

200歳万歳!

200歳まで生きる会
平成20年4月・第23号

「200歳まで生きる会」ますますのご盛況お喜び申し上げます。

私も第一回目の開催の折に参加しました。大変楽しい一時を過ごさせていただきました。その時に、「200歳まで生きる」という名称でありながら、御列席の方々の若さ溢れるお姿に感銘いたしました。

私もそろそろ六十八歳。「老いるとは」について考える年齢になりました。そして、今、いかに上手に老いるかを模索し始めております。

そのような心境の中で出逢ったのが、師と敬愛する七田眞先生の著書『老いる技術』でした。「高齢者が生き方を学ばなければいけない時代」の章の中で「人間の値打ちは高齢になって第二の人生をどう生きるかで決まる。個人の趣味を追究するのもいいが、世の中への貢献や経験をいかに後輩や後世に残すか。そして発明、発見へのチャレンジ。世の中を変革する志」などについて触れられていました。まさに老いる人達への贈る言葉であり、今、働き盛りの壮年期の人達に必ず訪れる第二の人生への心構えを説かれたものであり、羅針盤的なアドバイスだと私なりに解釈させていただきました。実は、私も七田先生から人生の分岐点でアドバイスをいただいた一人です。

ある時期、私は非常に心労を感じ、そろそろ仕事も引き際かと思いつながら、江津市の七田先生をお伺いしました。七田

先生の前に立つてはみたものの、引退のご挨拶の機会を失ったまま、先生から「これからの時代」についてご教授をいただきました。「西海さん、これからのカラーの時代に備えなさい」という一言とお土産に、色彩波動に関するたくさんのお話をいただきました。それらの本は出発前の出張空港と機内で読み終わり、福岡空港に到着した時に、理論上完成していたのが色彩波動器「バイタルウェーブ」でした。

その後、「バイタルウェーブ」は脳関係の障害の改善や若返り、また波動製品作りに力を発揮しています。

もしあの時、七田先生のお言葉をいただいていたなかったら、「バイタルウェーブ」によつて、諸々の障害を乗り越え、社会復帰された方々の数は、今のようによくはなかつたでしょう。それ以来、私の開発にも弾みがつき、世界に類がないと自負している波動製品を発表いたしております。

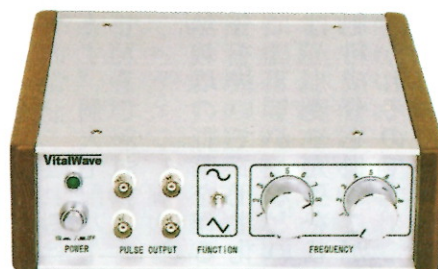
波動の法則の中に「波動は高きところから低きところへ流れる」という特性があり、「人生は、良き縁で成長する」というものがあります。これらは、七田先生と私のことを指すかのように思われます。

今や、色彩に限らず波動の時代。七田先生の、時代を見つめる洞察力、直観力に感服いたしております。七田先生のお言葉を素直に肝に命じ、波動を通じて、世のため人様の心身の健康のため、良いものを作っていきたいと思っております。



西海 惇 (にしうみ まこと)

1940年生まれ。長崎県出身。1985年中央企業代行センターを設立。企業間の企画、営業関係者に対する潜在意識を中心とした実務セミナーを開催。W・ライヒ、F・A・メスメル、樽崎皐月、K・V・ライヘンバッハ等の理論を融合して、オリジナル西海式(N式)宇宙エネルギー論を確立した。1994年に株式会社生活活性研究所を設立し、宇宙エネルギーの啓蒙活動を展開している。宇宙エネルギーに関する著書も執筆している。



カラーLED
ポインター

バイタルウェーブ

特集

今の食事ではみんな短命

●有機栽培も危険

今の作物は、化学肥料や有機肥料を使って栽培されています。これらは、自然栽培とは言えません。自然栽培は、化学肥料や有機肥料をまったく使わない栽培です。つまり、作物の栽培に3種類あることになります。一般栽培は、化学肥料を使って作物を育てます。有機栽培は、動物の糞尿を肥料にして作ります。自然栽培は、まったく肥料を使いません。

作物に虫がつき、あるいは、病気になる原因は、実は肥料にあるのです。有機栽培では、虫がつかます。虫のつく野菜は、肥料を使っていないから良い野菜と思われるかもしれませんが、実は有機栽培の作物は危険な作物なのです。

