

今年もあと1か月となりました。ついこの間夏が終わったのに…、この辺の紅葉はこれから見ごろだというのに…、と納得がいかない感じがしますが、雪をかぶった富士山の雄大な姿は冬が来たことを確実に感じさせてくれます。

気温も日毎に下がっていますから、急な冷え込みで体調を崩されている方も多いように思います。特に身体が冷えるのは夜間寝ている間です。日中は寒ければ暖房を入れたり、着こんだりできますが、寝ている間は**大抵そのまま放置**ですから、朝方の不快症状(のどが痛い、鼻がつまる、腰が痛い、しびれる、身体が動かない…)に繋がります。

冷気は床面から入ってきますので、敷毛布(暖かい敷パッドでもOK)と掛け毛布(ダブルがお勧め)でしっかり挟まれておきましょう。その上に羽毛やシンサレートのような暖かい布団をかけておけば十分です。いつの間にか布団をはいでしまう人は、着る毛布のようなポカポカ素材のものを着て寝るようにしましょう。

もっと寒くなったら、胸の前(衣類の上)には使い捨てカイロを貼り、ネックウォーマーを首またはヘアバンドのように額～耳を隠すようにつけておくと内臓を冷えから守ることができます。朝スツと起きられないという人は、起床1時間前から室温20度以上になるよう暖房のタイマー設定をしておくといいでしょう。また湿度が低い場合は体感温度がより低く感じられますから、空気の乾燥を感じる場合は加湿対策もしておけるといいでしょう。ただし加湿器をつけることで結露が発生するとカビの温床にもなります。加湿器内・カーテン・窓枠などのカビ対策(結露を取り除く・ミョウバン水・アルコールでふき取り)もしておきましょう。2～3重のガラス窓であれば結露は回避できます。

【冷え】以外にも、この時期は暖房の温熱・乾燥・高気圧・プラスイオン帯電(静電気)といった環境要因の引き金によって体調を崩される方も多いと思います。その場合はまず、冷え・温熱・乾燥・高気圧・プラスイオンに対するアレルギーを調べ、必要に応じて NAET®でアレルギー性を除去して、自分に問題のない状態に変えておきましょう。

火事のニュースが多くなると同時に体内にも火事(炎症)が起こっています。【乾燥】に対しては、乾燥と共に「水実物」でのアレルギー除去も必要となります。細胞における水の出入り口であるアクアポリン、細胞外液・細胞内液・ナトリウムイオン・カリウムイオン・各種体液(血液・リンパ液・脳脊髄液など)・水脈といった項目に対するアレルギーも除去しておきます。

様々な全身症状は「脱水」と「浮腫(むくみ)」に分類できます。

水は栄養素ではないものの、身体成分の半分以上を占めますからその影響は大きく、水に関わる施術効果が安定するには半年くらいかかる人もいます。脱水・浮腫症状は以下のように全身性で多岐にわたりますが、その他各種アレルギー・気象病・アナフィラキシー、そしてがん・血管疾患・認知症においても、糖質・電磁波・感染源といった酸性源の存在と共に水代謝の関与が疑われます。

皮膚・粘膜;カサカサ、かゆみ、湿疹、蕁麻疹、舌縁の歯型、眼瞼・眼球・足の浮腫、胃腸;食欲減退、胃もたれ、胃のぼちゃぼちゃ感、便秘・下痢・渋り腹、呼吸器・循環器系;喘息、乾性・湿性咳嗽、低血圧、高血圧、心臓喘息、弁膜症、泌尿器・婦人科系;多尿、乏尿、結石、前立腺肥大、子宮筋腫、卵巣嚢腫、不妊、不育、筋骨格系;痛み、こわばり、筋の凝り、しびれ、筋力低下、歩行困難、耳鼻科・眼科系;鼻水、鼻づまり、耳鳴り、めまい、聴覚過敏、難聴、のどの痛みや腫れ、など

【高気圧】に対しては、高気圧・低気圧と共に気圧に関わる酸素・二酸化炭素に対するアレルギーも除去しておきます。エネルギーだけでなく、実物サンプルから作った酸素・二酸化炭素バイルを用いることでより効果的に除去できます。

【イオン】には、プラスイオン(電磁波環境・人混みなど)・マイナスイオン(自然環境・シャワーなど)があり、冬季は乾燥によって空気中および血管内に静電気が発生しやすくプラスイオンの影響が大きくなります。車での静電気が気になる方や長距離を運転する方は必ずカーアースングを装着しておくことを勧めます。静電気のパチパチ防止以外にも、運転による腰痛・肩こり・集中力や判断力の低下・イライラ・乗り物酔い・睡魔など、車内での問題を回避することができます。

