

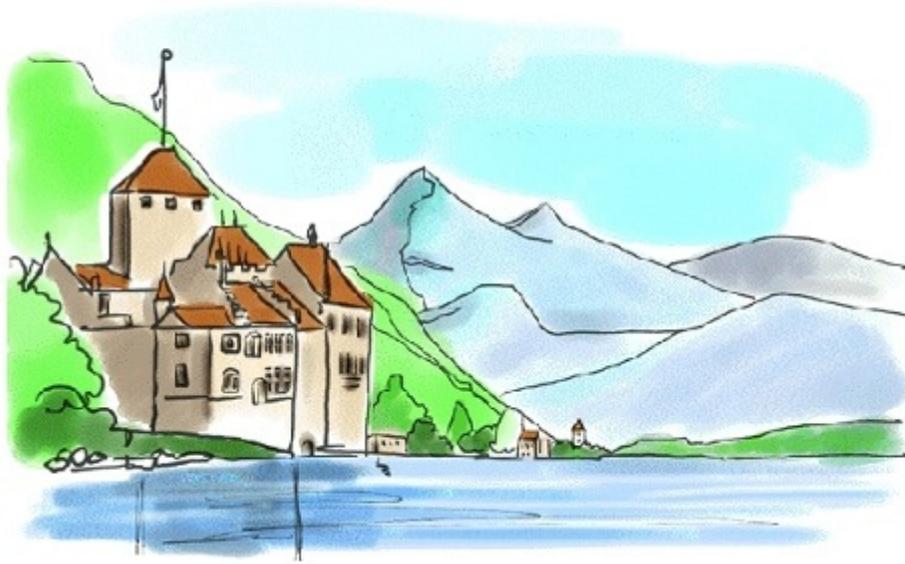


病気快方



ココロ編

なんでん屋



病氣快方

ココロ編



心の快方 鉄則

1. 常に歯を強く噛む

歯を食いしばる癖をつける

余計な考えを封じ込める為に癖をつける。

2. 地球の上を歩く

思いついたら即行動を起こし、くよくよ悩まない。

立ち止まったり、座っているといるという悩みます。

3. 身体を冷やさない

物思いにふけるだけでなく、他人の存在を嫌だと感じやすくなるので、

とどのつまり一人ぼっちを好んでしまう。

暑い地方の人は陽気の人が多いです。

4. 温かい飲み物を飲む

冷たい飲み物は、孤独を好み、他人を常に気にしてしまうため、温かい飲み物を飲みましょう。

りんごジュースは体を温め、オレンジジュースは体を冷やします。

以心伝心について

1. 深層心理の声で話しかける

本人も気づかない深層心理で声を、人は常に発している。

時に、他人が発しているこの深層心理の声が聞こえる人もいる。

深層心理の声は、人の欲望や邪心を発していることが多い。

受信しやすい人は、この深層心理の声で惑わされることが多い。

あとでわかったが、これを隠語で「電磁波犯罪」というらしい。

2. 声を発しない心の声で話しかける

人ごみの中で、口を少し開け、心の声を出している人がいる。

また、口を開け、心の声を受信している人もいる。

これをテレパシーともいうが、本来人間の持っている本能である。

怒りを発している人が多く、多人数の場合も多多あるため、心が弱い状態の時、精神錯乱を起こしやすい。

多人数の声が聞こえ、また自分の心の声も混ざり合い、自分が何を言っているのかわからない状態を精神分裂症というのだろう。

ちなみに、相手の声は聞こえないが、何を言っているのかはわかるのである。

また、他人の心の声が自分とマッチングして乗っ取っているため、これを霊的世界では生霊（いきりょう）と呼ぶ。

良い意味として捉えると、他人の心の声と自分の心がお互いに話し合っている
ので、友達同士になっっていることもあるらしい。

相手は、世の中を知っている結構な年配の方が多と思うのだが、若年層にと
っては理解してくれる良き友達なのだろうと思う。

これも人気コミック本に書いてあり、「エア友達」と表現していた。

仮想の友達のこと、おそらくいつの世も存在していたのだと思われる。

その相手は自分から見える相手ではありません。

そして、どこにいるかもわかりません。

3. 口を開け、発音して話しかける

通常の会話方法、コミュニケーション方法である。

人と人が話しているときは、常に口が少し開いている状態である。

口が開いていると、自分の云いたいことを発声する前に心で先に伝えるため、

相手との会話が成立するのである。

発音と心の声で、相手の心を聞き、また自分の心も伝えることができる。これを、以心伝心と呼ぶ。

前向きな言葉では、心理を読むと言う。

心以外では、相手の表情やしぐさから読み取ることは可能である。

【独り言が多い】

自然に心の声と会話していることが多い。

そういうときは、以下の方法を実行すると良い。

1. 口を真一文字に閉じる
2. 歯を軽く噛みしめる
3. 舌を上の前歯の裏に当てておく

テレパシー

ふつう、人の考えていることは刻々と変わるため、他人には伝わらない。たとえ伝わったとしても、何を考えて何を言っているかはわからない。しかし、同じことをずっと叫んでいると伝わることもある。いわゆる心の叫びである。

