

200歳万歳!

200歳まで生きる会
平成20年5月・第24号

200歳まで生きる会に入会して

この間、七田先生から、「200歳まで生きる会という会をしているのですが、顧問になりませんか」という手紙をいただきました。私が100歳になったのを知ったからでしょう。「私はもう半年も生きたら充分だ」と思っていました。ところが、200歳と聞いて、ふと「いやこれは有難い。200歳なら、まだ100年も生きられる。仲間に入れてもらって頑張ろう」と張り切る心がおきました。仲間があればやってみたく入会しました。

不思議なものです。今の私は、「もう100年やってみよう」と思えるようになったのです。これは恐ろしい財産をもらったようなものです。有難い会です。

仲間になるには、私の履歴もと思い、書くことにします。

私は小学校の先生でスタートしました。今も、それでおしています。発明の先生もしています。しかし、これも小学校以上のことは教えません。各県に二つずつ、100の発明学校をつくりました。その名はみな「日曜発明学校」で統一しました。それは発明の幼稚園という意味です。その考えが、東久邇宮さんと同じだったので、急に仲良くなりました。それから何十年も、二人三脚で発明学校をもちたててきました。それがご縁で、日本一の幼児教育の大家、七田先生とも知り合いになれたのです。

80歳を過ぎてから、長生きしようと音楽療法を大先生について勉強しました。

「カラオケで病気をなおす学問です」一緒に歌いませんか。どんな病気でも、歌うとストレスが取れて、自律神経の失調が正常になった方もおられます。

そのために声を美しくする「音楽療法、美声ホーン」というものを弟子たちが発明しました。これは、アメリカの音楽療法学校が1000校も採用して使ってくれました。

それは、テレビで何度も放送されました。日本でも今、さかんにそれを使って、声優の試験を受けて合格しています。安いからよく出るのでしょうか。それを使うと声がきれいになるので、NHKの「のど自慢」なら、すぐ出られます。

今は、小さなアイデアや、変わった素人写真や、子どもの絵を著作権にして、金儲けを人にさせるのが本職になっています。スリッパのかかとを切つてのけて、ダイエツトスリッパといって、年に五億円を儲けているのは、その良い例です。だから、弟子はみな大金持ちです。

先生の私だけが貧乏なのも面白い有様です。それから、私にできるのは、お友達になるのは会報誌上で、皆さんのアイデアを著作権にしてあげて（但し、印紙代は二千元要るが）、それを金にしてあげるくらいです。

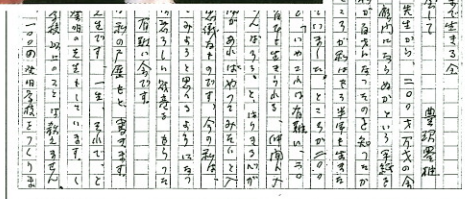
そして儲けたら、200歳の会に寄付し

てください。月に十万円くらいなら誰でもできます。

東久邇宮記念会 発明神社祭主 豊澤 豊雄
FAX 03-3484-5050

豊沢 豊雄(とよさわ とよお)

1907年香川県丸亀市に生まれる。香川師範卒業後、女子師範学校で理科を教える。戦後、発明立国を唱え、衆議院議員に当選2回、発明振興議員連盟をつくる。テレビ放送開始で、アンテナ製造会社、八木アンテナ(株)を創立し、専務。ついで、日本アンテナ(株)の社長を経て、昭和35年、(社)発明学会を設立し、会長となり平成12年退任。その間、日用品から電気製品まで大衆発明、提案等の指導にあたってきた。氏の指導によって、小企業が大躍進した例は数百に及び、発明成功者は数知れない。昭和48年、藍綬褒章受賞、翌年、褒章クラブをつくり幹事長となる。現在までの著書は、200冊以上、その門下生は100万人とも言われている。現在、日本ほめよう会会長、著作権管理士会長。



今年101歳を迎えられる、豊沢顧問直筆の原稿。

特集

すべての病気はエネルギーシステムで始まる

1. 人間の体はエネルギーシステムでできている

私たちの身体は、分子、原子、素粒子の寄せ集めです。そうして、その身体を動かしているのはエネルギーです。言い換えれば、身体を動かしているのは、純粋なエネルギーシステムだということです。

