覚えて食し、疲れの前に休む。なるべく散歩逍遥して、腹をすかせるように努め、腹の少しすいた時に、静かなる小部屋に入り、端座し、無念無想に入り、呼吸する息の数を数えるが良い。1より静かにかぞえ出し、10、100、1000までに数えれば、この身この心は寂然こつ然として、天地宇宙一切のものと溶け合って一体となり、心身の清浄なることを

感ずるであろう』

この言葉が非常に重要です。

白幽仙人は白隠禅師に軟酥の法も教えました。

軟酥の法は瞑想中、頭の上に置いた鴨の玉子大に丸めた丸薬（軟酥）が、たたりたりと溶けて体を潤し、一切の苦しみを洗い流してしまうというイメージの方法です。

白隠禅師はこの2つの方法で、1か月も経たぬ内にすべての難病を消してしまいました。

そこで禅師のところに集まってくる人々にも、この2つの方法を説いて教えたものでした。白隠禅師は「この丹田呼吸法を1か月もやって、病気が治らなければ、自分の首を切って持ち去れ」とまで言っておられたものです。

大切なのは1日100回くらいの丹田呼吸ではなく、1000回の丹田呼吸を説いておられるということです。

呼吸に秘密の働きがあるのです。普通人間は1分間に16〜18回の呼吸を行なっていますが、この時は左脳が働いています。1分間に3〜4回の呼吸をすると、脳は左脳から右脳に働きを移し、摩訶不思議な力を発揮するようになります。イメージしたことは、イメージした通りに実現するという働きが生じるようになるのです。どんな難病であっても、すべて消えて元の健康な体に戻っ

たというイメージをすれば、イメージした通りに健康な体に戻ってしまうのです。

2. 原久子先生との対談

先日、原アカデミーを開いて瞑想、呼吸法の指導をしておられる原久子先生と、新宿ワシントンホテルで対談をしました。先生は2歳位から腸の病気を患っており、通じは週に1回。腎臓も患っていて小水の出るのが1日1回。アトピー、蕁麻疹も患っていて、薬を飲むと余計悪くなるので薬も飲めないという、難病の持ち主だったそうです。10代の頃は生きていてもしょうがないという程虚無的だったと言われます。大学に入って初めてヨガの本に出会い、宇宙には根本原則があつて、人間の体には治癒能力があると知って、これだ。これで治ると直感的に思われたそうです。

この世には原因—結果の法則があり、原因を正せば治る。病気は自分で治せると気づいたと言われるのです。それからどうやって解消しようかと考え、断食、自然食に食を変えられたのです。ヨガの呼吸法を取り入れると、腸や腎臓が動き出しひどかったアトピーも、極度の近眼も良くなつていったのです。でもたちどころに治ったという経験が無く、何かが抜けていると思っておられたそうです。

その頃ヨガの教師になり、ヨガを指導していた

健康情報

光で生きる

ある日、白隠禅師の本に出会ったのです。そうして丹田呼吸法と軟酥の法で完全に良くなると確信し、1日1000回の丹田呼吸に挑戦されたのです。マツチ棒を置いて、徹底的に8時間やったら、頭は冴え渡り、腸の調子はすっかり良くなり、すっかり蘇られたのです。原久子先生はここから転機を迎えられ始めました。

その頃読んだ新聞の記事に、済生会の会長が丹田呼吸で病気が治った、患者にもすすめたら良くなったという記事が出ていたそうです。その記事には毎日1000回の丹田呼吸を3週間やったらすべての症状が消え去ったとあったそうです。

その頃ヨガの道場を開いていて、ヨガを教えているのですが、ヨガの教えには丹田のことが抜けていて、丹田呼吸法が無かったので、道場に来る人達にも1日1000回の丹田呼吸を3週間やるようにすすめることにしたら、すごい効果が出始めたのです。

1. 光で生きるとはプラーナで生きること

光によって肉体を維持するプロセスを体験している人々がいます。この人たちは、光合成と類似した方法で、プラーナを活用しているのです。でも、植物のように太陽からエネルギーを取り入れるのではなく、宇宙の生命力（木）のエネルギーにアクセスし、それを吸収し、直接細胞の中に取り込む能力を開発しているのです。

そのために開発されたハーレーの21日プログラムというのがあります。このプロセスを経ると、栄養を補給するために食べる必要がなくなるといいます。それは神と光が与えてくれるというのです。このプロセスは、霊的に次元上昇したマスターたちから、チャネリングを通して伝えられたそうです。

