



自然派美容室ビーフェイス
練馬区旭町1-15-5
TEL 03-3976-1201
http://www.b-face.co.jp

♡ 今、貴方は 幸せですか？

良い意味で、“明日が
来ないかもしれない”
と意識して見ると・・・

1日の行動が変わります。

1時間・1分の行動も
変わってきます。

そして、
視野が一気に広がります。
明日が来る事が当たり前、
食事が出来て当たり前、
手足、目、耳全て揃って
いて当たり前・・・と
思っていないですか？

私たちは日々生活をして
いて、いろいろな意味で
当たり前が身に付いて
しまっている気がします。

当たり前なんてないことに
気づきましょう。



五体不満足
の著者で
ある
乙武洋匡氏
は「障害は
不便です。

しかし、
不幸ではありません」と
言い切っています。

また、
以前も紹介しました。

「人の命は、つくづく
不思議なものです。
確かなことは自分で
生きているのではない、
生かされているのだと
いうことです。
どんなところにも必ず
生かされていく道がある。
すなわち人生に絶望なし。
いかなる人生にも決して
絶望はありません。」

この言葉は両手両足が
無く「だるま娘」として

見世物小屋に売られた



中村久子氏
あのヘレン
ケラーが
「私より
偉大な人」

と激賞した人の言葉です。

今、
腕無し、脚無し、心配なし
そして、「限界無し」と
感動授業・感動動画を
配信している

「ニック ボイジッチ」氏
と言う人がいます。
彼の「何度も立ち上がる」
という話は、私の心に
とても響きました。

生きていれば転んで
しまうこともある。
時々人生には、
挫折をし転んでしまう
時もあります。

そして、
もう起きられないと
感じる時があります。
でも、皆さん！私を見て

希望があると思いますか？

私がもう一度起き上がる
ことは不可能にみえる
でしょう？

でも、そうではないんです。

私は百回でも起き上が
ろうとチャレンジします。

もしも百回すべて失敗して
私が起き上がることを
放棄するとしたなら、
私は二度と起き上がる
事はできないでしょう。

でも、失敗しても、また
チャレンジするなら、
そして、また、さらに
チャレンジするならば、
それは終わりでは
ありません。

「ニック ボイジッチ」氏
は、生れ付き手足が、
無く、とても小さな左足
があるだけなのです。

この講義はどこかの学校
でのもので彼は学生
たちの前で転んで見せ、
そして、頭を使って立っ
て見せるのです。



<http://www.simple-smartaf.com/link/life.html>

機会があったらアクセスして観て下さい。

私は一応、五体満足に生きてきました。

それは、普通ではなく奇跡でとても幸せな事なのだと思つづく思います。

なぜ、この人たちの記事が載せたかと言うと...意外と自分が恵まれている事に気づいていない人が多いと言うことと...今の状況に危機感を感じていないからなのです。

今の日本の食糧自給率は40%と言われていますが種まで考えると10%を切るのでは無いでしょうか、その種も現在使われているほとんどがF1種と

いう一度限りしか実を付けないもので輸入品ばかりです。

その中でも代表的な物が「雄性不稔」と言われる雄しべ(男性)の機能が欠落している種なのです。

そのような種が普及したお陰でミツバチがいなくなり、人間も男性機能が年々低下しています。

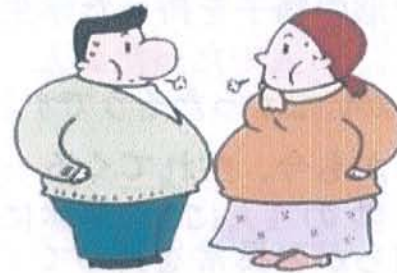
ある大学の男子生徒の精子を調べたところ正常な形の精子を持った学生は、60人中たった2人しかいなかったそうです。