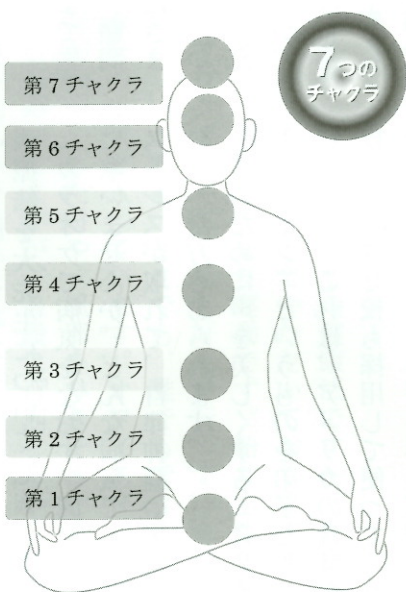
人は疲労がたまると、このエネルギーシステムに異常が生じ、風邪にかかりやすくなります。ストレスがたまって疲れると、エネルギーシステムが衰えて病気になるのです。エネルギーが、基本的な生命力といえるでしょう。

人は、自分のエネルギーの衰えを感じることができません。そして、自分が疲れていたり、エネルギーに溢れ、元気であることも感じる事ができるのです。

このエネルギーの働く「チャクラ」というものがある。人体には七つのエネルギーセンターがあります。これを七つのチャクラというのです。第一のチャクラは、ルートチャクラといって、会陰の部分にセンターがあります。第二チャクラは、仙骨チャクラといって、仙骨にセンターがあります。同じように第三チャクラは、みぞおちチャクラ、第四チャクラは、ハートチャクラ、第五チャクラは、のどチャクラ、第六チャクラは、みけんチャクラ、第七チャクラは、クラウンチャクラといって、それぞれその名称のところにセンターがあるわけです。クラウンは、頭の頂上の百会という経絡にあります。

このチャクラは、人体と重なったエーテル体に存在すると言われています。人間の体は、肉体（エーテル体）、感情体（アストラル体）、精神体（メンタル体）、霊体（スピリット体）の四層からなると言われています。エーテル体は、肉体とピッタリ重なり合っているといわれます。エネルギーのレベルに、このように肉体的、感情的、精神的、霊的の四つのレベルがあるのです。

そうして、このエネルギーのレベルを高めたり、低めたりするのに、感情や精神（心）の働きが大きく影響しているのです。レベルが低いと、病気を撃退するエネルギーがなくなり、病気が重くなるわけです。



2. すべての生き物は、電磁波エネルギーを発する

すべての生き物が電磁波エネルギーを発していることは、CTスキャンやMRI（磁気共鳴断層撮影）によって測定できます。人体は、電氣的エネルギーによって動かされているのです。電気は、必ず磁場を伴います。電気と磁場はセットになっています。

右脳の開けた人は、これらの機械以上に人を取り巻く電磁波動を読み取ることができます。すべての病気の波動は低く、もともと低い場合は、もともと洗練された医療器具でも、その波動を拾い上げられないことがあります。ところが、超感覚の優れた直感医療者と呼ばれる人たちは、それを読み取ることができるのです。つまり、人間の方が機械よりも上だということです。

このことに関して、メニンガー財団のエルマー・グリーン博士は、『バイオフィードバックを超えて』という本の中で次のように述べています。「エネルギーの中には、科学機器では検知できないものがある。なぜなら科学機器には、物理的レベルを超える部品がないからだ。人間には、すべての部品が備わっており、したがって、より広い範囲のエネルギーを感じることができる。機器は、鉱物からできているが、検知するのに必要な変換器を持たない。言い換えれば、生き物は科学的な装置よりも、強く宇宙とつながっている。結局、機械は制限のある道具にすぎないのである」

テレパシーは、人間の感覚装置の働きによつ

て、エネルギー波動を感知するものです。人間は、優れた波動の感知器なのです。磨く努力をすればするほど向上します。それは、本来、すべての人間が身につけているもので、絶対音感と同様です。それを磨く環境がなければ現れず、消えた状態であるものです。人は、自分の波動を上げる能力も、下げる能力も持っているものです。