NAET®で基本的栄養素に対するアレルギー除去(引き算)がすんだら、「脱水・浮腫」「貧血」「骨粗鬆」と毎回エネルギー的にチェックします。それはアレルギー除去が済んでいても、自分の活動に応じた栄養を食事とサプリで確保できていなければ、心身活動は上手くいかず、結果に繋がらないからです。

心技体とよく言いますが、本当の順番は「体⇒技⇒心」です。

アレルギー除去+栄養素の十分な確保によって「体」を作ることができれば、仕事においても学業においてもやりたいこと、すなわち「技」が安定してできるようになり、それは自信という「心」に繋がり、好循環が続くこととなります。

「脱水・浮腫」においてはタンパク・塩・糖・水を、「貧血」においては鉄・ビタミン B 群・ト्रेसミネラルを、「骨粗鬆」においてはカルシウム・ビタミン D3・ビタミン K2(MK7)を確認しています。今年の夏の強烈な太陽磁場(酸性源)によって、カルシウムレベルが激減しましたので、それ以降必要に応じてアレルギー除去を追加しつつ、カルシウム+D3+K2 サプリを使って、骨貯金を増やしてもらっています。カルシウムレベルが 8~10/10 を維持できるように摂取量を調整していき、来年の最強とされる太陽磁場に耐えられる体を今から作っておくことが何よりも重要だと思っています。

そして師走は何かとソワソワ・ばたばたしますよね。私たちには意識と無意識の世界があり、その奥にはホテルのロビーやマンションの共用スペースのようにすべての人がエネルギーを共有する「集合無意識」という世界に繋がっている、とされています。これはユングが提唱した概念であり、エネルギー医学に関わる量子物理学の世界にも繋がります。

血縁者のみならず、町・市・県・地域・国・地球・宇宙系といった具合に集合無意識は無限に広がっていますので、ここにアレルギーがあれば無防備に世界中(宇宙)からの善悪さまざまなエネルギーが勝手に自分のところに入ることとなります。それによってエネルギー的に自分が望まないものを引き寄せやすくなり、望むものは逆に手に入りにくくなります。いつもここで言っているように、「家族と仕事を守るためにはまず自分第一」でなければいけません。そうすることが自分と家族と社会のためですから、意識・無意識・集合無意識といった目に見えない概念に対してもアレルギー除去をして、望むものが手に入り、望まないものが近寄らないようにしっかりとバリアを張っておくことを勧めます。

特に 7・12 月は様々なネガティブエネルギー(邪気)が漂っていますから、意識的に自分に合わないエネルギーを持つ人・物質・情報とのかかわりは避けておきましょう。例えば新型コロナやレプリコンワクチンもそうですが、怖いことを調べるだけで、もしくはその文字を見たり聞いたりするだけで、アレルギーがあればそのエネルギーを体は吸収してしまいますから、罹患していなくてもワクチンを打っていないとしてもそのような状態にならないとも限りません。

ここで「自分第一」という意味は、わがままで自分勝手な「利己主義」ではなく、みんなのためにまず自分を守るという「個人主義」のことです。次に大事にすべきはパートナー、その次が子供、その次が親兄弟姉妹友人知人という順番ですから、あとで後悔しないためにもこの順番で自分の時間・お金・労力・気力を分配しておけるといいですね。子供第一の家庭が多いですが、それは子供が動物から人間になる 8~10 歳まで。それ以上の過干渉はいずれ大きなひずみとなりえますから、誰のためにもなりません。選択と集中によって、仕事やプライベート内容を見直し、家族みんなが自由にのびのびと自分の人生を送れるよう、年末年始のような機会にまとめて整理整頓しておきましょう。

今の世の中において、性別年齢関係なく一番必要なことは「たくましさ」です。どの時代においても、「転ぶこと」は問題じゃありません。転んだ後にすぐに起き上がるのか、もしくはそのまま倒れているのか、そこが重要なのです。

当院ではどんな問題に遭遇しても、すぐに起き上がるために必要なことを NAET®を通して皆さんの細胞にお伝えしているつもりです。これからもオーダーメイドのスペシャルな体質改善を提供していけるようスタッフ一同ベストを尽くしていきますので、自分と家族、そして未来の子供たちや社会のためにも、来年も一緒に徳を積み上げるべく頑張っていきましょう。2024 年を無事に締めくくり、2025 年も皆様にとって良い年でありますよう心から願っております。