助けて欲しいと叫んでも、誰も来ない。

前向きに考えていれば、また他人が援助し得る内容であるなら、あり得るかもしれない。

ただ、普通は恨みや文句をいう人が多いのも事実である。

それを他人が聞いて、私たちは迷惑している場合が多いと思ってほしい。

うつ状態とそう状態

精神異常者は血流が弱く、低血圧だと予測する。

また心臓の働きもも弱くなるで、考え方も弱気になりがちだ。

しかし、意に反して心だけは強く強引に話しかけてきたり、怒っていたりする。それは、生きるために！が根本にある。

ちなみに健常者は、実は心は優しく、態度や行動は厳しい。

異常者は、心が強引であり、さらに怒っている。しかし、態度や行動は弱々しく見えてしまう。

ここに健常者と精神異常者の違いがある。

ちなみに、直感の鋭く、気を感じる人間からみれば、言動や服装では気づかなくても、こいつは異常だとすぐ判断できる。

健常者が、第一印象で精神異常者を怖いと感じるのは、心の中を直感で感じているからである。

ときに、普通の人々が精神異常の時や精神異常者は、健常者の語る言葉が怖いため、話しかけられず一人つきりになってしまうのが現状である。

いわゆるこれが、「うつ状態」でなのである。

うつ状態から脱却するには、心の中の問題を解決する必要がある。

解決すれば、心が楽になり、すぐにやる気も出てきて、話しかけてくるようになる。

これが、「そう状態」でなのであるが、つい、他人が日々の行動について注意すると、またうつ状態に戻ってしまう。

うつ病の増加

人間の周囲にパワーストーンのような物質がありすぎます。

自然界にはない、電磁波、電波、磁力、なんとか線量の受け過ぎ。

物質からは、地球の鉱物や素材から出るパワーフィールド、エナジーフィールドを常に体が受けている。

物質文明の影響なので、もっと自然界に帰すべき。

自然の中で生きていけば、うつ病なんて発生しません。

その抜本的な解決策をなぜ、無視するのか。

体調不良について

人は時として体調不良に見舞われるときがある。

良心と邪心の戦いになり、思いどおりに行動できなくなるからである。

良心の声と邪心の声に惑わされ、自分の思いが通らなくなる。

この戦いは時に長く続き、半年以上続きこともあるが、普通の人ほとんど短期間で終わってしまうため、まず気づかない。

この声に打ち勝つ為には、強い意思を持って戦うしかない。

通常は、この世界を知る人はいない。

この良心と邪心の声は、生きている他人の声である。

人は、人間の深層心理にある声と常に対話している。

はるか昔から、これは変わる事なく続いている。

この戦いは素早く片付け、早く自分自身に戻ることが大切である。

ちなみに、この戦いは自宅や職場で始まる。

その戦いの相手が、職場や自宅のそばに住んでいるからである。

相手は絶対わかりません。

あなたを特定して攻撃していることもありません。

その相手は、知り合いに対して怒っているだけなのである。

いわゆる、はた迷惑なのである。

霊的な世界では「怨念」といつているが・・・

【体調不良の症状】

疲れやすい、だるい、不眠、胸の痛み、頭痛、歯痛、顔の痛み、全身の痛み、めまい、

ふらつき、肩こり、耳の痛み、集中力の欠如、鼻炎、昼間の眠気、イライラする、

くよくよする、むくみ、食欲不振、ふるえ、指の痛み、夜中足がむずむずする

原因不明の体調不良が続くと、病気のせいにしがちですが、歯を軽く噛みしめて、自分自身に打ち勝ち、平静を取り戻してください。

ストレス回復術

体温に近く温かい飲み物を常に飲むようにしましょう。

常温、特に体温に近い飲み物や食べ物は、食道や胃に負担をかけない。

たまには顔を上に上げて、ほっとしてみよう。

顔を上に上げると、口が開いて気管支とのどが一直線になって、胃の中の空気がリフレッシュされます。

きつーい一言を言おう！

・口を締めよ。

- ・歯を食いしばれ。
- ・一言も文句を言うな。
- ・心の中で、ブツブツ言うな。

心の中で何も言葉を話さなければ、ストレスにはならない。

普通は、ストレスとを感じる前に、先ほど挙げた事を必ず実行しており、平常心を保っている。

口を閉じる癖をつける例として、ゲームを薦める。

敵を何度も何度もやっつけるコマが良いのではないかと思う。

敵と出会うたび、倒されない様に歯を強く噛み締める行動がいい。

体調管理(食べ物によるストレス)

いつもの食品をいつものように食べていけば、OK!