3. 波動を上げる身体的な方法

人は低い波動に落ちると、風邪、がん、糖尿病、心臓病などの病気になります。

波動が低くなり、病気の波動と共鳴するので、病気というのは、結局のところ、波動を低くして、病気の波動をキャッチするものなのです。

病気の原因は、実は思考と感情にあるのです。マイナスの思考、マイナスの感情が自分の波動を低くし、その波動と共鳴する病気を呼び込むことになるのです。だから、逆に波動を上げる方法を学べば、病気を遠ざけ、健康でいることができるわけです。

波動を上げる身体的な方法には、次のような方法があります。

- ① 十分な睡眠をとる
- ② ダンスなど、体をよく動かす運動をする
- ③ チベット体操をする
- ④ チャクラ瞑想をする
- ⑤ 自然食を摂る
- ⑥ ペットと遊ぶ
- ⑦ フラワーエッセンスを飲む
- ⑧ チャネリングをする（チャネリングは、聖なる導きを求めるもの。聖なるものは、高い波動の源泉だから）

逆に、波動を下げるものをリストしましょう。
① マイナスの思考・感情に陥る ② 外出しない ③ ファーストフードばかり摂っている ④ 睡眠が不足する ⑤ テレビばかり見ている ⑥ 楽しむための体を動かさない ⑦ 酒を飲む、たばこを吸う、ドラッグをするなど（酒は、適量ならよいのです）

病気をした時は、病状を見ないこと。エネルギーを見ればよいのです。エネルギーは、嘘をつかないからです。七つのエネルギーセンターを見れば、エネルギーの状態が読み取れます。

普通の人の周りには、おだやかなエネルギーが取り巻いています。そのエネルギーを変えるのは、人の思考、感情なのです。うつ病の人は、薄い灰色にかすんだエネルギーの影を持っています。思考、感情、信念、態度がチャクラやエネルギーの場で、読むことのできる波動を生み出すのです。

肯定的な思考・感情は、波動の周波数を上げます。否定的な思考・感情は、周波数を下げます。恐れが、もっとも有害な感情で、波動を低く保ちます。

エネルギー場を見ると、その人が、自分自身にどんな感情を持っているのかわかるものです。あなたがあなたに対する考えや、世界に対する態度の質があなたの細胞の遺伝的な構造に影響をおよぼしているのです。科学が今、この考え方を支持するようになっていきます。

4. ことばにエネルギーを持たせよう

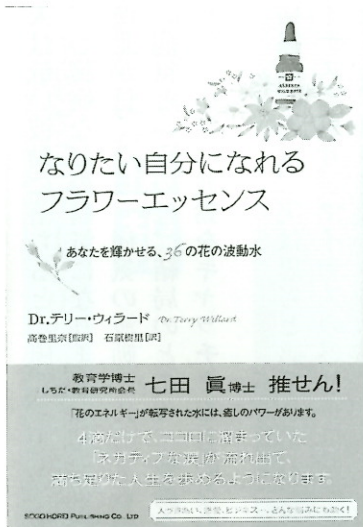
ことばにエネルギーがないと、いくらプラスのことを思っても、その思考にはエネルギーがありません。たとえば、自分は失恋の痛みなどないと思っても、心の底では、潜在意識に悲しみを抱えていると、そのことばにはエネルギーがないのです。ことばにエネルギーを持たせるには、心の底からの正直さ、信念を必要とするのです。自分の心の奥底の感情を理解しなくてはなりません。この奥底の感情が、マイナスである限り、あなたの波動を高めることができないのですから。

それは、潜在意識的な感情のしこりとなって、あなたの心に、深く巣くっている感情です。その感情を、どう解けばよいのでしょうか。フラワーエッセンスで解くことをおすすめします。ネガティブな感情と簡単にさよならできるのは、フラワーエッセンスなのです。

ここで言うフラワーエッセンスは、花の波動水です。ハーブの化学成分ではなく、花の波動エネルギーを水に転写したものです。花のもつ波動をエッセンスとして、水に溶かし込み、ボトルに詰め込んだものです。それを水やジュースにたらし飲用すればよいのです。一日に数回の摂取で、感情の問題が消えていきます。

失恋した相手を忘れることができず、悲しい思いの時は、「フオゲット・ミー・ノット」または、「フリーディング・ハート」を飲めばよいのです。2〜3週間経つと、寂しい思いを感じるものが少なくなります。2〜3か月経つと、過去を忘れ、平穏を取り戻している自分に気づくことができるようになります。

