

費用 血管年齢測定 1000 円。F B A測定 5000 円。カウンセリング付

10 日間プログラム

体力と年齢、能力に見合った運動法を組みます。

食事は家庭で作れる方はそのレシピを数種類指定します。出来ない方はすべて用意します。

体質に見合った食事プログラムです。

詳しくはお店にお問い合わせください。

### 「つまらないお餅」を朝食や非常食に活用しましょう」

お餅は圧縮されたエネルギーを秘めています。ましてみどり玄米とそのもち米、黒米は普通の餅ではないパワーがあります。朝食にパンという悪習慣を「つまらない餅」で追い出しませんか。

お餅と味噌汁で出勤、登校すれば腹持ちもよく朝からパワー全開です。二個食べるとカロリーは200キロカロリーです。これはごはん一杯分に相当します。

また、帰宅してお腹がすいていてすぐに食事が無いというときに、ついつい甘いものに手がでます。そういうときにきなこ餅、しょうゆ餅などで一個だけ食べましょう。

ダイエットにすばらしい味方となるでしょう。どうしても玄米が苦手だという方が簡単に始められる玄米食法なのです。

火性が14点以上、水性が14点以上となっている人がいます。火性は生きるアクセルであり水性は火性のブレーキ役です。火性は「したい、欲しい！」水性は「そんなことしたら周りに鬻ぎ(ひんしゅく)を買うから止そう！」という拮抗性です。矛盾した心がせめぎ合います。野球に行きたいけれどお母さんの顔色を見て動けないのびのび太君の心境ですね。アクセルとブレーキを同時に踏み込んだ自動車の状態ですね。これはストレスです。言い換えれば自由と制限という課題を解決する問題です。しかしこうした人は上手に解決します。火性が高いという基礎があるのでどこかでうまくガス抜きをしているのです。どこかで欲を充足させています。「家庭が厳格であれば学校でわがまま放題、学校が厳しければ家ではわがまま、両方が厳しければ友達関係では暴力児ということもあります。会社では頑固な上司が家庭では恐妻家で大人しい、家庭ではワンマン亭主が会社でははいつくばっている、上司にはヘコヘコして部下にはさげすんだ態度を見せる…」

うちの子に限ってはよくある言葉ですが、存在する場によって他者の評価が違う人々は多いのです。趣味のグループでは明るい人との評価の人が、会社や学校では目立たないということもあります。火性と水性が高得点で同居している場合、どういったガスの抜き方をするかはそのほかの得点により現れ方が違います。

さて水性の高い人の最大の問題点、ぜひとも解決したいことがあります。それは自己の欲の表現方法のことで、欲の表現がうまくいかないのです。うまくいかないで遠慮がちになります。「わたしはあなたにこうして欲しいのよ」「わたしはなにになにが欲しいので、それをください」ということが怖くて言えないのです。「お小遣いはいくら欲しい！」ということを親の顔色や家庭の経済状態を考えて素直に言った経験が乏しいので、どこまでの欲の表現が許されるかを知らないのです。社会人になったとき「会社に対して給料を上げて欲しい！」とも言えないのです。どこか遠慮がちになってしまい、待遇が悪いのは自分のせいだから、自分さえ我慢すれば…」という思考法になります。

そうなるのは他者が怖いからです。潜在的な人に対する、世の中に対する恐れをもっているからです。水性が低い人はもともと人に対する恐れや感情がありません。ですから蛮勇を發揮します。怖いもの知らずという蛮勇ですね。わたしは水性の高い人がそれを克服して意見や態度を表明する行為、それこそが勇気だと考えています。そういう意味で真の勇気は水性の高い人に内在する能力だと考えたいのです。今回は恐怖心を克服する方法について述べたいですね。

### 「二月よりいくつかのお店で血管年齢測定キャンペーン開始します」

臓器の寿命は百数十年もあるのになぜ70, 80で亡くなるのか。それは血管の寿命が先に尽きてしまうからです。暦の年齢よりも血管の年齢がその人の本当の年齢です。よく若く見えますねー、といいますが、実はこれが血管年齢に相当しているのです。老けて見えますね、と影で思われている人は悲しいかな本当に老けているのです。そこで血管の年齢を測ってみましょう。これは加速度脈派計という計測器で測ります。時間は20秒です。太い血管と細い血管の動脈硬化の進行状態がわかります。数千人の計測事例のデータから偏差値を出しズバリ血管の年齢を表示します。結果が分かっただけでは病院の検査と同じです。希望者には10日間の短期プログラムを作成して差し上げますので実行しましょう。