ストレスは、体調が変化したときに現れる。

昼だから食べなきゃと思うようなら、それはストレスになる。

食事はいつもと同じで良い。

食べ放題だから、といって食べすぎてしまうと、体調を崩すのは当たり前。

体調を崩すと、考え方も変わり、性格も変化する。

これもストレスの要因なのだ。

「○○○○しなきゃ！」は、ご法度。

使わないように！

ぼけ防止

日常に追われて、昔の記憶が出てこないことがあると思う。

軽いアルツハイマー病ではないかと、疑ってしまう。

現代人もそういう状態ではないかと思っている。

ここで、認知症とはどういうものか考えてみる。

痴呆とは、だんだん話さなくなり、他人と距離を置くようになる。

そうすると、自分の世界だけが唯一の糧であり、こだわった出来事だけに心がゆく。

いつも自分のパターンで考え、さらに心で話す様になる。

その相手はいつも第三者であり、誰に話しているかは検討つかない。

実は、生きている他人なのだが、その世界が本当だと信じ込んでしまう。

また、実世界とはかけ離れたあり得ない考え方なので、自分が天才にでもなっ

たかのように思ってしまった。

もう元の世界には戻れない！

これを改善するには、その人にどんどん話しかけるしかない。

そうすると記憶が戻ってくるし、だんだんと常識を思い出してくる。

だから、誰かと話し続ければどんどん思い出すため、病人には戻らない。

ただ、当の本人は一方的に話し出すため、相手はうんざりするのである。

気のキャッチボール、言葉のキャッチボール、心のキャッチボールが出来ていない。

これが現代の認知症の実体だと思えます。

復帰させるには、

病人へ常に話しかけ、かつ自分で考えさせる。

そして、ドンドンと現実の世界を思い出させるのがコツ。

痴呆と歯の関係

歯がそろっており、きつくかみ締めることができれば、痴呆になることはないのです。

かみ締めていないと余計なことばかり考えますので、現実の世界と隔たった世界に行ってしまういます。

悔しがることも正常な考えを維持する方法なのです。

女性は割と心が優しいですから、悔しがったりしないでしょう。

歯をかみ締める行動を忘れてしまうのです。

そして、見えもしない誰かと会話をしてしまうのです。

男性は性格がきつい方が多いので、よくかみ締めます。
だから痴呆が少ないのです。

総入れ歯はいけません。

歯を噛みしめて悔しい思いができないのです。

悔しいと思うと考え方が前向きになります。

痴呆になると、性格が変わり、頑固になったり、怒りっぽくなり、また疑いや
すくなります。

ですから、身近な人に文句ばかり言うのです。

歯は大切にしないといけません。

最近、入れ歯と痴呆に相関関係があると、わかってきているようですよ。

近くに連れ合いをなくした方がいたら、おそらく口が開きっぱなしでしょう。うつになったり、自殺などを考えているかもしれせん。

その人に歯を常にかみ締めるよう、助言しましょう。

ギャンブルも良いかと思えます。

パチンコ好きは、ぼけていませんよ。

痴呆の漢字は、知識の回りが呆け（ほうけ）ていると書きます。

ようするに、常識の世界で生きられない呆（あき）れた人という意味でしょうか。

最近の認知症（痴呆）は、約半数がアルツハイマー型と言われています。

アルツハイマー病

現在世間的に有力な原因として挙がっていませんが、アルツハイマーの原因は、アルミニウムの摂取が多いからかもしれない。

アルミニウムは、自然界から摂取しますが、一度堆積してしまうとなかなか体内から出て行きません。