小学5年生のJさんは、鼓笛隊のリーダーにはなったものの、荷が勝ちすぎて、だんだん沈んだ顔になっていきました。スポーツも勉強もよくできる子なのに、自身を失っていたようです。お母さんが、いくらアドバイスしても元気になりません。教室の先生から、ドクター・ウィラードのフラワーエッセンス『チルドレンズバランス』をすすめられて飲み始めてから、2、3週間のことです。お母様から、『チルドレンズバランス』がとても良かった。もとの自身いっぱいの元気な子になった」と報告がありました。



5. チャクラをよくするには、フラワーエッセンスを用いよ

私たち人間は、精巧な脳と、神経系を持つだけの単なる生体コンピュータ的肉体的機械ではありません。肉体を持つスピリチュアルな存在なのです。3次元経験と多次元的な存在を持つているのです。病気は、そのエネルギー体に異常を生ずることによって起きるものです。ですから、薬に目を向けるのではなく、ハーブ

でもなく、波動を矯正するフラワーエッセンスに目を向けましょう。

フラワーエッセンスは、花の個性的なエネルギーを持ち、その働きは、精神や霊的レベルまでもにおよぶものなのです。魂を癒す医療なのです。

鍼やチャクラの二つは、経絡のバランスを整えるエネルギー療法です。鍼がなぜ効くのかというと、体のエネルギーシステムを調整するからです。

では、フラワーエッセンスは、なぜ効くのでしょうか。フラワーエッセンスを摂ると、気の流れを正常にするからです。すると、チャクラが刺激されて健全になります。カリフォルニア大学のバリー・ハント博士は、初めは筋肉の電磁周波数を測定してました。後に、研究のテーマをチャクラの周波数測定に変えました。チャクラセンターの周波数は、心臓や脳の周波数よりも、波動が高いことがわかったからです。

そのチャクラの波動数をよくするのに、フラワーエッセンスを用いるとよいのです。高い精神性や霊感、直感を磨きたい人は、『アイリス』というフラワーエッセンスを摂りましょう。アイリスは、直感を磨き、創造性を活性化します。アイリスのフラワーエッセンスは、高次元からのインスピレーションを運ぶ働きがあるのです。アイリスの葉は、ダビデの星の形をしています。そして、第三の目を開く働きがあるのです。

思考や感情の働きを正すので、ADD（注意欠如障害）やADHD（注意欠陥多動障害、自閉傾向、精神障害の子どもや人には、『ヤローホワイト』を摂らせましょう。

トピックス

老化防止に役立つフコイダン

今、お医者さんの間で、代替療法が盛んに取り入れられるようになっていきます。お医者さんの間で、『21世紀は、西洋医学一偏等の医学から脱却すべきだ。東洋医学と西洋医学、そして代替医療を統合した医療を考えなくてはならない』という考えが広がっているのです。そうして、人工心臓の研究で有名な東京大学医学部名誉教授渥美和彦先生を中心に、多くの医療関係者が集まり、『日本代替、相補伝統医学連合会議』が発足しました。

代替療法は、ガン治療にも取り入れられるようになっていきます。現代のガン治療は、外科手術と抗がん剤による化学療法と、放射線治療が3点セットになっていて、中でも中心は、抗がん剤による化学療法です。ところが、これは副作用が大きくて、正常な細胞までダメージを与え、骨髄の働きまでも弱めて、免疫力を低下させてしまうのが問題なのです。

ところが、この3点セットの治療をしていて、免疫力の低下が見られない患者さんたちがいたのです。そこで、なぜかと調べると、その患者さんたちに共通するのが、何らかの健康食品を併用していることだったのです。つまり、ニュートリション健康法を心がけていたのです。ニュートリションセラピーは、今、とても有効な代替療法の一つに考えられるようになってきました。ニュートリション・サプリメント

「栄養補助食品」を摂ると、血液の質がよくなり、免疫力がアップするのです。そのニュートリションの中でも、効果が目覚しくあると認められ、学会でも発表されたのが「フコイダン」という栄養食品なのです。

