



# 生き方を正す



ココロの浄化編

なんでん屋



カラダとココロ

浄化編



# 目次

認知症と信仰

精神病と信仰

心臓病

糖尿病

心の障害者

## 認知症と信仰

認知症のひどい症状の方は、無宗教。

自宅の仏壇は、浄土真宗だと言っても通用しない。

葬式仏教は、宗教・信仰とは言わない。

だから、無宗教の部類。

大昔から、痴呆症は存在していた。

現代になって増加したわけではない。

では、なぜ最近騒がれるか？

それは、老人が無宗教になってしまったので、表面化するようになってしまった。

昔は、今のように日本では、宗教は乱立していなかった。

しかし、日本のほとんどは、民間信仰を信じていたし、実践していた。だから、何かあっても、人や世間や国のせいにならず、何かに拜んでいた。

現代人はこれがない。

何かのひょうしで心が動けば、また反発すれば、必ず人に文句をいう。ふつう信仰心があれば、仏や神様に相談するのだ。

また、先祖や他界した家族に相談するだろう。

今の日本や世界は、それをしていない。

だから、今後ますます認知症の患者は増加する。

そうなってしまったのだ。

年に一回、神社に行っても遅い。

それは、信仰ではなく、願望である。

現代でも、還暦を迎えれば、宗教色に染まっていく。

特に男性は、宗教や政治に興味を持ち、自分で勉強し始める。

何かを解明する学問にも没頭するだろう。

その行き着く先は、宗教なのである。

女性は、向上心の乏しい方が多いため、認知症へと向かっていく。

また、男性で認知症の方は、おそらく無宗教だと思っている。

これは、新しい理論として絶対、自信がある。

ほぼ、間違いないだろう。

## 精神病と信仰

認知症のみならず、精神病も信仰心のない人になる病気。

人が信じられなくなると、特定の人を恨む。

信仰心があれば、神仏に頼ることを実践する。

他力本願となってしまうが、恨むことはない。

なぜなら、自分側にも責任があると思ってしまうからだ。

けれども、自分に責任がなければ、自分は正しい。

俺は、正義だと思ってしまうだろう。

こうなってしまうと、社会生活がおかしくなる。

日本はゆずりあいの国なので、そういう人がいると一人だけ変な行動を起こしてしまう。

これがいわゆる精神病なのであるが、本人は全く気づいていない。

自分の場合を書いてみよう。

ある時、自分の思いどおりに考えることができなくなった。

おかしい状態ながらも、会社へは入社していた。

その当時、信仰心が無くなり、現実だけを見て生活をしていた。

信じるものはお金と常識の固まり状態だった。

なぜこんな人間になってしまったのかと、いろいろ考えたが結論はなかった。

その頃ある人と出会い、尊敬する人は「梅原猛」という。

調べてみると、宗教色の強い人だった。

それから、仏教の本やブツダの読み物を見るようになった。

元々、子供の頃は法隆寺や仏像に興味を持っていたので違和感はなかったが、生き方については素人だった。

その後、再発することはほとんどなかったが、3年に一度おかしくなった。



しかし、以前とは違い自分で修行をするようになる。

そして、いわゆる神との対話を実践し始めるわけである。

神だけではない。

魔との対話、宇宙との対話、動物との対話、木々との対話もあった。

自分が復帰できたのは、魔以外との対話を繰り返していたからだと思う。

だから、復帰できない人は、魔との対話から抜け出せない人なのだと確信する。

魔との対話はひどい。

夜、一睡もできないで、会話していなければいけない。

寝させてくれないのだ。

これでは、日常生活はできるはずがない。

瞑想なんてさせてくれません。

常に話しかけてきます。

私はこれに理論で戦いました。