このアルミニウムの蓄積も、アルツハイマー病を引き起こす要因となっているようです。

このアルミニウムは、排出できませんので、中和するしかありません。中和する元素は、**ケイ素**だけです。

アルミニウムのヤカンや鍋の使用を抑えましょう。

また、器具だけでなく、自然界からも摂取しています。

野菜からも、微量のアルミニウムを摂取しています。

パンも少し高い数値を出してます。

しかし、医薬品が断然多いと聞きます。

これらは、食物繊維と一緒に排出した方が良いでしょう。

対策として、何でもガラスコップで飲むようにしましょう。

ガラスはケイ素からできています。

ケイ素で、体内のアルミニウムを中和させましょう。

他にもある有害ミネラルの摂取を抑えることが、健康の秘訣です。

精神障害者の回復法

一般人にも適用できる。

精神障害者は、気のパワーが弱い。

気のパワーが集まる人が大勢いるところだと、気が高まり、気分が良くなつて、一人でしゃべり出す。

だから、精神障害者の回復方法は、気を高めることにある。

普段は、体の気が弱いと思われるので、心が不安になる。

そこでつい、心の不安そのままを独り言で紛らわす。

おそらく、体内水分が少ないと分析する。

体内水分量が増える、飲食を繰り返せれば、普通の人に近づいていくのではないかと、推測する。

今のところ、この解決方法しか見つからない！

また、雨の降る日は落ち着いているようだ。

おそらく、湿気・湿度により体が快適なのだろう。
独り言を全然言わない！

一般人も、水分は多めにとった方が良い。

また、小雨が顔に当たるくらいだと、気分が良いです。

超能力

人は誰でも能力を持っている。

その能力が研ぎ澄まされれば、それは超、能力となり得るのである。

死に至る

テレビやラジオをで聞く死亡した人の病気は、死ぬ前の病気である。

死に至る原因と病気は、死亡時の病気と違っていることを知っているだろうか。ガンにしてもそうである。

死亡時には肝臓ガンだとしても、初期は胃ガンだったりするのである。

死に至るには、いろいろな症状の結果が体を蝕んでいく。

身体が正常に戻るより早く、体は蝕んでいくのである。

パーセンテージは不明ですが、体のパーセンテージより心のアドバンテージの方が高い。

心が正常であれば、体は正常に戻るのである。

いわゆる東洋医学のいう、病は気からなのである。

字のごとく、病気は気のやまいですから。

現実の話、人々が病気になる、「病は気から」の言葉を忘れていたのである。

ですから、病気が進行するのですと言いたい。

物については現実オンリー、体については心が全てなのです。

厳密にいうと、物は身体を治さないのです。

物は身体を治すための補助品なのです。

だから言います。

身体を治すのは心です。

医者に出かけるのも、医師や看護師さんと話すためにいくのではないですか？

話せば安心しますよね。

医者信じないと病気は治りませんよね。

頑固として信じない人は、別の病院にいくはずですよ。

納得するまで、病院を渡り歩くはずですよ。

その人は何をしているのでしょうか。

何千万円も使って、最後には死亡してしまう可能性が高いです。

医者を信じる心、これが大切だと思います。

実は裏があるのですよ。

医者が患者を信用すれば、自然と最適な治療法や対処法を口で話しているのです。

医者本人は気づいていませんが、偶然の言葉があなた自身の対処法と合致しているのです。

まあ、医者の経験値によるものだと思いますけど。(笑)