の悩みはここで生まれています。火性の欲望、土性の人情、金性の義理など、それぞれの場所で解決されなかった塵芥(ちりあくた)が相生関係のルートを通して渦巻きながら水性に集中するので、これを上手に**文字通り水に流す人**は水性の得点が低い人です。7点以下の人はマイペースでストレスが溜まりません。この人は鈍感なのかと思うくらいマイペースです。事実鈍感という能力の持ち主なのです。14点以上は敏感という無用の能力の持ち主と言えます。

ここがもっと0点に近づくほどに鈍感です。レーシングのセナなどは高速ですっ飛ばしていても「恐怖を感じない」といいます。恐怖心というものを欠いた人です。

これまでに1~3点という人に遭遇しましたが、例外なく人に恐れを持ちません。どんな偉い人(上司や有名人)にもへりくだった態度を見せず、堂々と渡り合います。蛮勇といってもいいかもしれません。ですからよく失敗もしますが、まれに大成功を収めることもあります。人生の波がたいへん激しくおもしろい人生を送ります。よいところは人間に上下の差を天性認めていないことです。

さらに火性が14点以上となるとますます面白い人生となり、そばにいる人は面白すぎて眼を離せないこととなります。火性が20点ともなればその行動はさらにパワー満点となり、そばにいる人も巻き込まれジェットコースターに同乗させられますから安心できません。(こうした人の配偶者、子供、知人、部下などは注意!)火性が高いので感情量が豊富、水性が低いので表現に滞るものはありません。ときどきテレビのアナウンサーで訃報を伝えるときに微笑んでいる人がいて視聴者からクレームがきたりしますが、このアナウンサーもこの類に入ります。お通夜の席で高笑いできる人も同じです。(逆に見事に状況に合わせて表情をカメレオンみたいに変えることができるのは水性が高い人の特徴です)ですから、芸術家に多いのがこのタイプなのです。感情量が豊富でこういった環境でも素直に気分を上手に表現できるからです。子供が天性の芸術家であるというのもこのためです。こういう人は悪気がまったくないので、「うっかりの失言」が多く知らない間に敵をつくっています。お上手を言えないだけでなく素直に言うので、感情を傷つけているのです。

この水性も火性と同じく子供の心です。火性は陽性な、水性は陰性な子供心です。火性は心、小腸で血液などの循環に関係し、水性は腎、膀胱で水のキレに関係します。相剋関係では水 火ですから水のキレの能力が循環系に大きな影響を与えることがわかります。水滞が起こると血圧や行動力に影響を与えるということです。原因のはっきりしない不整脈や高血圧が水性からのとばっちり生じていることもあるのです。腎臓のはっきりした病気で高血圧になったという場合は二次性腔血圧と言いますが、腎臓や膀胱の灰色(はっきりしない)の不具合が影響して本態性高血圧(原因不明となっている)となっていることも考えられます。事実心臓の名医にみてもらっても分からない不整脈がFBA計測で腎(長期疲労)がひどい低下で現れており、腎が正常になったとき不整脈もなくなった例が数例あるのです。火性の故障を水性で治した一例です。

足の甲が浮腫むと心臓が危険にさらされている信号です。これも水 火の例です。こういう人を安静にさせるとますます心臓のリスクは高まります。歩かせることなのです。こういう人は決まってかかと重心(水性の過重)です。(ここでコマーシャルの時間です。重心調整用インソール「姿美人」で足指を使った歩きにさせつつ、体質によって小豆や大根エキスを使い分けて火性により影響を与えましょう)

な変化で改善しています。クスリ(ステロイド)も減るそうです。病院ではステロイドが効いたと考えているでしょう。ステロイドは増加しすぎた過剰な好中球からの活性酸素を吸い込み炎症を消します。けれどこの方の場合炎症数値はまったく減らなかったのです。現在は血液の炎症を示す項目も正常になっています。問題はステロイドの残渣(過酸化脂質)が次の炎症の原因にならないかということです。これからも気が抜けないはずで。