21世紀の時代には、ブレサリアニズム（呼吸食主義者）といわれる人たちがいるのです。この人たちは、太陽光線だけで生きられるとしています。

ガード・ラングはこの21日プログラムを終了

して、何も食べなくてよくなり、5ヶ月（160日）経つそうです。ヤミニは200日経つそうです。2人とも体重は安定し、エネルギーレベルが高く、ヤミニにいたってはジムに通って、トレーニングしているそうです。

2人は言います。自分が出来ると信じていれば出来る。信じ切れないと難しい、と。

2. プラーナは電磁気質

プラーナというのは、宇宙エネルギーなのです。それは気とも呼ばれます。それは呼吸をすることによって体内に取り込まれます。呼吸をするときに、空気と一緒に愛と光を吸い込み、愛、平和、慈しみ、人類最善への思いを願って、ポジティブな意識を吐き出すことが大切だそうです。

この呼吸によって、人は永続的にハイヤーセルフとつながることができるのです。

太古の昔、人々はプラーナと意識的につながっていました。それは1万3000年前のことで、ポールシフトとともにその記憶は消えてしまいました。口と鼻から靈気を吸い、頭頂の頭の柔らかな部分からプラーナを取り入れ、会陰からも取り入れます。

新生児の呼吸をよく観察しましょう。呼吸時に泉門と会陰にかすかな脈動が見られます。プラーナは体の上下から流れ込み、チャクラの1つに集



まるのです。どのチャクラに集まるかは、人によって異なります。

プラーナは今では松果体を通過しなくなっているのです。昔は松果体が目覚め、ここにプラーナが通っていたものです。

網膜と松果体に光受容細胞があり、それは感光器官なのです。植物は光合成によって、栄養を受けとります。直接太陽から栄養を受けとっているのです。この松果体を活性化するには、スピリチュアルエネルギーを変容するプロセスが大きく関わっています。

そこで松果体を活性化することが光によって活きるための鍵です。松果体こそ、人体の光のシステムの司令塔で、サイキックな特性をもつ器官なのです。

3. 松果体の活性はどうやったらいいか

松果体は、6 mm×8 mmの小さな器官です。ここを活性化するには、太陽エネルギーを活用することが条件ですが、長期間ヨガや瞑想をやることも活性化することができます。

太陽視によって、光エネルギーを取り入れると、体内で電氣的、磁氣的、化学的エネルギーに変容されます。

エネルギーの貯蔵庫は、大脳辺縁系の奥底にある、または延髄の一部にあると考えられており、

ここに充電することが大切なのです。ここからリサイクル回収がおこなわれます。延髄はあらゆる生命中枢の集まったところで、生命エネルギーの貯蔵庫として働きます。

光りエネルギーは、呼吸食主義者によってマイクロフードと呼ばれています。体内には光エネルギーを受容する器官、処理する器官、分析する器官、変容する器官、貯蔵する器官があるのです。人類がマイクロフードを活用するようになれば、地球の食糧危機問題は解決されます。長期のスペースストラベルにもマイクロフードが役に立ちます。現在食べている食物だけが、体に栄養を与える資源ではないのです。

そこでこのマイクロフードを活用するために、松果体の活性が大切なのですが、それにはマインドの働きが重要になるのです。太陽エネルギーを体内で、受容するためには、マインドの力は欠かせないのです。特に、トラタカ瞑想（一点の明かりを見つめる瞑想法）が必要なのです。

4. クンダリーニを目覚めさせること

クンダリーニを目覚めさせると、プラーナを吸収するプロセスが急激に変化してより広範囲にわたる神経集合体が召集されるようになり、さらに拡大した肉体の部位から脳に、凝縮したプラーナの流れが供給されるようになります。

プラーナまたは光によって生きられるようになるためには、あるレベルの霊的覚醒が必要です。クンダリーニエネルギーが完全に目覚めると、このプロセスは最大の効果を発揮します。

クンダリーニを目覚めさせるには、延髄の働きについて知ることが重要です。延髄は頭蓋骨の基底部にある脳のセンターで、小チャクラと呼ばれ、神の門とも呼ばれます。高次元からスピリチュアルエネルギーを誘導するセンターだからです。頭と背骨を真つすぐに伸ばして瞑想すると、この延髄がプラーナのエネルギーを自由に妨げられることなく受けとることになります。

