

心の栄養剤No.69 「おもしろい実験・研究」2題

【すべての細胞は共存・共鳴して生きている！？】

ドイツのお医者さんで、患者さんの血液を保存している方がいました。血液を見れば、その人がどんな病気かすぐにわかるからです。血液は密閉して保存してありますから成分が変化することはありません。ところが2年後に分析してみるとなぜか血液成分に変化があらわれていたのです。

しかも不思議なことに、2年前にとった血液ではなく、現在のその人からとった血液に変わっていたのです。

意味、わかりました？

2年前になにかの病気にかかっていた人が、今は健康になっていたとすると2年前に保存していた病気のときの血液まで一緒にいまの健康な血液に変わっていたのです。

採血し、保存している血液の成分が、本人の健康状態に応じて勝手に変わるというのです。

このお医者さんは2000人もの臨床をとって確認し、ドイツで論文を発表したそうです。

【老化は気のせい】

アメリカでの実験

「老化するのは気のせいじゃないか？」

という仮説を立ててまじめに研究している研究者たちがいるそうです。

彼らはある実験をしたのです。

80歳以上の方を50人集めてその方たちが20代の頃の環境を再現した場所を作り、そこに50日間くらし住んでもらったのだそうです。

テレビをつけても、ラジオをつけても60年前の彼らが20代だった頃の番組が流れるようにし、彼らが青春を謳歌した環境をそのまま再現して、そこで新しい共同体として暮らしてもらったんです。

ちなみに人間の老化度を測るのに最も信頼できるのは

「皮膚圧」（肌のはり）だそうで、この環境に入る前の皮膚圧を測り、50日後にもまた測りました。

すると

80歳代のご老人の30%以上が20代の皮膚圧に戻ったとの結果がでたそうです。

倉光コメント

太り気味の人の共通点は・・・

「わたしって、なにを食べても太っちゃうのよね～」と言いながらものを食べる。

「わたし、水を飲んだだけで太っちゃうのよね～」と言いながら水を飲む。

「この一口がわたしを太らせるのよね～」

と言いながら寝る前に食べる。

この3つが、太り気味の人に共通する口癖だそうです

もし、痩せたければ・・・

「食べれば食べるほど痩せちゃうのよね～」

と言いながら食べると、なんと痩せるそうです。

実際に70kgの女性が2ヶ月で4kg痩せたとか。

ただ、ここで注意！「食べれば食べるほど痩せちゃうのよね」と言いながら食べると、体重がどんどん減っていったら止まらなくなる危険性もあるようなので

「わたし何を食べても○kgまで痩せちゃうのよね」と理想体重を言いながら食べるといいのだそうです！

倉光コメント

人間の身体は、60兆個もの細胞より出来ていて、その一個一個には

「現実」と「イメージ」

との違いは判断できないそうです。私達がしっかりした

「自分は若いんだ」

「自分は健康だ」

というイメージをしっかり持てると、60兆個の細胞たちがそのつもりで頑張ってくれるはずですよ！！

今月のアドバイス

「良いイメージを強く持って過ごす事が一番大切で一番近道」