しかも今、生れてくる子供の4人に1人が体に何らかの異常を持って産れて来るそうです。

日本は表向きは大変豊かに見えるかも知れませんが、今、栄養失調の人が増えているのをご存じでしょうか？

昔で言う栄養失調は、食べるものが無くて、やせ細っていたように思いますが今の栄養失調は、普通の体系か？もしくは、どちらかと言うと太めの方にも見られるようです。

この現象は、食べ物に栄養素が昔ほど無く、その代わりと言う訳ではありませんが年間4kgもの添加物を日本人は、採っていると言われていています。



ちまたでいわれる便利飯コンビニ弁当やファミレスの料理これは、ほんとに便利？たしかに手軽で時間をかけずにどこでも入手可能です。

でも、そのぶん、流通の段階で腐らないようにそして、長期保存が可能で味が万人向けに...

このため、添加物・化学調味料のたぐいが山ほど混入しています。

元々自然界に存在しなかったものをどんどんカラダに取り入れて大丈夫でしょうか？

大丈夫なわけありません化学合成物を身体に取り入れた時、非常に多くのエネルギー(酵素)を必要とします。

常日頃、食べ続けるとかならずガタがきてしまいます。

必要以上にエネルギー(酵素)がとられれば、そのぶん疲れやすくなり仕事の生産性が落ちてしまうのは、分かります。

それと、コンビニやスーパーでは、お弁当を買うと電子レンジで簡単に温めてくれます。

このサービスは、大変便利で有り難いサービスなのですが・・・

ここにも私たちの**体を蝕む**大きな害が！

それは、**細胞内を遺伝子レベルで破壊**すると言うものです。

何か怖い話になってきましたが、生卵を**電子レンジ**にいれると破裂しますよね！

生卵は細胞と同じような物なのでそれが、破裂するということは安全？

電子レンジの安全な使い方と言う動画が出ていたけど出していたのは、家電メーカー

(笑) そもそも**電磁波**のことなど、何も言ってなかった・・・

また調理法を比較した場合**ビタミン、ミネラル**に関しては、
ゆでた場合・・・66%
圧力釜では・・・47%
蒸した場合・・・11%
失われます。

ところが・・・
電子レンジで調理するとなんと**90%**近く破壊という報告もあります。



この状態だと**酵素**が破壊されてしまうため、もし残っていても身体は栄養として認識しない可能性も出てきてしまいます。

またマイクロウェーブで細胞内の水を大きく

振動させて温めるので**活性酸素**も大量に形成されてしまいます。

簡単に言って老ける！
ということになります。



便利な世の中になった反面、食生活は乱れ、精神も環境もかなり、おかしくなっていることに薄々感ずいているのに！

日本は安心・安全と思いきや、医者やクスリに依存している人たちが多すぎます。

情報は力の有る者(企業)の都合の良い部分だけを流している気がします。

そして、その情報を疑うことなく鵜呑みにしているのです。

自分の身を護る智慧を養わないと何かがあった時にこんなはずじゃなかったと他人のせいにしてたり嘆いても遅いのです。

しかし、現実にはよほど山奥にでも住んでない限り、レンジも使いますし、スーパーで野菜なども買いますし、ファミレスやコンビニも利用します。それにウソか？ホントか？分からない情報が山ほど耳に入ってきます。