最後に、

自然に侵される病気は治る。

人災による事故や障害は直らない。(元に戻らない)

靈的と靈障

靈的になるとは、自分の世界にはまってしまい、世間の常識から外れた行動をする。

靈的になるといつも独り言をいい、その独り言がいつのまにか誰かと話し出すようになる。

そのうち対等に話すようになる。

そうになると、普通の生活はできなくなるようになる。

その内容は人それぞれだと思うが、怒りにまかせて批判する人、世の中の為になる話を永遠にする人などがいる。

もうくせになっっているので、ちょっとやそつとでは元に戻せない。
元の世界に戻るには、全ての声を敵にまわし、一人きりになる必要がある。
命を落とすときもある為、普通の人には絶対憧れてはいけません。

霊の声の主

人にもよりますが、頭の中で声が聞こえるという話は聞いたことがあると思います。

また、声は聞こえないのに誰かと話しているような経験はないだろうか。
神の声を聞いたという話もあるかと思えます。

結論を言いましょー！

声が聞こえる場合、これは全て生きている人間の声です。

電話で話す声とは違います。

タダ電話はできません。

不特定多数の心の声なのです。

残念ですが、特定の人とテレパシーを使って話せないのです。

もう一つ。

声は聞こえないけれども、どうも人と話しているようだと感じる場合は、それは霊魂です。

けれど安心してください。

みんなが怖がる霊ではなく、ほとんどがあなたの家系の過去の人達なのです。

そうです、先祖なのです。

あなたの先祖はあなたを怖がらせようとしていますか？

いいえ、違います！

あなたはその人の孫、そのずっと下の孫なんですよ。

孫は可愛いのです。

そうなんです。

あなたに忠告にきたのです。

変なことを口走っているなと思わず、理解してみましよう。

最後に、一言！

私は神様の声を聞いたという人がいます。

ウソです！

神様は宇宙を作った存在です。絶対、人ではありません。

ましてや、日本語を話す訳がないのです。

もし聞こえたとしたら、宇宙語や動物語だと思いますよ。

神様がの ∞ 億の人類に同時に話しかけられるでしょうか？

一人一人に話す内容が違うのですよ。

絶対無理です。

神様とは、法則そのものなのです。

法則があるから、人は人、動物は動物として生まれるのです。

おそらくですが、神様を裏切る行為を起こすと、子供は奇形として生まれるでしょう。

ここに、進化した科学は怖いところがあるのです。
その実例が、原子力であって、実用化は早すぎたのです。
偶然に見つけちゃったんですね、天才科学者が。

霊の姿が見える

霊の姿が見えるのはある意味ウソです。

普通、霊の声は聞こえますが、霊の姿は見えません。

見たという人は、脳の中の記憶にある映像が見えただけなのです。

知り合いの姿が見えたのは、記憶に残っている印象が映し出されたに過ぎませ

ん。

中には、子供時代が映し出された人もいるそうです。

その人は、成人した姿形を見たことがないのです。

だから、子供時代の姿しか見えなかったのです。

霊とはエネルギー体なのです。

もう肉体はないのですから、姿形が見えることはないのです。

そうなのです。

見えた人は、幻覚を見ているのです。

皆さん、わかったでしょうか

地震の予知

世の中には、地震の予知をできる人がいます。

想像で言っているのだという人もいれば、地震の直前に異変に気づく人もいます。

世の中で、動物が地震を予知するという話は聞いたことがあるでしょう。

人間も動物ですから予知しても問題ないわけです。

かくゆう私も地震を予知した一人です。

東北大地震が起きる4時間前、胸騒ぎを感じて前の人に、「今日は大事件が起きる」と宣言しました。

午後3時前になると焦りまくり、近くの人に一言話して屋外に出て行きました。その30秒後、例の地震が発生したのです。

そのとき、悟りました。

今日の不安感はこの事だったのかと！

それからは、普通じゃない状態を維持すると、ある程度予測できたことを覚えていきます。

普通じゃない状態にある人は、地球の異変や自然の異変を読み取ることができ