フコイダンとは何でしょう。そして、それはどんな働きがあるのでしょうか。フコイダンとは、昆布やもずくのヌルヌル成分です。フコイダンのガンに対する働きは、直接ガン細胞をアポトーシス（自滅）に導くことです。これが、他の栄養補助食品と大きく違うところです。フコイダンは、今や、ガンの最先端治療として大きく期待されています。

アメリカでは、今やガン患者の80%以上が代替治療を受けています。でも、残念なことに、まだ日本では、代替治療が常識になっておらず、多くのお医者さんたちが否定的です。

フコイダンは、ガン細胞を自滅させる働きがあつて、さらにその周辺の血液の供給を減らすことで、腫瘍細胞が消失することがわかりました。フコイダンには、さらに老化防止の働きまであるのです。フコイダンには、HGF（肝細胞を増殖させる因子）産出の働きがあつて、動脈硬化、脳卒中、心筋梗塞の予防、高血圧を下げる、肝炎に効く、抗ガン効果がある、毛髪が増えるなどの働きも見られるといえます。

進行性の肺ガンに侵されて、病院で余命3か月と言われた45歳のI・Mさんは、フコイダンを摂り始めると、飲み始めて4日目、身体が温かくなるのを感じ、2週間も経つと土気色の顔がほんのりとピンク色になり、食欲が出てきました。鋭い痛みはありませんでしたが、「これは、続

ければきつと治る」という気持ちが湧いて、フコイダンを摂ることを続けました。そして、医師に「あと3か月」と言われた3か月を越し、次の月になると、体力もしっかり回復しているのがわかり、大学病院で再検査を受けると、肺ガンの腫瘍が小さくなつており、他の小さな腫瘍や、転移していた腫瘍は跡形もなく消えていたのです。その後、5か月経つての検査では、「ガンが完全になくなっていく」と告げられました。

フコイダン

—驚きの実証—

監修 山川孝彦

アイムコーポレーション

フコイダンの良さを伝える、医師の書いた本に、次の本があります。『海藻フコイダン』でガン細胞は自殺する！！（史輝出版）、『代替医療あきらめてはいけない！医師が取り組むガン治療 フコイダンガン細胞をたたく！サクセスマーケティング』、『元がんセンター医師の告白「ガン」になつたら、私はこの代替医療を選択する』（現代書林）

フコイダンは、ガンだけにいいのではないのです。抗アレルギー作用があり、アトピー性皮膚炎や、花粉のアレルギーにも有効とされています。血圧上昇抑制作用、血糖上昇抑制作用、

抗ピロリ菌作用、胃不快感改善作用、抗ウイルス・抗菌作用、抗酸化作用、肝臓機能向上作用、育毛作用などもあり、フコイダンを摂り続けただら、胸に広がっていた老人性イボが全部取れていた。5、6年前から右耳が難聴で、ほとんど聞きとれなかったのに、少しずつ聞こえるようになった。冷え性だった手足が温かくなった等々、ガン治療以外の効用があることを書いてある本に『フコイダン—驚きの実証—』（山川孝彦監修/アイムコーポレーション）があります。

人は、ガンなんかで死ぬものではなく、『ガンは自分で治せる』（マキノ出版）を書いた新潟大学の医学部教授の安保徹先生は、免疫療法に力を入れておられ、「ガンは自分で治せる病気だ」と力強くこの本で述べておられます。そうして、ガン検診は、恐怖心をおおるので、受けてはいけないと警告しておられます。

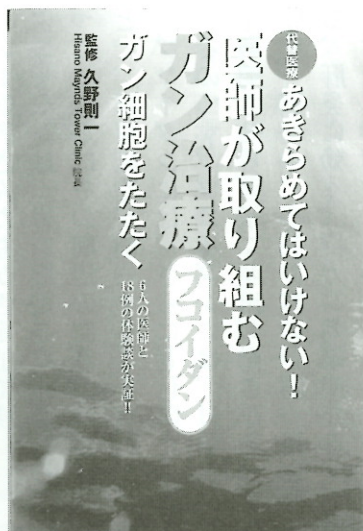
ガン検診の記憶が、発ガンを促すといわれるのです。そして、抗がん剤治療、放射線治療、手術を受けてはいけないと言っておられます。この3点セットのガン治療法が、ガンの治療を阻んでいるとおっしゃっているのです。