先進国ほど病気の数が多いいのは、こんなことも多少は影響があるのではないのでしょうか。

では、どのようにして・・・自分の身を守ればよいのでしょうか。？

やはり「知る」という事がすごく大事になります。

以前から**酵素が大事**という事を伝えてきましたが、**酵素は、ミネラルとタンパク質(アミノ酸)**

が結合して出来上がったものです。

また、ある種のミネラルがないと酵素が十分に働いてくれないのです。

ビタミンやミネラルの働きを助けるのが酵素なら、酵素を十分に働かせるのにミネラルが重要な役割をしているのです。

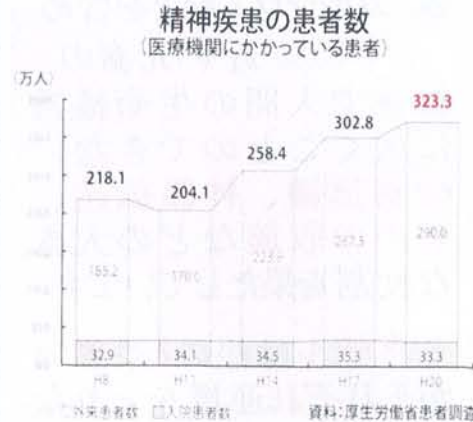
前回の小冊子にも書かせていただきましたが大変重要なのでもう少し詳しくミネラルの事を勉強しましょう。

ミネラルが不足すると酵素の働きが十分ではなくなることで代謝が悪くなり、肥満になりやすくなります。

また、ミネラル不足が原因の一つとされているアレルギー疾患(花粉症アトピー性皮膚炎)等・・・

近年大幅に増加している精神疾患(統合失調症

うつ病・不安障害・認知症) これらもミネラル不足が大きな原因と考えられています。



また、7つの大学が2年間にわたり調査した結果、母親と生まれてきた子供達のミネラル不足が原因となり現在10人に1人(1万5544人中、1568人)の子供は永久歯が生えてこないことがわかったそうです。

人の体に必要と言われているたんぱく質・炭水化物・脂質・ビタミンとならば5大栄養素の内の

一つで、大地を構成する元素のことをミネラルと言います。マグネシウム、セレン鉄、カルシウムなどを含め約100種類近い元素の総称で人間の生命維持に欠くことのできない酸素運搬、神経伝達、筋肉の収縮などの大きな役割を果たしています。

ミネラルは他の4栄養素がそれぞれ連携をとりながら人体で働く際、十分に機能するための調整役・触媒としてミネラルが存在しています。

このようにミネラルの働きによって、酵素もビタミンもうまく機能し体の代謝の仕組みを作っているのです。

つまり蛋白質やビタミンなど他の栄養素を多くとってもミネラルがなければ意味がないということになります。

この事からミネラルが五大栄養素の中心的存在であり生命維持の要であることがわかります。



また体に4%のミネラルが無ければ人は、生きていくことができません。

二度のノーベル賞を受賞した「ライナス・ポーリング博士」は「全ての病態、病気 全ての病弊を追及すとミネラル欠乏にいきつく」と断言し、ミネラルはチームワークで働くもので、けして単体では有効な働きができず、

人体の健康維持には調和のとれた多種類のミネラル摂取が重要であると言われてています。

貧血の患者さんに鉄分などを処方しますがミネラルは、単独では体内で効率よく吸収されません。

ミネラルを補給する際は量よりもバランスを優先することが大切です。

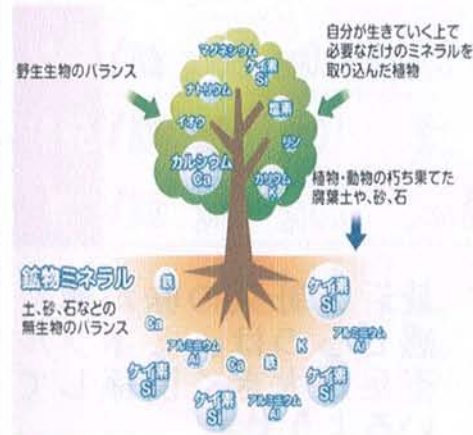
一つのミネラルが不足すると他のミネラルの吸収率も低下してしまうのです。

ミネラルには、
 鉱物性ミネラルと
 植物性ミネラルがあります。

鉱物性ミネラルは土や岩に含まれ、植物が吸収していない状態のものを言います。

そして植物性ミネラルは、野菜や果物などが土壌から吸収した鉱物

性ミネラルを光合成の過程で変化させたもので植物が吸収することでミネラルはマイナス電位になり、体に良い状態で吸収率が約98%とほとんど吸収されます。



ちなみに鉱物性ミネラルの吸収率は10%~40% !