るのです。

普通の人にはわかりません。

でも、何かを事前に感じた人はいるでしょう。

私は拳法ではない医療気功術が使える、手をかざすと身体の悪い箇所がわかりま
す。

また、自然のヒーリングスポットも自分の身体で見つけることができるようにな
りました。

古代の人は、こういう能力を自然に持っていたのだと、今は確信しています。

身体を大自然に委ねる。

これは、現代人が忘れ、使おうとしなかった能力かもしれません。

効率重視な生き方

会社の業務は、利益優先なので、効率優位なやり方になってしまいが、人間の生き方は効率優先ではないけない。

節約は、資産を考えて行動しても仕方ないが、人間の行動はゆとりをもって自分なりに行動するのが自然なのである。

効率、便利、節約、これら全てがストレスの元となっている。

行動と考え方が効率重視になるから、身体と心に過剰のストレスが発生するのである。

常にあきらめる、行動を起こさない、ことが重要である。

しかし、面倒なこと、厄介なこと、これらはコツコツと実践する必要がある。実践しているうちに、自然と精神面が落ち着いてくる作用がある。

運命と運勢

1. 運命とは、

運の命(みこと)と書く。

命とは、神、天皇、貴人が発する言葉(御言)のこと。

日本武尊命(ヤマトタケルのみこと)のように使う。

日本の神様や偉人など、さらに両親や祖父母や先祖が発している言葉。

運命に従うとは、命が願っている道を自分自身で悟り、自信を持って進むこと。

2. 運勢とは、

運の勢いと書く。

運の巡り合わせともいう。

運命を自分自身で理解し、運命の道を見つけ、流れに乗ってしまうこと。

運勢をみるとは、運命の流れに沿っているかどうかを確認すること。

運命と運勢2

運命を変えるんだと言った本人が、自分で運命を変えたぞと宣言しても、実のところ変わった運命は、本来進むべき運勢だったのである。例をあげれば、

「お前は政治家になれ」は、運命。

「俺は政治家を目指す」が、運勢。
となる。

人に、政治家になるのが運命だったのね、と言われるのは間違いで、政治家は運勢に従った結果だといわれるのが、正解なのかもしれない。

生体適合物質 1

地球上の微量金属成分は、体の組織に必要なかつ栄養素になっている。

しかし、高分子樹脂（プラスチック）は、栄養素とならず、生体適合しているものとしていないものに分けられる。

微量金属成分は、地球上に存在し、体には絶対必要だが、高分子樹脂は人間が新たに作り出した成分である。

体によいかどうかは、日が浅いのでまだ結果が出ていない。

生体適合性に合格したものだけ、身につけたり、食事や医療に使っていたりする。

普段、植物や食器、料理器を用いた金属成分不足を例に挙げる。

1. 鉄分不足に陥ると、気分は落ち着かない、イライラする。

病気では貧血、頭痛やめまい、疲労、肩こり、消化不良などになる。

植物と肉では不足しがちなので、鉄鍋と鉄のマグカップで不足分を補うこと。

鉄分不足では、思考力や注意力や記憶力が落ちてしまう。

また、スプーンを口に入れると鉄の味がしたり、無性に噛みたくなくなってしまいうものである。

2. 地球の土地に一番多く含まれているのは、ケイ素です。

ケイ素は野菜の多く含まれ、体のあちこちに浸透している。

ケイ素は植物と言い切れる訳で、人が闘争本能丸出しにならないよう、落ち着いて生活できるのもケイ素のおかげだと思っています。

ケイ素は、細胞を結合させるためのコラーゲンに多いと言う話です。

皮膚、内蔵、骨など人間を形作るために必要な栄養素です。

ケイ素が少ないと、皮膚も内臓も骨も老化が早くなりますので、ケイ素は若さの活力源なのです。

アガリスクやにんにく、玄米には、異常なほどケイ素が多く含まれています。飲み物は、ペットボトルで飲むのではなく、ガラスコップに移し換えて飲みましょう。

ちなみに、鉱物では水晶が一番多くのケイ素を含んでいます。

3. 次に地上で多いのがアルミニウムなのですが、体への影響はまだ解っていません。

ある病気になると、体内にアルミニウムが残ってしまうらしいですが、通常は体内で溶けずに排出されず。

