

No.178

腸内快覧板

5

2015年
May.発行所/おなかいきいき健康クラブ
福岡市東区松香台1丁目2番1号
TEL. 092-674-4545
FAX. 092-661-1051

ミネラル農法
「中嶋農法」を訪ねて

元氣満まん堂 箕浦将昭

風薫る新緑の季節となり、青葉が目眩しいこの頃ですが、会員の皆様にはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

数年前、日本総合医学会最高顧問の中嶋常允先生を訪ねました。

中嶋先生とは総合医学会を通して二十数年來のお付き合いでありますが、熊本駅近くの先生の農業科学研究所を見学したのは初めて

でした。

ミネラルや微量元素のバランスが、生命活動の根源であることを、長年にわたって学ばせて頂いておりませんが、改めて先生の生涯をかけた「土と命に」対する思いと、事業への取り組みを見させて頂き、先生の生き様に心打たれました。

ここに中嶋先生のお話の要点を報告いたします。「根源的な健康づくりは、土壌と野菜作りから」と、畑の土壌を採取し、土壌診断書を作成。そして、診断に基づき、不足ミネラルを補填し、土壌改良を施しておられます。

戦後七十年近く、「窒素、リン、カリを与えれば、米も野菜も増産できる」と、そういう誤った量産政策で、土の中に窒素、リン、カリが多過ぎて、他のミネラルが極端に少ないという状況になっていきます。

特に微量元素が著しく欠乏する事例、いわゆるミネラルバランスの悪い土壌が全国的に多いとの事です。この様な土壌から取れた作物では、人の健康に必要な栄養を十分に摂ることは出来ない指摘されます。

このような状況になってみると、いろいろな問題が出てくるのです。

例えば、モリブデンとセレンの不足はガン多发。また、亜鉛の不足は味覚障害や性欲の低下、この性欲の低下が少子化の原因にもなっているなど、土壌のミネラル不足は健康に大いに関連性があります。

それから、先生はよくマンガン不足の話をされますが、マンガンが足りないために、自分の産んだ子供に愛情が湧かないなど、ミネラルのバランスと必要微量元素の不足は、正常な生命活動ができず、年齢とともに代謝異常から不健康な生活を強いられる結果になり、医療にかかっても一向に治らない、不幸な人生を送る羽目に成っているのが現状だと強調なさいます。

生命現象を維持するために新陳代謝の担い手として三千種類の酵素の活性基（ミネラル）が日夜休まずに働いて、生命の維持持続を図っています。実代謝を行うのは血液で、血液は食べ物で作られます。

ところが、食物はいま、ミネラルとアミノ酸、ビタミン類が欠乏した栄養失調状態にあります。その原因が土壌の悪化だと言い続けておられます。

私も元氣満まん堂はアルファアルファから安全で良質なミネラルをバランス良く補給する事を目的に製品化したもので

特に、ケイ素をはじめ、鉄・亜鉛・セレン・銅・マンガン・コバルトなど超微量元素ながら、生命代謝に不可欠な養分を補給することが出来る他に類を見ない補助食品です。

二十一世紀は、日本国民にとつて心にゆとりのある生活と、質的に豊さが実感できる社会が望まれています。このためには明日を築く若い人々に、健康な体と精神力をぜひとも取り戻してもらいたいと願います。



長寿雑学

病氣は才能

【病氣のエネルギーをプラスに変える意識革命】

おのころ 心平 著
株式会社かんき出版

自分の病氣としつかり対峙し見事に克服されていく方は病氣が治ってしまっただけでなく、その人本来の自分らしさを獲得していきます。

病氣とは本人にも気づかない才能が生活上の制約によって抑圧され、その葛藤が体に生じる症状として表現されてしまっているのです。

私たちの肉体は絶えず、新陳代謝しています。私たちは、毎日食べ、消化し吸収し、細胞を構成するタンパク質を再合成しています。一個の細胞の中には八十億個のタンパク質があり、そのタンパク質のうち二〜三パーセントが毎日新しいものに入れ替わります。計算するとなんと約三ヶ月で、体内のタンパク質はほぼすべて入れ替わるのです。

そして、細胞レベルにおいても、
・赤血球細胞の寿命は百二十日程度、
・肝臓細胞の寿命は百五十日程度、
・お肌の表皮層は、女性の方ならよくご存じのように、およそ二十八日周期でターンオーバーしています。
・胃や腸の内壁細胞に至っては、およそ5日間で入れ替わる細胞もあります（セミの命より短いのです）。