ミネラルは人の体内で作ることは出来ないため、毎日の食事からとる必要があります。

しかし、最近の農作物に含まれるミネラル含有量は、化学肥料の多用による

大量生産農法の結果、50年前の農作物より三分の一から十分の一に激減しています。

	1951年	2000年	50年で
にんじん	2.1mg	0.2mg	激減 10分の1
ほうれん草	13.0mg	2.0mg	激減 6分の1
大根	1.0mg	0.2mg	激減 5分の1
りんご	2.0mg	0mg	激減 無

最近、野菜の味が薄く感じるのは、ミネラル不足が大きく関係しているようです。

一億年前の大地には恐竜や20Mを超える巨大植物が生息していました。



ちなみにこの時代の大地には、80種類以上のミネラルが含まれていたと言われてています。

私たちの身体は、自分が食べたもの、飲んだもの以外からは、何一つ作られません。

そして、もっと重要なことは、体にたまった悪いものをそのままにして、排泄しないことです。

年間4Kgもの添加物を探っている私たちの体はこれを異物と判断し消化に大変エネルギーを使うと先ほども書きましたが、ここでもミネラルが大きく影響するのです。

そして、そこに欠かさないのがフルボ酸と言うものです。

簡単に言いますと植物などが微生物により分解される最終生成物をフルボ酸と言います。

一般的にはあまり聞かない言葉かもしれませんがとても還元作用の優れたものなのです。美容室などでは、パーマやカラーの時に用いるお店もあります。当店でもかなり前から使用しています。

働きとしてミネラルをイオン化し吸収効率や安全性を高めミネラルを細胞の隅々まで運ぶ吸収作用と体内に蓄積された重金属や有害ミネラルなどを体外へと排泄する排泄作用があると考えられています。

山の落葉樹や広葉樹の落ち葉が腐植物質となり川に流れ腐植物質中のフルボ酸が川の砂鉄とキレート(吸着)して海に流れて、海を無毒化し、プランクトンやクロレラなどを育み海藻や魚を育て生命の源となっているのです。

このフルボ酸とミネラルを(フルボ酸ミネラル)とし、体の中に取り入れると



- ① ビタミンが効果的に働く
- ② 筋肉繊維を柔らかくする
- ③ 丈夫な骨格をつくる
- ④ 良質な血液をつくる
- ⑤ 抗酸化(老化防止)する
- ⑥ 身体内バランスを調整する
- ⑦ 細胞をつくる
- ⑧ 消化を促進する

- ⑨ ホルモンが効果的に働く
 - ⑩ 酸素が身体内で効果的に働く
 - ⑪ 免疫の機能を活性化する
 - ⑫ 酵素が身体内で効果的に働く
 - ⑬ エネルギーの蓄積
 - ⑭ 毒素の排泄・分解を促す
 - ⑮ 神経を正常に働かせる
 - ⑯ 栄養の代謝を効率良くする
- 以上のように

☆私たちの生命機能は身体内のわずか4%のミネラルに支配され自然に生かされていることが分かるのです。

*最近良質のフルボ酸ミネラルを紹介して頂き、試しています。

サプリメントとは違い目で見える効果もあり、先に試している人の中からは素晴らしい症例が出てきています。

このフルボ酸ミネラルには液体と錠剤があり液体は手軽に持ち歩け何時でも何にでも使え手軽にミネラルを吸収する事が出来ます。

錠剤はフルボ酸ミネラルに現代植物ミネラルのリプラン(還元力と乳化力に優れたミネラル)と長寿因子レスベラトロールも配合されているのでアンチエイジング効果もかなり期待できます。

病院と薬は上手く使い病院や薬に依存しないで...生涯現役で逝くためにも日本の医療費を下げるためにも素直に学び・知る事が大切です。

フルボ酸ミネラルの事を少し詳しく書かれている小冊子(¥350+税)も用意しています。