化学肥料を使った作物には虫がつかず、病気にもなりにくいので、農家は化学肥料を使いますが、これが危険なことは誰もが知っています。

ところで、スーパーなどに行くと、「特別農産物」とした野菜が売られています。これは農薬の基準使用量の半分以上で育てられた野菜のことです。安全とはいえないのです。自然なものだから良いといっても、有機認証制度が場合によつては、十数種の農薬を使ってもよいと認めているので、安心することはできません。みかん1個の農薬散布量は、コップ1杯といわれますが、「特別農産物」としてあつても、コップ半分の農薬を使つたりしているのです。

今の米も野菜も果物も、すべて農薬がまかれ、

日本は世界有数の農薬大国なのです。私たちが、毎日口にする野菜が病気を作り、糖尿病やがんになったり、人を短命にしているのです。昨日も、「私は、何も悪いことをしていないのに、どうしてがんなんかになったんだろう」と深く嘆き、落ち込んでいる人に会いましたが、実は毎日食べている食事に問題があるのです。今では、日本人の3人に1人が、がんになるといわれます。毎日、口にする野菜や肉が、自然なものになくなっているからです。

●野菜は自然栽培の野菜でなければならない

自然栽培で作られた野菜は、虫もつかず、病気にも侵されません。病気や虫に侵されるのは、肥料の入った田畑だけです。正しいやり方で育てた農作物を食していれば、ビタミン、ミネラルの心配もないといわれるほどののです。でも、今、日本の農業では、化学肥料を使うか、有機農法で肥料を使うかのどちらかです。自然栽培をしている農家は、まだ非常に少ないのです。

今の畑は肥料が入り、あるいは、農薬が入っていて、正常な畑ではありません。たとえば、ナス畑にアブラムシが発生するということは、土の中に肥料成分が入っているというしです。化学肥料を使えば虫がつかみませんが、化学肥料を使わなくても、自然栽培にすると虫がつかなくなりません。

自然栽培で作った作物は、腐らないで発酵するものです。無農薬無肥料で育てたりんごがあります。このりんごは、芯がなくて、すべてが果肉です。かじると、かじり口が白いままで、いつまでも変色しません。放つておいても腐ら

ず、熟して発酵します。この木のりんごから作ったジュースは、10年放つておいても腐らず、アップルワインになっています。ビタミンC、Eなどの酸化防止剤を使わなくても腐らないのです。

有機栽培や無添加食品をうたった食品さえも口にできない、アレルギー体質の人たちがいます。「化学物質過敏症」といわれる人たちがいます。この人たちが口にできるのは、自然栽培で育つた食品だけです。

自然栽培で育つた作物は腐りません。ただ枯れるだけなのです。あるいは、発酵して酒になります。更に進むと、酢になります。こういう食品だけを口にしようという心がかましよう。たとえば、納豆でも発酵食品だから良いかというと、ダメなのです。栃木県真岡市の「フクダ」で作られる納豆は、天然納豆菌を活用した天然のわら納豆です。ビールは、「博石館」のビール、酒は「寺田本家」の酒、ワインは「田原屋酒店」のワイン、酢は「中野商店」の酢、醤油は「栄醤油」の醤油。これらは、天然の発酵菌を使っています。個人宅配ハーモニック・トラストを通じて入手できます。

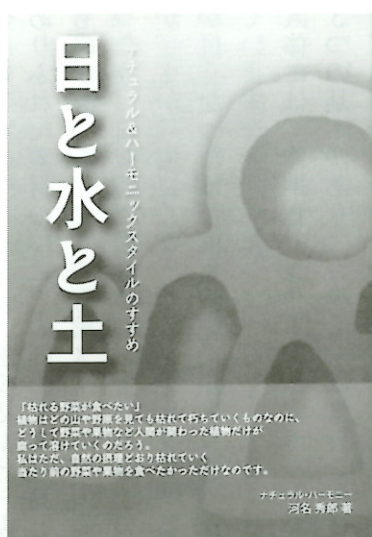
自然栽培の野菜を作るには、畑から農薬や肥料成分を抜いて、正常化しなければなりません。それには8年かかるといいます。畑を正常化するには、小麦や大豆を栽培することです。すると、肥料成分を根っこが吸い上げて、畑の毒を消してくれるのです。