問 堂 学 術 満 佐 木 俊 雄 氏



・硬い骨にも、破骨細胞と骨芽細胞があつて、壊しては創り、壊しては創りしながら、骨の実体もおおよそ半年もすれば、ほとんどが入れ替わってしまいます。

つまり、私たちの肉体というのは、ほんの一部を除いて、一年間のうちにまるきり入れ替わってしまいます。

あなたのカラダは、一年前と今では、物質的にほとんど別人なのです。そのように考えると、どんな病氣も、一年間のうちに必ず治るチャンスがやってくるはずなのです。

しかし、ではなぜ、がん闘病歴三年とか、アトピーを発症し五年とか、糖尿病歴十年とか、長年続く病氣があるのでしょうか。

なぜ慢性的な腰痛や肩こり、カラダの不調は一年のうちになくならないのでしょうか？

そう、私はここにこそ、ココロとカラダがつながっている証拠があると考えています。つまり、それは、
「あなたの記憶が、あなたの新しく生まれてくる細胞にこれまでの記憶を伝えているから」なのです。

私たちのカラダは、物質的にはどんどん入れ替わっているのに、私が私の顔や

カラダであり続けるのは、そこに「私」という意識の磁力が生じているからです。私たちのカラダは、日々の私の意識がつないでいるのです。

同じように、病氣であるという強固な記憶は、あなたを病氣のままにしてしまいます。

病名や疾患名というのは、人生のある場面与えられた映画やドラマの役柄のようなものですから、本来のあなたではありません。ですから、役柄を演じているのは誰なのか？をきちんとみてやる必要があります。俳優さんが役柄を外れた時に、素の自分に戻るように、「あなたはあなたである」としっかりと意識することがとても大事なのです。

自分の病氣や症状という状態を一度徹底的に見つめ、脳に巣食っている記憶をバラバラに崩壊させてやる。その後それを上手に再構築させてやる。本来の能力を発揮してくれるのです。

たとえばある対象を見つめ、ありふれたものをありふれた解釈とは違った見方で見続けてみるとします。一つの文字をずっと見てみると、しだいにそれが、意味のない線の集合体のように思えてくる経験がありませんか？

ためしに「心」という言う文字を書いて一分間くらい凝視してみてください。ずっと見てみると、点と線がバラバラの要素に見えて、「え？こんな形だっけ」と感じる瞬間が訪れます。このように視点を何かに一定時間集中することで、その構成要素をバラバラにする。

る。これを心理学用語で「ゲシュタルト崩壊」と言います

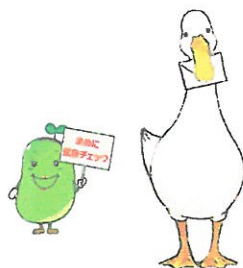
たとえば、「がん病巣とは、本当は白い」と聞いたら、どう感じますか？がんは黒い、という固定したイメージはありませんか？実際に多くのがん病巣は、白いのです。

こうした思い込みやこれまでの思考の枠組みから自分を開放するには、ゲシュタルト崩壊が有効です。自らの病氣や症状という状態を、一度徹底的に見つめ、脳に巣食ったその記憶をバラバラに崩壊させてやるのです。

よくわからないままにつくってしまったイメージをうまくバラバラにすることができれば、あとは、それを上手に再構築させてやるだけです。すると、病氣や症状という思考の磁力から解放されたカラダは、記憶の再構築に合わせて、本来の能力を発揮してくれます。何しろ肉体的にはすっかりリニューアルされているのですから。

病氣を治すと言うことは、その状態に適応できる新たな自分を創り出すことでしか対応できません、自分の適応力を変えるのです。

病氣とは身体的苦しみの代わりに自分の総体に何らかの成長をもたらしてくれているのです。





達磨の経済考

高野山真言宗慈明院名誉住職

吉住 明海

訃報のお知らせ

高野山真言宗慈明院 名誉住職 吉住明海様が平成27年3月17日に
ご逝去されました。皆様にお知らせするとともに謹んで冥福をお祈り
いたします。

明海和尚の訃報を耳にして、あまりに突然のことで私たち社員はみな茫然とするばかりでございます。あれだけ元気で、全国の講演会で引っ張りだこだった和尚が63歳という若さで卒然と逝かれたことは、私たちにとっては余りに大きい痛手であり、一同深い悲しみに包まれております。

和尚の講話は、涙あり、笑いあり、教訓ありと、人の心をとらえるのがとてもお上手で、お話を聞く度、一回り大きくなれそうな自分がいることに気が付かされていました。和尚の大きなお体からは想像できないような優しい眼差しと、穏やかな声は今でも耳に焼きついていきます。毎号ご寄稿頂いておりました記事も内容が深く、人生を考えさせられるものでした。

また、息子さんである吉住大慈住職が喪主挨拶の時に、明海和尚のある同級生の話をされました。その同級生が葬祭場の前を偶然通りかかり、お名前をみて驚き、夜訪ねて来られました。そして翌日の早朝、夢を見ましたと再び、訪ねてこられました。その夢とは中学生の頃の会話で、明海和尚に「自分は徒歩や自転車を通っているのに、いつもお前はバイクで送ってもらってずるい」と言うと「俺足がないもん」とあつからかんと言われたというものでした。