ガンと言われても、恐怖心を持たないようにしましょう。今は、ガンに打ち勝てる時代になつていくのです。誤った治療を受けなければ、寿命は伸びると安保先生は、この本の中でおっしゃっています。

もう一つ、面白い記述があります。「転移は、ガンが治るチャンスだ」と書いてあるのです。転移が起こると、必ず、患者は何日か発熱し、風邪をひいた時のように、だるさを訴えます。そして、その後、ガンが小さくなっていくとい

う現象が見られるというのです。

ガンは、熱に弱いのです。風邪のような熱が出たら、これは治る前兆だと受け止めましょう。ガンは、熱に弱く、温熱療法、音響療法でガン細胞が消滅することは、すでにこの会報でお知らせしました。



健康情報

長生きにニュートリション健康法

ニュートリション健康法は、代替療法の一つです。ニュートリションサプリメント（栄養補助食品）を摂って、血液をきれいにする方法を学びましょう。ニュートリション健康法を通して血液を味方につけると、健康長寿が保てます。自分の血液を敵にまわすと大変です。歯を失ったり、ガンになったり、命を落とす原因になります。血液に目を向けることが大切です。

現代人を病気に導き、死病に導く原因は何でしょう。ワースト3は、すべて食害だといわれ

ます。私たちの生活環境の中で、空気も土壌も水も汚染されていますが、一番直接に大きくひびくのは、毎日の食事です。毎日、どんな食物を摂取しているかで、いろいろな病気が発生するのです。

昔は、ガン患者など少なかったのに、今では、死因のワースト3の1位はガンだといわれます。肺ガンを除いて、多臓器のガンのほとんどが、食生活に大きな原因があるといわれます。私たちの毎日の食事に目を向けなければいけません。食事を肉食中心にしていまいませんか。これが恐いのです。昭和30年代の半ばを境にして、日本人の食事は肉食中心に移行したということです。それまでは、魚と菜食が中心だったのです。その頃には、ガンの発生などは少なかったのです。日本人が肉食を好むようになって、体質が変わり、病気にかかりやすい慢性病体質に変わってしまいました。

体質とは、食べ物の集大成なのです。食習慣が、その人の体質を組み立てているのです。すべての慢性病の原因は、血液の汚れによつて起こります。魚、菜食中心の食事は、血液をひどくしませんが、肉食は食べる人の腸内を汚し、血液を汚します。これが恐いのです。

肉類、糖分過多のもの、ミネラルバランスの悪いもの、食品添加物の入ったもの、残留農薬が多いもの・・・これらが腸内を汚す食べ物です。このような食べ物が腸に入れば、腐敗菌が増殖し、善玉菌が減少することになって、腸内腐敗が起きやすくなります。老廃物が、腸壁に溜まりやすくなります。へばりついた老廃物

に含まれる毒素は、腸壁から血管に入り込み、血液を汚して、赤血球の様子を異常にし、ガンを発生させることになるのです。

健康長寿のためには、一にも二にも、腸をきれいにしておくことです。腸内を汚す食べ物を、なるべく食べないようにすることです。

血液の汚れは、どうすればわかるのでしょうか。末梢血液検査法によつて、簡単にわかります。これは、指先から血を一滴とって、プレパラートの上に置き、カバーガラスをかぶせて、顕微鏡を覗くと、はっきりと赤血球の様子がわかります。血液の汚れのひどい人は、顕微鏡を覗かなくても、ドロドロ度がわかります。健康な血液ではサラツとしてゐるのに、汚れた血液では、ベトツとガラスにへばりつくのです。

ドロドロの血液がだめなのです。人間の血液の速さは、音速ロケットも顔負けの超高速スピードなのです。ところが、ドロドロの血液になると、血流が遅くなり、血管のあちこちで詰まりが生じます。これが、めまい、肩こり、耳鳴り、頭痛などを引き起こします。さらに進んで、心臓に悪影響をおよぼすようになります。全身を回り、すみやかに戻ってくるはずの血液が、なかなか戻ってこず、心臓は、酸素不足になつてあえぎ始めます。そうして、心不全を起こしたりするようになるのです。

脳内の血流の劣化は、脳出血や脳梗塞を引き起こします。食傾向のゆがみや、運動不足が血液をネバネバにして、このような状態を引き起こすのです。大切なのは、野菜をたっぷり摂るという食習慣を確立することです。そうして、