●有機栽培は危険

化学肥料で作った野菜よりも、有機栽培で

作った野菜の方が危険と言ったら驚かれるでしょう。でも、これは本当のことです。それがどうして本当のことかわかるためには、家庭で実験をすればよいのです。きれいに洗った蓋つきの瓶を三つ用意しましょう。一つには、一般栽培で育ったきゅうりを入れます。二つ目には、有機栽培で育ったきゅうりを入れ、三つ目には、自然栽培で育ったきゅうりを入れます。そうして、蓋をし、毎日一回蓋を開け、どのきゅうりが一番早く腐るかを見てみましょう。

なんと、一番早く腐るのが有機栽培で育ったきゅうりなのです。鼻をつまむほどの悪臭がします。植物性肥料を使った有機栽培のもので、動物の糞尿肥料に比べて、悪臭が少ないのが特徴ですが、やはり腐敗します。自然栽培のものは腐敗せず、発酵します。



動物性の糞尿を肥料にした有機栽培は、もつとも悪いのです。大規模畜産農地、鹿児島、宮崎、熊本では、糖尿病で、人工腎臓透析をいつている患者の割合は、全国で一位、二位、三位になります。この三県とも、早くから有機農業栽培の先進地域なのですが、田畑に家畜の糞尿が大量に投入されるのです。このような事実をもってしても、有機栽培の

方が、化学肥料の野菜よりも危険なケースが多いことがわかります。

有機栽培が悪いのは、過剰な窒素供給のためです。『野菜が糖尿病を引き起こす』（河野武平著／宝島新社）を読むと、野菜に含まれる過剰な硝酸性窒素のため、それが原因となって糖尿病になるとあります。有機栽培で作られた農作物は、硝酸性窒素を大量に含むのです。

硝酸性窒素は大切なのですが、過剰に摂取すると危険なのです。野菜に含まれる硝酸性窒素は、体内に過剰摂取されると、ある種のアミノ酸と結合して、ニトロソワミンという有害な物質になります。青汁や野菜ジュースも警戒しなければなりません。硝酸性窒素を凝縮して飲んでいようなものですから。硝酸性窒素で赤ちゃんが突然死することがあります。この赤ちゃんは、ブルーベビー症候群といわれます。赤ちゃんが酸欠状態になり、青くなって死ぬからです。この病気は、過剰な硝酸性窒素が原因と、今では判明しています。

野菜が色が濃いのは、硝酸性窒素を過剰に含み、恐い野菜であることを知らなくてはいけません。緑の濃い草は、牛は食べないものです。肥料が濃いと、草は緑に育ちます。濃い緑の野菜には、硝酸性窒素が多量に含まれているので、牛は食べず、緑の淡い草を選んで食べるのです。店で濃い色の野菜、小松菜、ほうれん草、水菜、チンゲン菜などは、警戒を要します。肥料がたっぷり、色が濃くなっているのですから。こういう野菜を肉、魚と一緒に摂ると、ニトロソワミンが生まれ、ガンになったり、糖尿病になったりするのです。

有機栽培は、過剰な家畜の糞尿堆肥を入れることが前提になっているので、危険な食品である

ことを知っておきましょう。有機栽培は、オーガニックで、特別な農産物で安全と思われていますが、実験をすると、一番恐い野菜であることがわかります。ビタミンCがいくら、アミノ酸がいくら含まれていると優位性を表示されていても信じないことが大切です。腐敗実験をして確かめましょう。一番最初に腐り始めるのが有機栽培の植物なのです。

有機栽培の野菜を食べると、お腹の中に入っても腐ります。すると、いくらビフィズス菌を摂ってもダメで、腸内で腐敗するので、かえって悪玉菌を増やしたりすることになります。

自然栽培の農作物は、虫もつかず、腐らず、病気になるません。人が元気で長生きし、長命である秘訣は、自然栽培の野菜を食べ続け、良い体質になることです。腸内で食べたものが腐らず、腸内が整腸されます。腸がきれいであることが、病気をせず、長命であるための秘訣なのです。良い野菜は、瓶詰め実験でわかります。発酵する素材を体内に取り入れるようにしましょう。悪い野菜を食べれば、腸内に入っ

て悪玉菌をそだてる材料になってしまうのです。

お問い合わせ先

個人宅配「ハーモニック・トラスト」
TEL: 043-440-8566
FAX: 043-440-8577
Mail: trust@naturalharmony.co.jp
URL: <http://www.naturalharmony.co.jp/trust/>