### 「骨髄炎」の女性

歯の治療をしたときに菌が骨髄に入ってしまう重症化し、骨を削る手術が必要といわれ青くなってこられた女性です。

「菌がはびこるような疾患は陰性な食事の過多、とくに果物や甘いものが原因になっています」ということでやや陽性な食事に切り替えつつ酸素カプセルを併用していただきました。同時に抗生物質を服用されていたので乳酸菌も併用です。抗生物質は腸内細菌にダメージがあるので免疫バリアーがなくなってしまうからです。かえって菌を叩いたあとで返って菌を増加させる原因になるからです。「最初の数回は疾患の部位に痛みを感じましたが、5回目からは軽くなり、10回目くらいでまったく痛みを感じなくなりました。病院での診察は傷跡がきれいになくなっており、骨シンチの検査も正常でした。手術も必要なくなりほっとしました」

ところで面白いことがあります。二人めの主治医が言ったそうです。「要は血行が悪いから治らない」と。治りが悪いようであれば「高圧酸素療法」をして血行改善させる方針です」と言ったのです。

「わたしはあるところで酸素カプセルに入っていますがいいですか」「かまいません、効果があるはずで」とのことでした。「最初からそういってくればよかったのに…」と感想です。

あたりまえのことで、菌を処理するには白血球の活躍が必要です。ところが血行が悪いと白血球の絶対数が減ってしまい菌を食べる力が及ばないのです。水虫なども同じです。右足だけに出て左足はきれいという場合があります。これは片足のソケイ部などにつまりがあり、片方の足よりも血行不足になっている場合です。水虫を処理する白血球の絶対数が足りないのです。

おまけに血液が陰性化すると陰性菌やかびがはびこる環境になってしまうのですね。

このお二人はいずれも血中酸素濃度が低かったのです。とくに血行が悪いところで

## エゴギョウ講座 13 回目

### 水性編第 3 回

水は不定形です。ですからどのような形の容器にも収まります。容器とは金性の性質です。ある決まった形式のことです。昔の流行歌に「あなたごみの、女になりたい…」というのがありましたね。(知らない人は若いです)体制というものに合わせて生きようとします。「長いものには巻かれる」というのも同じですね。よし悪しは別にしてそういう生き方です。水性の 14 点以上の方は下手をすると過剰適応となり、適度であれば世渡り上手ということになります。

火性は動物としての本然の階層(一匹狼)、土性は育て育てられる哺乳類の世界(家族関係)、金性は社会性(社会的動物=人間)というように階層が上がってきます。水性はもっと卑近な世間といったものの世界です。世間とは友人知人、会社での人間関係、町内の人間関係などです。**国家や社会の大きな枠組み(金性)に規定された小さな人間関係社会が水性の舞台です。実は多くの人**

健康問題を日々考えるわたしが今の平和憲法をさらに活かす(活憲)ことに関心をもっている理由です。

### 重心調整用インソール「姿美人」の体験報告

新年早々嬉しい電話がありました。昨年のことです。「わたしは立つだけでも激痛があり、毎日が歩くことが苦痛です。足の長さも2センチ違います。インソールをつくったらわたしでも効果があるでしょうか」効果があるかどうかはテスト用のインソールを履いていくつかの筋反射テストをしたり、歩いてもらえればすぐわかるのですが、あいにくとそのお店ではテスト用がなかったのです。けれどその方は一縷ののぞみ、わらにもすがる思いがあって代理店の人からわたしの研究所の電話番号を聞いて問い合わせをしてこられたのです。様子を聞くと同じような人が体験者がおられ(ビデオで股関節手術を二回した女性のインタビュー場面)、その人は毎日疲れ知らずで歩けるようになっていきますよ、とその方の近況報告をしたのです。「そうなれたら夢のようです！わたしもそうなれますか」と願いをこめて聞かれたのです。「テストできないのではっきりとは言えないですが、つくって損なことは絶対ないはずで、改善は絶対あるはずですよ」と申し上げたのです。それから足型が送られてきました。そして新年早々オーダーの「姿美人」が届きお店で試着されたのです。それから一週間たってから電話でのご報告です。

