

特別編集 「伸楽ブックレット⑤ 健幸人 健康で幸せな人生の作り方」
佐藤 公一

「病気・健康」の話

繰り返しになりますが、病気も「波動」がキーになります。

その波動の内訳は

生活のバランス
感情、思考のバランス
食事のバランス

の三点です。

生活のバランスとは、無理しすぎない事。
仕事と休息のバランスですね。

頑張りすぎると顆粒球が増えすぎてガンとかの病気になりやすく、楽すぎるとリンパ球が増えすぎてアレルギーとかになりやすくなります。

日中活動をするために働く交感神経と、休息休眠のための副交感神経とのバランスが大切なのです。副交感神経が働く夜は、なるべく早く寝るとかね。

感情、思考のバランスとは、感謝の考え方を選択して明るい感情を基本とすることで
すね。同じ事をするのでも、思考がイヤだと思えば感情が暗くなるとストレスが強くなり、
交感神経緊張になって顆粒球が増えすぎて病気になります。心（感情）明るく仕事を顔
晴（がんば）り、休む時は休むといいバランスになります。

あと、病気は大切なサインという事です。

あなたの生活か考え方か食事のバランスが偏っていますよ、との大切なサインなので
す。

こういうことに気づくと病気に感謝ができるようになって来ます。

闘病では、交感神経が活発になり、顆粒球が増えすぎて治癒は遠退き、病気の本質に
気づき感謝し始めると副交感神経が活発になってガンなどの治癒の道に入ります。

最後に、すでにガンやアレルギーなどの病気の人には、このアドバイスのほかに以下の本をお勧めします。

治し方が書いてある本です。

このアドバイスを実践しながら、本の医師に相談したらよいと思います。

○本の紹介

①「がんの特効薬は発見済みだ！」岡崎公彦 著 たま出版

②「究極の難病完結法」岡崎公彦 著 たま出版

③「ガンは治るガンは治せる」阿保徹、奇ジュン成、船瀬俊介 著 花伝社

※白血球には、最近を処理する力の強い「顆粒球」と小さな異物を免疫で処理する「リンパ球」があり、この2つのバランスが60%対40%の比率で身体を守っています。顆粒球の方は交感神経の支配を受けて数が増えるようになっています。免疫を高めたり、あるいはガン細胞攻撃したりするリンパ球の方は副交感神経の支配で数が増えるようになっています。