トピックス

野菜スープ健康法

野菜スープで末期がんが3か月で消滅したと聞いたなら、きっと野菜スープ健康法に興味を持たれるではありませんか。野菜という一見ごくありふれた素材の中に、人間の生命の源となるものがあつたのです。野菜スープで口内炎が治つたり、白血病で後半の命といわれていたのが、1か月で良くなつたりしています。糖尿病が良くなつたり、前立腺肥大が良くなつたりしています。

人体には、体細胞、コラーゲン、カルシウムの3つの基本があり、コラーゲンは硬たんぱく質で、人体の3分の1を占めます。野菜スープは、このバランスをとるのです。野菜スープには、リンとビタミンDがあり、これが人体を育成維持し、老化を防ぐ働きがあります。野菜スープには、コラーゲンを増強させ、体細胞を若返らせる働きがあり、認知症も良くなるといわれるのです。

体内に入った野菜スープは化学変化を起こし、30種以上の抗生物質になるというのですから、野菜スープの働きは大したものなのです。

この野菜スープの作り方は、大根4分の1、大根葉4分の1、にんじん2分の1、ごぼう4分の1、しいたけ1枚で作ります。この材料を鍋に入れ、3倍の水を加えて沸騰させ、弱火で1時間煮詰め、灰汁を取らず、冷やしてガラス

瓶に入れて冷蔵庫で冷やして保存します。朝夕150ccずつ飲み、3日以内に飲みきること。野菜スープと玄米茶の併用は、ほとんどの病気を治し、がん治療にも最高の条件をつくるといわれます。ただし、肉、乳製品は摂らないことが大切なことです。

もう一つ、別の野菜スープの話があります。

医師の島村善行先生は、国立がんセンターに勤務していて、毎日、病院で忙しく患者の治療に当たっていました。がんセンターで、一人でも多くの患者さんを救いたいと一生懸命勉強もしました。そんなハードな生活の中で、ホッとひと息つけるのが食事の時間でした。

そして、足しげく通つたのが、ステーキ専門店だったそうです。そこで、750グラムのステーキを毎日のように食べていたそうです。そんな生活が2年半続きました。すると、体重が増え、体の不調が頻発するようになったのです。ついには、激烈な痛風の発作に襲われました。33歳の時です。

ここから、どう立ち直つていかれたでしょう。外科医として、手術を続けてきた島村先生が、食の大切さに開眼されたのです。マクロビオティックという食養生法について話を聞くことが多くなり、食生活を改善されたのです。島村先生は、自分のクリニックを開いて、患者さんたちに野菜スープを始めとする穀物菜食を指導し始めました。すると、驚くような症例がどんどん出始めました。

野菜スープを始めると、標準体重から20%以上もオーバーしているような肥満体質の患者さんたちが、例外なく体重が減っていききました。肝機能値や血糖値、尿酸値が正常化し、最大血圧が正常化するなど、目覚しい改善が見られるようになったのです。高血圧の患者さんで、血圧が下がって、薬の要らなくなる人が続出したりました。重症のアトピー性皮膚炎でさえ、良くなつていったのです。

喘息や花粉症なども良くなります。頑固な便秘や肩こりが解消したり、冷え性が改善したり、体が疲れにくくなり、夜よく眠れるようになります。更に、精神的に安定し、イライラしなくなつた。うつ病も改善されたという症状の改善が、次々に見られるようになったのです。早い人では、1か月、多くは3〜4か月、時間がかかる人でも半年〜1年でさまざまな改善が見られたのです。

もちろん、島村先生自身の痛風の発作も、ピタリと治まりました。血圧が基準値になり、便の切れがよくなり、顔のシミが消え、冷え性がなくなり、一日13時間働いても疲れ知らずになりました。

こうした患者さんたちの経過や自分の経験から、健康づくりの基本は食にあると痛感されたのです。その手段として、もつとも大きな効果を発揮するのが、「野菜スープ」というわけです。毎日の食事に野菜スープを取り入れると、体は確実に変わると島村先生は言われます。

島村先生のクリニックで患者さんにおすすめしている野菜スープのことが、テレビで紹介されたこともあります。では、野菜スープをどのように作ればよいのでしょうか。島村先生のおすすめの野菜スープの作り方を紹介しましょう。