「お店で履いて立った瞬間でもう痛みがなかったのです！こんな奇跡みたいなことがどうしてあるのですか。すごいです。お店の人もびっくりしていましたが、これは私にしかわからないことですね。今は平気で歩いています。それだけでなく正座もできなかったのに今は正座ができるようになりました。嬉しいです。もっと早く報告したかったです。これからも報告します」

「よかったですね。嬉しいですね～。おそらく股関節の入る方向が一瞬で正常になったからですね。その状態で歩くうちに膝も正常な位置になって正座できるようになったのでしょう。でも、これまでの不正常な歩き方で退化していたところに筋肉がついてきますので、筋肉が出来るときの痛みがやってきますよ。でも、それはもっとよくなっていくシルシだからがんばってくださいね」と励ましたのでした。

### 「高圧酸素カプセルと食養の威力」

研究所には酸素カプセルが設置してあります。食養をしつつ酸素カプセルを利用すると非常に改善が早いのです。最近の事例から二つ報告します。

「**膠原病**」55歳の女性です。首を中心にしてあちこちが痛むので病院へ行くと、何度も検査したあとで多発性筋痛症という膠原病です。これは原因がわからないので治りません。といわれ目の前が真っ暗になったそうです。暗い顔をして研究所に相談に見えられました。「原因が分からないという病院がどんな治療ができるのかと・・・。」とおっしゃるのです。

原因は食べすぎ(おかずが多い)、果物の過食、アルコール過多などです。FBAでは胆経(筋肉弱化・運動・有酸素運動)が低下しており、それが脾、膀胱の低下と連動しています。

基本食(みどり玄米・それをオーバーしないおかずと味噌汁)とともに、果物とアルコールの禁止を實行しつつ酸素カプセルを併用しました。

効果はすぐに現れ2ヶ月で痛みはまったくなくなっています。それとともにFBA波形も見違えるよう

きたのです。血液がホルモンなどの働きから極度に濃縮されてできたのです。精子と卵子のふるさととは父母の血液です。では血液はどうやって出来たのでしょうか。血液はどこからやってきたのでしょうか。食べ物からできたのです。血液のふるさととは食べ物なのです。では食べ物はどこからやってきたのでしょうか。わたしたちはいろんなものを食べますがその元は植物です。動物は植物に依存しています。肉食の動物だって草食の動物を食べるのです。植物がわたしたちのいのちのふるさとです。植物はどこからやってきたのでしょうか。水と空気、日光と土（ミネラルと微生物）でできたのです。水、光、ミネラル、微生物、空気です。このうち何一つ欠けても植物の世界はありえないのです。わたしたちのふるさととは水、光（熱）、ミネラル、微生物、空気です。ですからわたしたちの心身にはこの五つの元素が有形無形に存在するのです。精子も卵子も微生物です。わたしたちの細胞の数は60兆個といわれていますが、細胞も微生物です。白血球も微生物です。お腹には100兆個という数の微生物（腸内常在菌）が住んでいます。かれらがいなければ私たちは生きていけません。わずか0.数ミリのいのちが、わずか数ミリグラムの生き物が60キログラムのいのちの重さになったのは食べ物が体に変化発展を遂げたからにほかならないのです。

なんと無限の食べ物でこの世界は満たされているか!上記が空間軸でのお話です。

時間軸の連綿としたいのちの結合と空間軸の食べ物が結合してはじめてあなたのいのちが現象化するのです。時間軸をY軸、空間軸をX軸として、交わる原点であなたが現象化したのです。時間軸を陽、空間軸を陰といいます。まさに陰陽の結合でいのちは現象化するのです。こうして考えるとあなたのいのちとはまさに奇跡そのものではないでしょうか。ですからあなたの日常は奇跡そのものといえます。奇跡ですから泡のように一瞬に生まれ一瞬に消える運命です。

仏教用語で閻浮提(えんぶだい)とは人間世界のことを指します。浮世というものです。宇宙の間の空間にそこだけが鈍く光って浮いているステージです。このステージに立っているのがあなたです。奇跡的にこの時代、この日本という空間ステージに立っています。無限の時間と無限の空間から濃縮されて出現したあなたです。次代に譲るまであなたの人生をこの舞台で精一杯演じてみせないと面白くないではないですか。いえ精一杯おもしろく生きる無限の責任があなたにあるのです。無数の先祖とたくさんのいのちをいただいたあなたはそれらのいのちの代表選手なのです。