その方は和尚にそう言われるまで、和尚の両足が義足である事に気が付かなかったそうです。「足が無いのもひとつの個性、何事も自分の心ひとつで決まる」と言われていた明海和尚の物事にこだわらない寛仁大度な生き方は「いかに長生きをするかではなくて、死ぬまでに何をするか、何を残すか」と言われているような気がしました。

これから明海和尚のご教訓をそれぞれの身に生かし、和尚の何よりも道義を全うする精神をわがものとし、皆様と共に健康で長寿を全うできるようなより良い情報をお知らせしたいと思います。

また次回からは慈明院三代目住職吉住大慈様にご寄稿をお願いしております。皆様楽しみにしてください。



商品紹介

おなか いきいき 健康法 ベーシックセット

「元気の元は胃腸から」、おなかの健康は病気予防の原点です。
「おなか いきいき 健康法」のベーシックセットで、ストレスに負けないからだを作りましょう。

A セット

税込価格
12,600円
送料: 無料



アルファルファ加工食品
ミネラルバランス食品



納豆菌加工食品



元気満まん堂の商品購入には2つの会員システムがあります。

あなたに合った良い商品こそ継続が大切です。

定期お届けで注文忘れがありません

元気満まん堂 会員 (入会金 無料)

- 会員特典
- 1) 定期的ですので、継続的に飲むことができます。
 - 2) 6ヶ月継続購入すると自動的に2,000円獲得。
 - 3) 健康に関する様々な情報がお手元に届きます。

いつでも好きなときにご注文

元気満まん堂 フリー会員

- 会員特典 「注文書兼フリー会員申込書」に必要事項をご記入頂ければ、いつでも「おなかいきいき健康法ベーシックセット」をご購入頂くことができます。

伝言板



ご案内

会員さんの伝言掲示板

お酒好きな私には欠かせないサプリメント

鹿児島県 留雄様 53歳

お酒が好きで毎日晩酌しています。飲み過ぎて肝臓を悪くしていたので、何か肝臓に良いものはないかと思案していたところ、元気満まん堂の商品は肝臓には良いよと知人から薦められ、早速Aセットを注文し、飲み始めました。数か月後、改めて肝臓の検査をしたところ、何と肝臓の数値が正常値近くになっているではありませんか。これには驚きました。薬ではなかなか治らないものが、たかがサプリメント如きで、改善されるとは何とも不思議でした。以来、お酒好きな私には欠かせないサプリメントとなっています。また、納豆菌がアルコールを分解する助けをするという事でしたので、後から考えてみると二日酔いが飲み始めてから全くないことに気が付きました。



本当に良い商品に出会って感謝です。これからも飲み続けたいと思っています。

長生きのためのアンチエイジング法

抗酸化作用のある食べ物で老化を防ごう！

老化とは身体が酸化し、錆び付いてしまうことです。具体的には、全身の細胞から発生する活性酸素が身体を酸化させてしまうのです。ですからこの活性酸素の発生を抑えることができれば、老化を食い止めることも可能ということです。活性酸素の発生を抑える作用のことを、抗酸化作用と呼んでいます。抗酸化作用の高い食品を10種類ほど挙げてみます。

- ①バナナ・抗酸化力の筆頭の果物
- ②かぼちゃと人参・色の濃さが抗酸化力の証し
- ③キャベツ・色が薄くても抗酸化力は高い
- ④ニンニクとショウガ・抗酸化作用の王様
- ⑤ソバ・蕎麦を食べる人は長生き
- ⑥大豆・イソフラボンにも抗酸化作用は高い
- ⑦緑茶・抗酸化作用の高い身近な飲み物
- ⑧ベリー類の果物・フリーラジカルを直撃
- ⑨アボガド・アンチエイジングの完全食品
- ⑩アーモンド・若返りのビタミンEが豊富



お知らせ

- 元気満まん堂ベーシックセットお買い上げの方は送料はすべて無料です。
ご希望の方はTELまたはFAXで元気満まん堂までお申し込みください。



お願い

元気満まん堂では、元気満まん堂商品（各セット）のご愛用後の体験談の寄稿を募集しております。なお、体験談をお寄せいただいた会員様には、お礼と致しまして、粗品を送らせていただきます。何卒よろしくお願い致します。

編集後記

米の山峠にある乗馬クラブでは現在筍が全盛期を迎えています！最近では子供たちが目を輝かせて筍を収穫！子供の成長に喜び感じる私です！皆さんも近くまで来たらぜひ立ち寄ってくださいね！

あなたの健康応援団

元気満まん堂

元気満まん堂 FAX 専用フリーダイヤル



0120-49-9993

URL...<http://www.manman.co.jp/>