

~shchic wolkneq~ 心身ともに健康

2020.03 月

Vol.54

目黒区目黒本町 1-10-17

03-3716-1704

八海山先達

佐藤智江



公立の学校が全国的に休校！になる経験は初体験です。発想にすらなかったコトが起こるものですね
ご自身の免疫力が、存分に活躍できるよう、体力も
気力も少し余裕のあるくらいでお過ごしください。

さてこの通信の第1号は2016年10月。**始めた
きっかけはありがとうご飯でした。**



2015.09.27



2015.10.12

9/27 スタート。二つの瓶に炊きたてのご飯を入れて片一方にはありがとう！行ってくるね！等話しかけていました。もう一方の瓶は無視。2週間後10/12には、無視していた瓶にカビが生え始めました。といっても冷蔵庫にも入れず日の当たるところに出しっぱなしですから、カビが生えて当然の氣もしますが。。

そしてこの日より両方の瓶にプラスの言葉を浴びせかけ始めました。



2016.10



2020.03.03

そして一年後2016年10月なんと、一度カビが生えたが広がらず止まった状態。そしてもう一方の瓶はいまだにカビが生えず。それから4年半この3月でも、全体にうっすら色は付いてますが、色とりどりのカビは両方の瓶に確認できていません！！プラスの言葉を浴びせた瓶が、いまだにカビが生えないのもすごいですが、**一度カビが生えた瓶にプラスの言葉を投げかけたらかビの広がりが止まった**ってすごくないですか！！！！(°Д°)

私たちの体を構成する細胞も生きています。ネガティブな言葉を発するのが癖の方は、自分で自分の細胞をカビさせています。「でも・・・」「だって・・・」「私なんか・・・」発していませんか？ご自身で思っているだけならまだしも、言葉にして音にするということは他人にも毒をまき散らしていますよ。

又、一度カビてしまった細胞でも思考を変えてプラスの言葉を発していると、まだ元気な細胞がどんどん仲間を増やし、そのカビを封じ込める働きをします。完治と行かないまでも発症しなくなります。

その人の考え方、発する言葉が、体や他人に与える影響はとても大きいものだと。手に乗せ目で確認できると、あまりのコトに恐さすら感じます。

戦前、現在のように消毒が発達する以前でも、やはり病が発症すると医療関係者はその村に入っていかなければなりません。当然自分たちうつる可能性も大きいのですが、その時『俺が行かないで誰が行く！』『私が行くから大丈夫よ。待っててね！』と意思を強く持った人は病に倒れることなく仕事を続けられたそうですが、中には『え～～いやだな。でも仕事だしな～』なんて思って向かう人もいたでしょう。そういう人は残念。自信も病に倒れ、患者となるケースがとて高かったそうです。

正に、ありがとうご飯が教えてくれている事ですね
どうかこの時期、**手洗い・うがいとともに「誰がかかろうとも私は元気そのもの！」と唱え、氣を
発して難関を乗り切りましょう(^^)**

こどもとお料理【豆腐ナゲット】



- ① 豆腐を水切りする
- ② ①にシーチキン・片栗粉を入れ形成
- ③ 油で揚げる

以上

巣ごもりを強制されたこの時期、お子さんと一緒に作ってみませんか？揚げてから付ける物を換えれば、おやつにもお酒のつまみにもなりますよ♪