勝てば、寝させてくれます。

これを、一週間続けます。

こんな感じで、これからもあると思いますが、忠告を二つ。

バカヤロー、死ね、殺す、殺してやった、と口に出る人は、魔から抜け出せません。

必ず、知っている限りの理論でやっつけてください。

相手は、理論を知らないのです。

これが、コツです。

ありがたいの言葉を必ず言わせてください。

「ありがたい」という言葉は、人に言う言葉ではなく、神仏に言う言葉です。

信じられないでしょうが、だまされたと思って常に言わせてください。

## 心臓病

普段から、水をとっていれば大丈夫。

血中の脂肪分が増加すれば、血液は粘りっこくなる。

これが、ドロドロ血なのだが、こうなってしまうと心臓疾患に陥ってしまう。

では、血液をサラサラにするには、血中の脂肪分を溶かすものが血液内に充満されれば良いことになる。

これを、なんとか酸が担うことになる。

世間には、心臓疾患に効く食べ物がごまんとある。

未だこれこそ特効薬だと言われているものは出てきてない。

狭心症の薬として、ニトログリセリンがあげられるが、常用しなければならぬ。

血液をサラサラに、かつ血管内にこびりついた脂肪分を溶かすには、いろんな食べ物から、なんとか酸をいろいろ取らなければいけない。

こんなことやってられない。

どうにかならないのかと思われても、所詮は自分の食生活の責任のツケが回ってきただけ。

だから、改善策は脂肪分を絶対とってはいけない。

なんとか酸ばかり食べていれば、とりあえず大丈夫でしょう。

それも、すぐ溶けて口の中から血液に染み込んでいくもの。

ニトログリセリンのニトロ効果のように。

また、プーアール茶みたいなものから。

水も、 $\text{HNO}$ （水素となんとか酸）なので。

## 糖尿病

糖尿病には、1型と2型があるそうです。

### ・1型

フィンランド、スウェーデン、サルデーニャ島に糖尿病発症率が高い。

フィンランドは、ポテト料理がメイン。

スウェーデンも、ジャガイモが付け合わせとして出ることが多い。

サルデーニャ島（イタリア）も、ピッツアやポテト料理が多い。

## ・2型

遺伝子的背景と肥満がその原因とされる。

遺伝子的背景とは、両親が糖尿病であることが挙げられている。

しかし、遺伝子なんて関係ない。

それは、両親と同じものを食べているからなのです。

肥満も結局、食べ物が原因です。

世界のワースト3位は、中国、インド、アメリカですが、どの国も食の国です。特に多い国が、中国とインドです。

食べている割には、運動をしない国でもあります。

糖尿病患者が、ポテトチップスを食べると危険なのはわかっているでしょうか。すぐ血糖値が上がります。

他の食事より上がるみたいです。

塩も血糖値を上げます。

結論として、糖尿病とポテトの因果関係はあるということです。

危険な食べ物的一种であるといえるでしょう。

また、東洋医学の陽の体質の方は、糖尿病予備軍です。

インフルエンザと花粉症になっている方は、気をつけましょう。

陽の体質とは、夏でもないのに、汗をかきやすい暑がりな人です。

汗をかきやすいので、塩分も多くとります。

糖尿病を治すには、徹底的に陰の体質に体を持っていくしかありません。

陰の体質とは、体が冷え性ですぐ風邪を引きやすい体質です。

また、痩せ型の人が多いので、ダイエットをしなければなりません。

野菜のおひたし、葉っぱのサラダなど、徹底的に地面より上に生えている葉っぱ類を食べなければいけません。

地面の下にできる根っこ類や穀物は、食べるのをやめなければいけません。

動物の肉や穀類は、陽の体質になる食べ物ですから、徹底的に控えるべきです。

陽の体質になる調理法としては、