野菜スープの材料としては、キャベツ、たまねぎ、にんじん、かぼちゃという4種の野菜で作ります。なぜ、この4種なのでしょう。このスープを考案されたのは、マクロビオティックの指導者久司道夫先生です。久司先生は言います。「この4種の野菜は、多糖類を多く含み、内臓におだやかに作用し、動物性食品や甘いもののとりすぎの害を打ち消し、血糖値を安定させる作用が強い」

それに加えて、島村先生は言います。「食材として、入手しやすい。煮込んで甘味やうまみが出やすい。アクが少ない。ビタミンやミネラル、活性酸素を取り除くファイトケミカルを豊富に含んでいる。低エネルギーで、甘味があるので満足感が得られる。栄養バランスがとれる」など。何より、簡単に減量できるので、おすすめです。

そこで、作り方です。

一回分の材料は、キャベツ、たまねぎ、にんじん、かぼちゃ各50グラム。水800ml。これで4人分です。4つの材料を同量にし、その合計の4倍の水を使います。

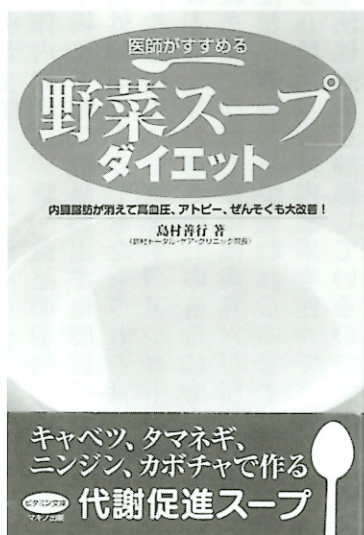
各野菜を洗い、たまねぎは薄皮を剥き、にんじん、かぼちゃは皮ごと使います。たわしを使って、よく洗うこと。野菜は、それぞれみじ

ん切りにし、鍋に入れて水を加え、火にかけます。沸騰したら、弱火にし、そのまま20分ほど煮詰めます。終わったら、ザルで越してスープを取ります。

飲まない分は、冷めてから冷蔵庫で保存すればよく、冷蔵で一日〜二日、冷凍なら1か月以内に飲みきります。一回に飲む分は、200ミリリットルずつとします。

もつとも効果的な飲み方は、午後3時頃、おやつ代わりに飲むことです。野菜スープを飲むと、血糖がコントロールされ、甘いものが欲しくなくなります。空腹の状態では飲むので、吸収率が高くなります。

勤めなどで3時に飲むのが難しい場合は、出勤前と仕事から家に帰ってすぐ飲めばよいでしょう。一日に二回、一回に200ミリリットルを目安に飲めば良いということです。



健康情報

腸相をよくすることが健康長寿の秘訣

1950年〜1970年、アメリカでは、高たんぱく、高脂肪食が蔓延していました。その食生活が腸に現われ、大腸ポリープ、高血圧、大腸炎、心臓病、糖尿病、肥満、前立腺がん、乳がん等の病気を大量に生み出し、大多数のアメリカ国民が不健康状態に陥っていました。

1980年頃から、食生活に対する認識が変わり、高たんぱく、高脂肪をやめて、動物食は魚介類に変え、未精製穀物、野菜、果物、豆類中心の食事になり、がん患者の発生が激減しました。これは、1977年のマクガバン・レポートによるものです。

アメリカの政府は、上院議院で栄養問題特別委員会を組織し、アメリカの国民がなぜ不健康に陥っているかを広く調査し、その結果を委員長ジョージ・S・マクガバンが食事の改善を提唱したのです。

これを世にマクガバン・レポートといいます。それは、次のような内容で、「動物脂肪の摂りすぎ、砂糖の摂りすぎは心臓病やがん、肥満、脳卒中等の病気と因果関係がある。アメリカの主要な病気の原因となる10の病気のうち、六つの病気は食生活に起因している。脂肪を減らすこと。精製されていない穀物、野菜、果物等の複合炭水化物をもっと食べ、動物食としては魚介類を食べること」というものです。

1980年からアメリカ人の平均的な食生活は、このレポートによって変わってきたのです。アメリカの政治力の強さです。日本には、この

ような政治力の強さがなく、国民が間違った食生活を強いられるので、がんなどの病気が広がっているのです。

日本では、1961年、学校給食で強制的に牛乳を飲ませ、乳製品が健康に良いとすすめるようになったのですが、これは完全な誤りだと、ベス・イスラエル病院内視鏡部長の新谷弘実先生はいいいます。