プラーナのエネルギーまたは光のエネルギーは、このセンターを通過して視床下部に流れ、光の比率を高め、テレパシー能力を向上させます。

クンダリーニエネルギーを活性化する前には、チャクラを整え、光でのおののチャクラを完全に活性化することが大切です。チャクラ瞑想をおこなうとよいでしょう。すると、プラーナは神経に電力を供給し、体内の鉄分を磁化します。そしてオーラを放射させるのです。

クリアヨガの本「ババジと18人のシツダ」には次の記述があります。「長寿の秘訣は、呼吸を精妙な経路とセンターに方向付けるテクニクにある。甘露は、口蓋垂後部と視床下部の分泌腺を開くことによって、大脳周辺から分泌される。こ

の不老不死の霊薬は、人体を強化し、腐敗や衰退、病、死を克服させるだろう」

5. チャクラを目覚めさせる簡単なエクササイズの方法がある

この方法は、ヒマラヤの人里はなれた山奥の僧院で生活するチベットのラマ僧たちがおこなっているものです。かれらはこの方法を実践して、実際に長寿を手に入れました。彼らは完全な、菜食主義者で、通常1度の食事に1種類の食品だけを口にするという習慣を持っています。そうして彼らは、いくつになってもほぼ25歳くらいにか見えないという外見を保っているのです。

彼らは、「若さの泉」と呼ばれるその簡単な体操をおこなうことによつて、チャクラを目覚めさせ、若さを保ち続けているのです。

若さを保ち続けるには、まず基本に死についての概念を書き換える必要があります。死を信じている限り、肉体はたとえ生きる能力があつたとしても、死の観念を支持します。その観念が常に高レベルの毒素を出しているのです。

私たちは、2年ごとに細胞レベルにおいて、まったく新しい存在に生まれ変わっているのです。

私たちには、細胞構造を再生する生来の能力があるのに、何故死に至るのでしょうか。チョ普拉博士は、「クオインタムヒーリング」の中で、「それ

は私たちが作ったプログラムや信念体系によるものであり、細胞は単に物質を身にとつた記憶に過ぎない」と言っています。人が死ぬのは、自ら死を予期しているからだ、というのです。

人は次の3つの点を常に留意することで、不死を手に入れることができます。

①自分は死ぬのだという観念を捨てること。

②自分の肉体のエネルギーフィールドから、ネガティブな思考や感情を全て解放すること。

③肉体、感情体、メンタル体をマスターすること。

このためには、「チャクラ瞑想」と「若さの泉」を日々実行することが不可欠なのです。

「若さの泉」は、細胞内の光の比率を高める儀式です。

7つのチャクラは、非常に速いスピードで回転しながら、プラーナを内分泌腺を通して上昇させます。7つのチャクラの1つ以上が速度を緩め始めると、生命のエネルギーの流れが滞つて、ブロックされ、それが老化や病気の原因となります。



祈りと長寿

ナチュラル・ハイジーン(2)

ナチュラル・ハイジーンは、今日、長寿と健康、そして病気とは無縁の人生を楽しんでいる世界中の人々の間で実行されている健康法です。でもナチュラル・ハイジーン健康法が始まってから、一世紀半以上も経過すると言われるのに、なぜ非常に少数の人々しかこの健康法について聞いたことが無いというのが現状なのです。

ナチュラル・ハイジーンは、果食、野菜食中心の食事です。この食事健康法はベジタリアン食事法として知られていますが、どういう訳か人気が無いのです。

体が本当に求めているのは果物と野菜の水分なのです。体に大切なのは水分なのです。「良かった。私は1日にコップ8杯の水を飲んでいる」と思って安心した人もいるかもしれませんが、でも、そういう水ではないのです。果物や野菜に含まれている水分でないとダメなのです。

人体が要求する栄養素、ビタミン、ミネラル、タンパク質、アミノ酸、酵素、炭水化物、脂肪酸など、人体が生きていく上で必要とされるすべての栄養素が、果物、野菜の水分には含まれている

のです。

生命力のある食べものが体をつくるのです。生きていく体は、生きていく食べものからつくられるという考え方が、健康長寿を願う人の基本になくはなりません。加熱調理した食事、または加工品の入った食事では、生きた食事とは言えないのです。

「自然の恵み健康法―野菜とフルーツの自然食」(1998年春秋社刊)を書いたノーマンウォーカー博士は、健康と長寿の秘訣についてその本の中で書き、加熱調理された食べものは食せず、果食・野菜食で非常に健康に過ごし、百九歳まで長生きされました。