毎日、よく運動をすること。お酒は、「むすび」のような、よい酒を飲むこと。

毎日飲む水は、食以上に血液に効果があります。水道水は、絶対にだめです。有害物質を含んでおり、湯冷ましにして飲んで、それは栄養分のまったくない水になってしまいます。

何よりも、歯に注意しましょう。「病気の入り口に歯周病があり、出口にガンがある」ということがありますが。歯周病が恐ろしいのです。病気の入り口は、歯周病以外にないというお医者さんもあります。砂糖の摂り過ぎには気をつけましょう。

糖尿病は、今、日本人の10人に1人がかかっている国民病だといわれます。どうして、糖尿病になるのでしょうか。食事の摂り間違いによって、代謝異常を引き起こしているのだといわれます。飢餓の時代には、糖尿病は少なく、飽食の時代には、多くなるのが糖尿病です。

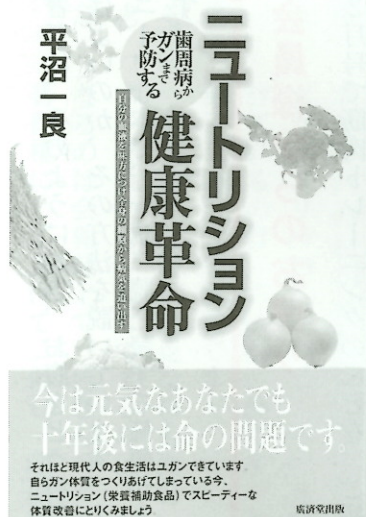
食事をできるだけ日本の伝統食に戻さなくてはいいけません。肉食を減らし、魚、野菜を中心に、パンよりもお米を食べる、味噌、しょうゆ、納豆などの発酵食品を摂る食事に換えるといいといわれるのです。血をきれいにする食事をしましょう。

私たちの細胞の代謝活動を支えるのは、微量栄養素です。私たちが生きていく上で、必要不可欠なことが二つあります。一つは、栄養の補給であり、もう一つは代謝活動です。この代謝活動を支えるのがビタミン、ミネラルなどの微量栄養素なのです。ビタミンは、酵素との連携プレイで細胞を活性化します。ミネラルは、ビタミンと関係し合って有用な働きをします。ビ

タミン、ミネラルは、毎日摂る食事からは十分に摂れないので、栄養補助食品として摂る必要があります。微量ビタミン、ミネラルこそが、ニュートリションの主役なのです。

ニュートリションは、ビタミン剤でも保健薬でもありません。栄養補助食品です。現代の生活における被害を防ぐための一種の毒消しでもあります。大切なのは、天然の成分で作られたニュートリションを摂ることです。ニュートリションは、ビタミン剤や薬品として扱われているのと違って食品なのです。

昔は、日本人は玄米を食べていました。玄米を食べていない現在、胚芽や糠がそぎ落とされ、ビタミンB群をはじめ、ライスファイバーなどの、日本人にもっとも合った食物繊維や、酵素類をすべて失ったものを食べています。玄米を食べていないだけで、もうニュートリションが絶対必要といわれるくらいです。本物のニュートリションを見極めて、毎日摂取するようにしましょう。



良書推薦コーナー

『すごい! お腹ゾーンセラピー』杉山平熙著
「スモトウワン」/ 1,365円(税込)

著者は、お腹を揉むことで、病気を自分で治す方法があると独自の健康法を説いています。著者の言うところを聞いて見ましょう。

すべての病気の根っこは、実は「お腹ゾーン」にあるのです。万病は足裏に現れるとか、後頭部に現れるとかよく言われますが、実は、お腹にこそ病気の根っこが隠されているのです。体の異常がひどい時、お腹に触ってみてください。お腹が硬くなり、しこりが感じられるでしょう。それをお腹で解きほぐすと、病気の根っこが見事に解きほぐされ、症状が改善していきます。

試みに今、お腹を触って固いところやしこりがないか探ってみてください。あれば、そこに病気の根っこが隠されているのです。それを効果的に解きほぐしていけばよいのです。お腹とは、お腹を揉んだりさすったりすることです。