新谷先生は、アメリカと日本で過去37年間にわたり、約30万人の人の胃腸や大腸を内視鏡で診察し、治療してこられました。そして、胃腸の相のきれいな人は、体全体が健康。間違った悪い食事をしていれば、体に異変が起こるとして、良い食事をするのが大切と説いておられます。動物食を減らし、脂肪は動物性のものを避けて、穀類、豆類、魚介類から摂るのが賢明。動物性たんぱく、脂肪の摂取は活性酸素や過酸化脂質などの毒素を腸内に多量発生させると警告しておられます。

良い胃腸の相は、毎日の食事、水、排泄、運動、心の充実や幸福感の一年一年の積み重ねが作っているとわれ、腸内をきれいにすることをすすめています。そのために、腸内細菌を善玉にすることをすすめておられ、酵素たっぷりの生の食品を摂ることをすすめておられるのです。また、植物性の発酵食品、味噌、ぬか漬、納豆を摂ることをすすめておられます。

良い腸内細菌が、体内酵素を作るのです。うして、体内酵素が生命力の源泉なのです。体内酵素の働きを助けるのが、ビタミン、ミネラルなのです。ビタミン、ミネラルは、補酵素といわれます。

体内酵素は、薬、食品添加物、農薬などの化学物質、電気製品の出す電磁波、レントゲン線、紫外線等によってもたらされる活性酸素を解毒するのに用いられます。アルコール類、お茶、コーヒー、たばこなどの解毒にも大量に消費されます。このように体内酵素が無駄遣いされるほど、健康長寿が失われるのです。人間は、500種類もの体内酵素を使って、肝臓内で毒素や活性酸素を解毒しているのです。

日本人は、お茶が体に良いと思ってよく飲んでいますが、玉露、煎茶、番茶、ほうじ茶等の日本茶や、中国茶、紅茶、どくだみ茶、杜仲茶等は、体に害を及ぼすカフェインやタンニン酸等、体内に活性酸素を作る化学物質をたくさん含み、良くないとしておられます。特に、緑茶の玉露は、タンニン酸が多く、常用していると粘膜に萎縮性の変化が現われ、胃相を悪くするとしておられるのです。

胃腸の相を良くするには、食事を良くすること。おすすめるは、発酵食品を摂って、体内酵素を補給すること。牛乳は、飲むべきでないとしておられます。

『腸内クリーニングの驚異』（祥伝社）の著者、東大名誉教授光岡知足先生は、腸内クリーニングをしてビフィズス菌を増やすのに効果があるのは、オリゴ糖を摂ることだとすすめておられます。オリゴ糖は、腸内のビフィズス菌の餌になるのです。オリゴ糖を摂ると、便秘も解消さ

れます。

腸が異常をきたす三つの要因が、第一は、消化しにくい食べ物の食べすぎで、胃腸が消化不良を起こし、その食べ物が異常発酵や腐敗を起こします。有毒物質を食べた時も腸内で毒素を出し、同じことが起こります。第二は、胃腸粘膜に病変があつて、刺激に過敏になっている場合、第三は、胃腸の働きを支配している自律神経異常をきたしている場合です。主にこの三つがあるといえます。食べすぎ、飲みすぎに注意することが大切です。

おならが臭いのは、腸内の腐敗菌が作り出すからです。たんぱく質の摂りすぎは、悪臭を作ります。

腸内でもっとも優秀な菌はビフィズス菌なのです。このビフィズス菌を増やすためには、オリゴ糖をしつかり摂りましょう。長生きしている人々の腸内細菌叢（腸内フローラ）は若々しく、ビフィズス菌が優性なのです。腸内フローラの老化を食い止めることができれば、体の老化も防げます。悪玉菌の代表は、ウェルシュ菌です。

かつて、日本有数の長寿村として知られる、山梨県桐原村のお年寄りの腸内フローラを、学者たちが調査したことがあります。その結果は、桐原村のお年寄りには若々しい腸内相を維持していました。ビフィズス菌が多く、ウェルシュ菌が少なかったのです。