憶測ですが、体中にある微量金属成分をバランスよく配置させるために、アルミニウムは微量に存在しているのだと考えられます。でも、取り過ぎはよくありません。

また、ケイ素は、人体のアルミニウムを中和させるとのこと。

生体適合物質2

古代から身体への装飾品は金細工と相場は決まっています。

何故そうなのでしょうか。

現代でも解明されていて、金は身体と接触しても一番拒絶反応を起こさない金属なので。

他の金属は少なからず、拒否反応があります。

それを生体適合性と言います。

ステンレスの腕時計は普通に手首へはめていますが、銅のバンドをした人は見たことがないと思います。

銅は錆びると緑青が出てきて、皮膚には毒となります。

なんでも身体に触れさせてよいわけではないのです。
気をつけましょう。

パワーストーンも金属ですから、他の金属と同様に拒否反応の出る人もいます。

石も元素からできていますし、他の元素も石の中には混じっています。

そういうことで、金属アレルギー体質の人がいたり、○○アレルギーだよと言われたりするのはです。

人には、体内に元素がいっぱい詰まっています。

人によってその元素量と、元素の種類が千差万別ですから、いろんな病気が出てくるのです。

金属の腕時計をする人としらない人。

パワストーンが効く人と効かない人。

ネックレスをする人としらない人。

毛皮の好きな人と嫌いな人。

綿製品を好む人と化学繊維でもいい人。

のように、いろいろとタイプに別れます。

過去を思い出して、身体に合わない元素や素材を見つけましょう。

男女の活動時間、朝晩の行動は逆

男性は、朝から昼にかけて脳の活動期間が活発になります。

女性は、夕方から就寝時間にかけて脳の活動が活発になります。

男性は、夜すぐ眠れるのに対し、女性は、夜すぐ眠れない。

女性に不眠症が多いのは、脳の活動期間が夜型だからである。

夜の仕事が得意なのは女性が主であり、ホステス業等が挙げられる。

男性は、早朝から試運転できるが、女性は一般的に弱いのです。

新聞配達もほとんど男性です。

男の朝立ちは、起きる時間。

朝の4時頃、血液が下半身に集中する。

脳の血液は下降し、起きるとすっきりする。

朝から新聞を見て情報を入られる男性に対して、女性は夕方から情報を入手する。

朝の買い物に強い人と夜の買い物に強い人に分かれるのは当然の結果である。

女性が朝型になると、月経不調や生理不順になり、体調不良になるようです。男性が夜型になると、体調不良や睡眠不足になり、仕事がうまくこなせないと思われれます。

ただ、朝型の習慣に慣れれば、女性も朝から活動できます。

朝から緑茶、コーヒー、牛乳を飲み、体を冷やしてから頭をスッキリさせて、仕事に励みましょう。

人生最大の格言

1 使ったらおしまい。

何でも使えばなくなるし、減ってしまふ。

お金も物も食べ物も使えばなくなる。

そして、ちよつとずつ使えば、減りは少ない。

2 どんどん使っていいのは、人生！

人生を出し惜しみするな。

どんどん使っていい。

3 タイム イズ マネー

時は金なり。

時は時間ではない。

時とは時期。

時がくれば、成し遂げられる。

時を逃すと、人生は変わらない。

時を誤ると、転落の一途。

時こそ最大のチャンスである。

これが人生の生き方なのである。

人生後悔していなければ、実践した証拠。

なんでん屋

healing_nan@yahoo.co.jp

病気快方 ココロ編

<http://p.booklog.jp/book/44447>

著者：なんでん屋

著者プロフィール：<http://p.booklog.jp/users/nanzan-pab/profile>

感想はこちらのコメントへ

<http://p.booklog.jp/book/44447>

ブックログ本棚へ入れる

<http://booklog.jp/item/3/44447>

電子書籍プラットフォーム：ブックログのパー（<http://p.booklog.jp/>）

運営会社：株式会社ブックログ