進行性のがんでも、お腹で進行が止まったという方が多いのです。その他、いろいろな病状がお腹でよくなっています。大切なのは、お腹の硬さを取り戻すことにあるのです。

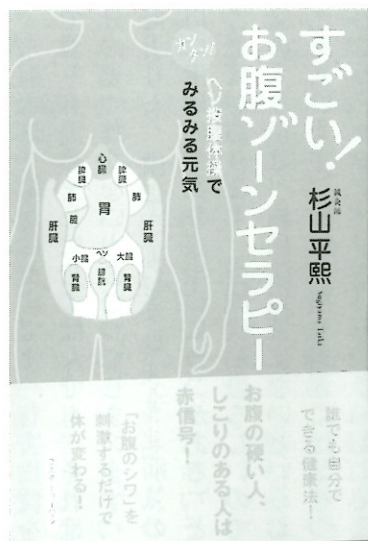
へソ按摩をすると、自分で病気を治すことができます。お腹の具合の悪いところは、実はシワになって現れます。シワなら、誰でも見分けがつくので、そのシワの上を移動しながら刺激をしていけば、どこが悪いのか、必ず圧痛点を見つけることができます。そこを按摩法でさ

すつていけばよいのです。すると、これまで何を試みても改善の兆しが見えてこなかった症状が、日に日に改善するのがわかるでしょう。

あらゆる病気に大きな効果を発揮するのが、このヘソ按摩体操の特徴です。がんの痛みを緩和するのにも、大変効果があります。

お腹の反応点を刺激すると、ヘソの凝りも取れます。ヘソは母体の中で胎児が成長するための命綱の役割を果たしています。生まれてからは、特にこれといった役をしていないように見えますが、実は、おヘソ周辺の凝りは、お腹のシワ上にある反応点と密接につながっているのです。

反応点は、触ると違和感とか圧通を生じ、硬い筋のようなものを感じられます。按摩法でお腹の反応点を刺激すると、ヘソ周辺の凝りも取れていきます。すべての細胞は、実は、ヘソを起源としており、ヘソ周辺が体全体に重要な位置を占めているのです。



実は、お腹に全身を代表する部位が隠されているのです。お腹のシワを見分けると、見分け

た場所が病気の存在する場所を教えてください。体の病気は、必ずシワの上に現れるものなのです。

著者は、そのように説き、お腹をどう按摩すればよいのか、その方法を説いています。大変ユニークな本で、一読二読三読する価値があります。

会員様からのお便り

2月号で筋肉トレーニングのことを、ご紹介くださりありがとうございました。

筋力は40代から弱まるという話、トレーニングで強化できるという話、今の私にとって、とても興味深いものでした。

そこで、早速、連絡を取りましたところ、3月早々に、筑波大学(東京校)で筋トレマスタートコースがあるとのことでしたので、チャンスとばかりに受講してくることにいたしました。

自分自身のためにも、また、両親を含め、家族や友人達にも広めて生きたいと思っています。まずは、自身で実践です。

それから、百歳までの健康法ですが、先日より、ハガキも書かせていただいておりますが、今日は、簡単な腕振り運動です。船井幸雄さんのブログで習って、私も好んで行っているのですが、いつでも、どこでも、誰でもできて、タダなので気に入っています。オフィスワークで方が張ってきた時や、風邪をひきそうな時は、少し多めにしますが、普段は百回くらい、肩幅に足を開いて、両手を体に平行にうしろに向

かって振り上げて、反動で前方、胸の周りまでもどすという単純なものです肩甲骨がよく動かされて、血行が良くなる気がします。船井さんは、年齢が多いほど、回数を多くするのが良いと仰っていました。たしか、私の記憶が合っていれば、三百回程、毎日行われているようでした。

それでは、三寒四温で少しずつ温かくなってきましたが、七田眞先生には、ますます御健やかで、御活躍されますことを心より祈念申し上げます。

今後とも、会報を楽しみにしております。

T・E

編集後記

不思議シートを使い始めました。足の裏や、足の甲、のどの具合が少し悪いので、のどの周りに貼っています。毎日、ベトベトと毒素が出てきて、ビツクリするやら、毎日、体内から不要な体液が出て行くのが目に見えて、嬉しいやらで、毎日使い続けています。

【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

TEL 0855-5215301

FAX 0855-5215797