電子レンジ ↓ 茹でる ↓ 蒸す ↓ 炊く ↓ 煮る ↓ 炒める ↓

揚げる ↓ 焼く

の順番だそうです。



医者でも言われていると思いますが、炒める調理や油であげる調理は症状がひどくなります。

ましてや、火で焼くバーベキューや焼き鳥なんて最悪です。

肉は陽の食材だし、焼くのも究極の陽の調理法ですから。

焦げはガンになる（胃ガン）といわれた時代もありました。

ですから、蒸す、煮る、生食がよいと思います。

電子レンジも大丈夫みたいですね。

陰の食品を炒めても、症状悪化までにはならないかもしれません。

陰の食品とは、

■陰の食品■

（体を冷やす食材）・・・暖かい地域でとれるもの

ダイコン、アスパラガス、キュウリ、セロリ、タケノコ、トウガン、トマト、ナス、ホウレン草、夏野菜類、キンカン、カキ、スイカ、ナシ、バナナ、メロン、パイナップル、マンゴー、ノリ、ワカメ、ケーキ、チョコレート、アイスクリーム、ジュース、バター、マーガリン、化学調味料、サラダ油、ビール、白ワイン、ウイスキー、コーヒー、カレー類、青汁、豆乳、ヨーグルト、白砂糖（極陰）、牛乳（極陰）

陽の食材もあげて見ましょう。

■陽の食品■ （体を温める食材）・・・寒い地域でとれるもの

根菜類、タマネギ、ウド、カボチャ、シソ、シヨウガ、長ネギ、ニラ、ニンニク、卵、牛肉、豚肉、鶏肉、牛レバー、豚レバー、鶏レバー、エビ、アンズ、ナツメ、ミカン、ライチ、クルミ、コシヨウ、サンシヨウ、トウガラシ、自然

塩、味噌、しょう油、たくあん、梅干し、カボチャ、ゴボウ、ニンジン、レンコン、山芋、納豆

どうでしょうか。

すべて寒い地域で食される食べ物だと思います。

極寒の地でもないのに、極寒の土地の食べ物をとった結果が、糖尿病なのです。

だから、味は気に入らないでしょうが、南国の食べ物で生活をするようにすると、糖尿病はおさまると思っています。

糖尿病は、まさに飽食の時代の申し子と呼ばなければなりません。

この食品は健康にいいと、テレビで聞かされた我々が悪いのです。

昔から栽培されている、その土地で取れた食材を食べていれば、こういうことにならないのです。

旬のものを、旬の土地で、毎日食べる。

これが健康法だと思えます。

## 心の障害者

心の障害者と精神異常者は違う。

心の障害者は、皆さんも知っているとおりの、障害者。

精神異常者は、見た目は一般人。

内面は何を考えているかわからない怖い人。

心の障害者は、ふたとおり。

目だけで判断。

自分の心だけが判断基準。

目だけで判断している人は、周りの空気が読めていない。  
突然意味不明の言葉を話す。

おそらく、周囲の人の顔色を見て言い出すのだと思う。

自分の心と人の心を天秤にかけ判断していないようだ。  
思いついたことをそのまま話している。

自分の心だけで判断している人は、いわゆるサトラレくん。  
自分の考えをそのまま言葉で話す。

普通の人は、言葉に出さないのだが。

どちらのタイプも、かわいそうな人ではない。

内面はしっかりしている。

ただ、普通の人からみれば、はた迷惑な感じだが、自分勝手なのだろう。

社会生活に慣れさせるには、以下の方法がいいだろう。

目だけで判断している人は、目隠しをさせる。

目隠しをさせて、周りの状況をさとさせる。

最初は、うるさいだろうが、だんだん落ち着いてくるだろう。

それを繰り返せば、空気が読めるようになるかもしれない。

暗いところへ連れていくのも良い方法。

自分の心だけで判断している人は、相手の目を見させる。

この練習をすれば、相手の顔色で判断できるようになる。

いつもは、相手を見ないので、勝手に心の内を吐き出している。

そのうち、周りの顔色を伺うようになるだろう。

なんでん屋

healing\_nan@yahoo.co.jp