オリゴ糖には、乳果オリゴ糖、フラクトオリゴ糖、ガラクトオリゴ糖、イソマルトオリゴ糖があります。

大阪・中村クリニックの中村和裕院長先生は、腸能力を高めるために、「乳酸菌マイクロ熟成



「エキス」をすすめておられます。このエキスは、発酵微生物が発酵、熟成の過程を経て作り出す代謝物で、腸を活性化させる能力が強いのです。

乳酸菌マイクロ熟成エキスは、乳酸菌、酵母をはじめとする発酵微生物が作り出す代謝物で、胃酸などの影響を受けることなく、そのまま腸に達して、腸内細菌に直接の影響を与え、有用菌が増えやすい環境を作ってくれるのです。このエキスには、生理活性ペプチド、フラボノイド、酵素、抗菌性物質、有機酸、ビタミン、ミネラル、アミノ酸などが含まれ、それぞれが人体に有益な影響を与えてくれます。

乳酸菌マイクロ熟成エキスは、体質強化と体質改善のため、医療現場でも使われています。その効果は、食欲不振、胃のもたれ、胃アトニー、胃下垂、胃酸過多、胃けいれん、腹部膨満、便秘、下痢、食物アレルギー、過敏性大腸炎、その他の体調不良に有効です。

胃腸相を良くするには、食物の質と食べ方を根本的に変えなくては治りませんが、正しい食の核となるのが、乳酸菌マイクロ熟成エキスなのです。治療が難しいというさまざまな病気を抱えた多くの患者がこのエキスをういた治療によって改善しています。

腸能力を高める

『乳酸菌マイクロ熟成エキス』

監修 池田 幸 中村クリニック 中村 和裕 / 監修

ヘルスビジネスマガジン社

乳酸菌マイクロ熟成エキス
お問い合わせ先
大阪・天王寺 中村クリニック
TEL:06-6772-5455
(受付は月火水のみ)

良書推薦コーナー

『毒素をためると病気になる 排毒・解毒で病気は治る』

本部千博著 / アールズ出版 / 1,575円(税込)

体には、毒素を出す仕組みがあります。たとえば、風邪は悪者として通っています。実は、風邪をひくのは喜ばしいことなのです。理由は、悪いものを体が出そうとしているのが風邪なのです。風邪をひくと熱が出たり、喉が痛くなったり、咳が出たりしますが、それは毒を出す仕組みが働きだしている症状なのです。人は、夏、暑い暑いと言って汗をかきます。実は、汗とともに、体の表面の毒素を外に出しているのです。それが秋になり、冬になると気温が下がって皮膚から汗が出なくなります。すると、本来、体の外に出すべき毒素が排出されず、なり、次第に体の中にとまっていきます。ちょうどめいっばい溜まったところに、乾燥好きのウィルスがやっていくというわけなのです。

これこそ、一年分の毒素を追いつけ出すという自然の中に組み込んだ人間の体の仕組みで、風邪をひいて熱を出し、鼻水を出し、体内に溜まった毒素を外に追い出します。このシステムを上手に利用するには、熱が高いといつて解熱剤を使うのは、排毒システムを無視する行為です。症状を長引かせます。注射や投薬をして、風邪の症状を消し、毒素を外に出すのを防ぐと、排出されなかった毒素が体の奥深くを侵しはじめ、血液やリンパの流れが滞り、内蔵の病気を誘発したりするので。その結果、慢性病やがんが引き起こされるのです。

毒素が溜まると、夏でも風邪をひきます。風邪は、体の毒素を出すシステムということを理解しましょう。すべての病気の第一ステップは、風邪の症状なのです。だから古くから、風邪は万病の元ということばがあります。

排毒がスムーズなら、風邪はほとんどひかないものです。問題は冷え性です。低体温で血液循環悪いので、排毒がままならず、冷えのために悪循環を生んで、体が毒素をたっぷり溜め込みます。その結果、数々の生活習慣病を生み出します。風邪は、自動浄化システムと理解しましょう。

風邪をひいた時にどうすればよいでしょう。上手に発汗した方がよいのです。熱いお湯を、一度に2リットルから3リットル飲むと、汗が出て、軽い風邪なら一晩で治ります。風邪の発熱なら、一晩しっかり汗をかけば、熱はひくのです。

咳止めには、大根とはちみつで咳止めを作りましょう。大根を4分の1ほどよく洗って、皮ごとさいの目に切ります。そして、容器に入れ、それと同量のはちみつをたっぷり用意し、それに刻んだ大根を入れ、一晩おくととてもよく効く咳止めが出来上がります。これを大きじ1杯ずつ飲めば、咳は楽に治まります。咳止めなど、不必要な薬は飲まないことが大切です。