最後に大切なことをもうひとつだけ言います。

平和のことです。今の憲法があったおかげで60年間日本人は一人も戦死しなかったし、一人も他国の人を殺していません。朝鮮戦争のとき今の平和憲法がなかったらおそらく朝鮮でたくさんの日本人が戦死したはずで、現在からいきなり過去にタイムスリップして戦死者を出したと仮定すれば、現在生きている人のうちからかなりの人々が突然消えてしまうでしょう。結婚前に出征し戦死したら生まれるはずがない人々が多くいるはずで、一人の若者が戦死するということは、その後続く未来の多くの人が消えてしまうのです。

健康問題とはいのちの問題であり、いのちの問題は平和の問題と結合しているのです。

**健康=いのち=幸福=自由=平和** という言葉の函数なのです。

## 「いのちのこと」

新年初頭ということで「いのち」の奇跡についてあらためて考えてみます。

あなたがこの世に生を受けるには父と母の二人が必要でした。父と母にもそれぞれ二人の父母が必要です。ここまでであなたが生まれるためには6人の生命がかかわっていることがわかります。そうやって12代前まで計算すると総計で11290人といういのちの数がでてきます。このうちたった一人でも子供を生む前に亡くなると、あなたが存在しないということなのです。12代前は今から約400年くらい前までさかのぼった時代です。江戸幕府が樹立した時代ですね。12代前あなたのいのちに関わっている人の数は5696名です。当時は飢餓や疫病が多く子を生む前に死亡する確率は大変高かったのです。5696名は男女の組にして2848組です。この人たちが偶然に出会い結婚して子を得ました。この出会う偶然は大変な奇跡なのです。あなたが現在の配偶者と出会った偶然を考えればわかるでしょう。「あのときわたしがあの会社に勤めていなかったら、この人とは絶対出会わなかったはず・・・」「あのときもし旅行を誘われなかったらこの人には出会わなかった・・・」

そうした無数の偶然が積み重なって現在の配偶者と出会ったはずです。

さらにあなたのお母さんやお父さんのいのちの運命について尋ねてください。子供のころに大病して死んだかもしれない・・・。学生のころに車に轢かれそうになって間一髪助かった。戦争で出征して偶然生き残った。さまざまな偶然が重なって配偶者と出会ってあなたが生まれたのです。祖母祖父にもそうしたいいのちの危険があったはずです。11290名が偶然出会い、偶然助かり、その結果があなたのいのちなのです。でも11290名は12代前までの数なのです。本当は無数の数のいのちとありえない無限の偶然の出会いであなたが存在するのです。どうですか。あなたは奇跡の存在なのではありませんか。感じませんか。

もうひとつあります。あなたのいのちはもともと0.05mm(精子の長さ)0.13mmでした。眼に見えない長さの精子約4億個が重いDNAを担いで、小さな卵子を目指し8時間の過酷な旅を決行したのです。飲まず食わずでヘトヘトになってたどり着いたのは約100個・・・。最後に卵子の厚い壁を溶かして歓喜とともに中心に突入できたのは一個だけなのです。そう、それがあなたの昔の姿なのです。

さらに特定の排卵のタイミングも加わると**5696人×4億の精子=無限=あなた一人**

上記の話は時間軸をたどったお話です。ですからわたしたちのふるさととは時間そのものです。ですからあなたのいのちには時間が有形無形に存在しています。DNAには長いいのちの記憶が折りたたまれています。「胎生は生物進化を再現する」といいます。単細胞だったころが卵子であり精子です。それから多細胞生物、円腔類、魚類、両生類、爬虫類、哺乳類時代の形を10月10日のあいだに変化させ、やがて人になるのです。20億年の生物進化のドラマを子宮のなかでいのちを懸けて演じて見せます。一日で1000万年を駆け足で再現するのです。

**もうひとつ空間の軸がないといいのちの話は終わりません。**

ところでそのあなたに関係する精子と卵子はどうやって出来たのでしょうか。血液からで