1980年「ロサンゼルスタイムズ」誌は、中国に住む142歳のウ・ヤンキン氏という男性の記事を載せました。彼が自転車に乗っている写真が掲載されており、毎日の食事について尋ねられた彼が、「トウモロコシ、米、サツマイモ、それから他の果物と野菜を食べている」と答えた記事は伝えています。

1973年1月号の「ナショナル・ジオグラフィック」誌は、アレキサンダー・リーフ博士という科学者の記事を掲載しています。リーフ博士は世界の三大長寿民族、ロシアのアブハジア共和国、エクアドルのビルカバンバ、ヒマラヤのフンザに住む人々には肥満が見られず、癌も無ければ心臓病も無い。長寿者のほとんどが100歳以上

にもかかわらず、非常に活発で、肉体的にも年齢を感じさせなかった。彼らに共通することは、約70パーセントが水分を多く含んだ食べ物、果食・野菜食を中心として食事をしていることだと、その記事に述べています。

食事をしながら水を飲むのは良いことではありません。それは消化液を薄め、食べものが正しく消化されるのを妨げ、体を非常に衰弱させることになります。

消化に要するエネルギーは、体にとって水泳以上の重労働と心得なくてはなりません。そこで、よく咀嚼すること、なるべく凝縮食品(パン、米、肉、魚、乳製品など)を取らないようにすることが大切です。食によって、人は知らないところで体に非常に大きな負担を与えているのです。

水を加えて加熱調理した炭水化物(ご飯やパン、麺類、イモ類のようなでんぷん質食品)は柔らかくなっているため、よく嚙まずに胃袋に送り込まれる傾向があります。口の中でよく嚙まないと、唾液に含まれる炭水化物分解酵素とよく混ざらないため、胃で予備消化を行うことが出来なくなります。そのため正しい消化が終わらないまま小腸・大腸まで送られ、未消化の炭水化物が発酵して毒性の物質になり、それが腸壁から体内細胞に吸収されていくことになります。

それらは強い有害物質で、腎臓・肝臓に非常に大きい負担をかけるばかりか、老化を早め、色々

な病気を引き起こす要因となるのです。

凝縮食品は2種類以上同時に摂ってはけません。人間の体は2つ以上の凝縮食品を胃の中で同時に消化するようには作られていないからです。肉は野菜と一緒に食べる、パンも野菜と一緒に食べるという知恵が必要です。2つのタンパク質食品を混ぜて取ると、両者のタンパク質は組織の中で腐ってしまい、それが健康を損なわせ老化を早めるのです。

トピックス

キャベツダイエット

世には、いろいろな減量法があります。でも、なかなか成功しにくく、お金のかかるのが難点です。ところが、京都市立病院の糖尿病代謝内科部長で、京都府立医科大学臨床教授の吉田俊英先生は、「壮快」10月号で減量成功率70%のキャベツダイエットを説いておられます。吉田先生は、京都市立病院で年間1千人の患者さんを診察なさるそうですが、このうち体重が100キロを超える患者さんが200人もいると言われるのです。この患者さんたちにとって、ダイエットできるか

良書推薦コーナー

どうか治療の大きな分岐点となると先生は言われます。そうして、肥満に悩む患者さんたちを何とか減量させられないかと長年研究し続けて到達したのがキャベツダイエットなのです。

キャベツダイエットは、日本人にとって遺伝子的にもっとも適した減量方法だと先生は言われます。キャベツをよく噛んで食べるダイエット法は、今年7月21日テレビ番組でも取り上げられ、大反響を呼びました。この方法のポイントは、毎回の食前にキャベツ6分の1個を10分かけて、よく噛んで食べることです。同時に、肉、魚、牛乳卵などで1日に合計70グラムのタンパク質を摂取することも重要と言われます。タンパク質を極端に減らす減量法は、かえって逆効果だと言います。

生のキャベツには豊富なビタミンCが含まれるので、減量して痩せてあまった皮膚がしわになつたり、たるんだりするのを予防してくれます。キャベツダイエットを3か月続け、体重の5〜10%減量することを最初の目標としましょう。キャベツダイエットに成功したい人は、「日本人が一番痩せるダイエット」マキノ出版を参考にしてください。