この本がすすめている排毒法の一つに、「不思議シート」があります。これは、樹液を使ったシートです。この方法を開発した川瀬逸子さんの話が紹介してあります。

ある時、彼女の弟は、丹毒になりました。高熱を発し、顔はパンパンに腫れ、目は白目をむいて、医師はさじをなげました。病院から帰る

途中、偶然鰻獲りのおじさんにあいました。どうしたのかと聞かれたので、弟が丹毒になって死にそうなので、家に帰って葬式の準備をするところだと答えました。すると、おじさんは少し待っていなさいと言って、どじょうを30匹ほど獲ってきて、家まで一緒に運んできたそうです。

おじさんは、どじょうの腹を割き、皮を腫れた顔に貼りつけていきました。すると、10分もすると、どじょうは黒く変色して剥がれおちました。あるだけのどじょうを貼りつけて、しばらくすると、あつという間に腫れがひいたそうです。

そして翌日、もう死ぬと言われた弟が「腹へった」と言って起きてきたそうです。川瀬さんは、この体験をもとに、後年足の裏に貼る「不思議シート」を開発しました。足の裏にこのシートを貼ると、毒素が取れて肩こり、腰痛、膝痛が取れるといいます。リウマチ性の曲がった指が、不思議シートを貼ることで痛みがなくなり、指が伸びてグーパーができるようになったという患者が泣きながら、ありがとうと言ったそうです。

本部千博

毒素をためると
病気になる
排毒・解毒で
病気は治る

低体温(36℃以下)に毒素は喜び、
汚れた血に毒素がはびこる。
食に落ちる毒、体内の薬毒

【発行所】

それを見たこの本の著者の本部医師は、いんちきくさいと思いつつ、シート一つ買って帰りました。そして、末期の肝臓がんで苦しんでいる患者に、これを貼ると効果があるらしいよ、と言って渡してみたのです。すると翌日、すぐ連絡がきて肝臓の背中側に貼ってみたら、大量の体液が出てベタベタになったというのです。

本部医師は、自分でも足裏に貼ってみました。すると、こげ茶色のベタベタがいつぱい出て、一週間ほどでベタベタが出なくなりました。いろいろな健康法を試していたので、それほど毒素が溜まっていたとはショックでした。以来、手当たり次第に使ってみました。捻挫なんかは、すぐに貼っておけば翌日には良くなってしまいます。

バセドウシ病を患って2年ほど薬漬けだった人は、食事療法を切り替え、薬を断っていたにもかかわらず、この不思議シートを貼り出して、ベタつかなくなるのに一年もかかったというのです。薬の毒を出し切るのに、それほどかかるということなのです。

歯痛にも有効で、頬やあごの骨に沿って貼っておくと、ベタベタになり、痛みが消えます。本部先生がこの本を書いたのは、この不思議シートに出会ったからだと言われます。

この本には、その他の排毒法として、遠赤低溫サウナ、トルマリン、特殊クリーム、足湯と半身浴、マイナスイオン療法、浣腸療法をすすめておられます。

不思議シートのお問い合わせ先

株式会社 花工房 三皇

TEL 0544-58-0229

会員様からのお便り

本日は、会報10部ご送いただきました、大変ありがとうございます。早速、7部を友人・知人に分けさせていただきました。私も仲間が増えることを期待しております。それから、先日の大筋トレマスタ研修とても楽しかったです。自分のためにもとり入れて、周りにも広めていくつもりです。情報ありがとうございます。

次は、私自身の体験レポートです。

寺田本家の玄米発酵酒「むすひ」を飲むようになって、これまで50年も続いていたアトピーがすっかり消えてしまいました。これまでは、お酒を飲むと、翌日、必ずアトピーが出て治るのにひと月以上もかかっていたのです。治すのには、塩もみ健康法で治していました。それが、「むすひ」を飲み始めると、逆に急速にアトピーを消していったので、以来一度も出ないのです。お陰で、50年からの苦痛から解放されました。体に痒いのが出ないというのは、こんなに楽なものかと思っています。

編集後記

200歳万歳の記事が役に立ったという報告のレポートをいただくことほど嬉しいことはありません。どうぞ、たくさんレポートをお寄せください。

今回も、お役に立つ記事がかけたのではないかと喜んでいきます。

【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527-15

TEL 0855-5215301

FAX 0855-5215797