「なりたい自分になれるフラワーエッセンス」

Dr. テリー・ウィラード著／総合法令出版

七田眞会長推薦！ 1,680円（税込）

ネガティブな感情をどうとるか

人は、たいがいいろいろな悩みや、ネガティブな感情を抱えています。それがひどくなると、いろいろな病状が出てきたりします。最近では、うつ病にかかる人が増えていますが、それもその1つです。それらの症状を消すには、悩みの源泉にふれると、わりと簡単に消していくことができるのです。それが、フラワーエッセンスセラピーです。フラワーエッセンスセラピーをすることで、ネガティブな感情と簡単にさよならできるのです。フラワーエッセンスセラピーとは、どんなものでしょう。それは、花の波動水療法ともいえるものです。フラワーエッセンス療法は、ハーブの化学的成分ではなく、花の波動エネルギーを水に転写し、エッセンスとしてボトルにつめたものを飲むという療法です。1日数回飲用することで、感情

的な問題が処理できるのです。

例えば、失恋して悲しい、寂しいという感情が消えない人も、フラワーエッセンスでポジティブな感情になれるのです。

フラワーエッセンスの摂り方は、エッセンスを水やジュースにたらし、飲用して使います。1日数回飲用することで、日常的な気分や自分の性格、気質をポジティブな方向に変えることができます。Dr. ウィラードは、カナダで30年以上もホリスティック・クリニックを経営しておられ、ご自身のクリニックで実際にフラワーエッセンスを使つて多くの患者さんを癒されています。博士は言います。「あらゆる病気の陰には、精神的、感情的問題が潜んでいる。その病気を完全に治癒させるには、フラワーエッセンスはすばらしい効果を発揮してくれる」

先生のクリニックに来た15歳の少女の例を見てみましょう。彼女はひどいリウマチを患い、いろいろな病院を転々として、治療法も各種試み、それでも治らずにDr. ウィラードのクリニックに来たのです。博士は、「通常のハーブでは効果はないだろう、この病気には、多分、感情的な問題が大きく影響している」と感じ、通常のハーブ薬の他に、数種類のフラワーエッセンスをブレンドしたものを処方したのです。

なりたい自分になれる フラワーエッセンス

あなたを輝かせる、36の花の波動水

Dr.テリー・ウィラード Dr. Terry Willard
高倉里奈【監訳】 石原昭幸【監訳】

教育学博士 七田 眞博士 推せん!

「花のエネルギー」が転写された水には、癒しのパワーがあります。

4滴だけで、ココロに溜まっていた
「ネガティブな涙」が流れ出て、
満ち足りた人生を歩めるようになります。

©2004 HORE F. PUBLISHING CO., LTD.

フラワーエッセンスは、感情に関わるチャクラを開き、チャクラの流れを良くするのにピッタリなのです。

私たちはまた、体からオーラを発しています。その場合、脳や心や体が病んでいると、傷ついたオーラを発しています。フラワーエッセンスは、人のエネルギー体に働きかけることができ、人の発する傷ついたオーラを正し、美しくする働きもあるのです。フラワーエッセンスは乾燥させたハーブより、はるかに微細なエネルギーを持つからです。

その具体的な作用は、感情のみに留まらず、物ごとの考え方やとらえ方、感じ方というようなその人の性格的な部分にまで作用します。感情の問題が解決しはじめると、身体に現われていた症状や、病気もみるみる改善されていくのです。植物にはそのような大きな力があり、人の傷ついたオーラを正し、生きる力を与える働きがあるのです。

フラワーエッセンスは、作家には高次からのインスピレーションをもたらす働きがあり、親から愛を受けなかった、そのために自己価値が欠如しているといった人には、心を開いて感情を素直に表現でき、深い人間関係を育てることが出来る力を与えます。うつ病にかかった人に

は、うつ病から解放するなど、フラワーエッセンスには多くの症状に対応する多くの種類があり、Dr. ウィラードのこの本には多くの種類のフラワーエッセンスが紹介してあります。

この本の最後に、「エネルギーを活用する人々」という章があり、読んで非常に興味深いDr. ウィラードに関する自伝的なお話が書かれています。

編集 後記

第2回親睦大会が迫ってきました。

今月は、それに間に合うように大急ぎで編集をして、10月のはじめに皆様に発送いたします。普通は10日発送になっているのに、今月は早くお手元に届くのでびっくりなさいますかもしれません、そういうわけからです。第2回親睦大会の成功を願っています。

【発行人】

七田 眞

【発行所】

「200歳まで生きる会」

〒695-0011

島根県江津市江津町527-5

☎0855-52-5301

FAX 0855-52-5797