

ムスピの会ニュース

発行
ムスピの会
出版部
3月の月齢
下弦 3/6
新月 3/13
上弦 3/21
満月 3/29



宇宙生理学入門⑫ 潜在意識の慣性の法則

三日坊主は慣性の法則が原因？

潜在意識は一度何らかのプログラムがなされると、そのパターンを手放したがいらない傾向があり、これを「慣性の法則」といいます。

ある種のフィルター(色眼鏡)もしくは心のパターン化は12歳(小学6年)くらいまでに形成され、趣味や嗜好、性格、考え方のクセといったものが構築されます。これらを固定観念とか先入観、思い込み、決めつけ、常識と言ってもよいでしょう。

したがって、何かをする場合、必ず潜在意識のフィルターを通してから判断されます。一旦、潜在意識に快か不快か、心地よいか悪いかという基準が設定されてしまうと、自分にとつてためになるものでも、不快と感じれば拒否反応が起ります。

反対に自己破壊を起すようなダメなことであっても、潜在意識が快と感じると、それをしたくなるのです。例えば、甘いものやジャンクなもの食べたり、アルコールや薬物依存などがあげられます。これは、意思の力で行動を制御したくても、無意識化で働く自動制御装置によって意思の力が制限されるからです。

何か新しいことをしようと思った時に、理由のない不安感が襲ってくる場合がありますが、これは、慣性の法則を破ろうとすると、潜在意識から引き戻しがやってくるからです。何をやっても三日坊主で終わるといふ人が多いのは、この慣性の法則でつまずくからです。

繰り返しの言葉がけて潜在意識の上書き

思ったことを実現するためには、これまで潜在意識に構築された古い思考のパターンを外す必要があります。そのためには、善悪の判断ができる意思の力を使って、やりたい自分、やりた事をイメージします。

さらに繰り返し巻き返しの言葉がけをすることで、潜在意識のデータの上書きができます。ひとつの行動に対して1000回以上のアファメーション(宣言)が必要で、「私は甘いものが嫌いだ」と唱え続けると、食わなくなります。

食わず嫌いという人は、先入観で「まずい!」と思うから食べる気がしないのです。玄米食に関しても、硬いとか、消化に悪いとか、クセがあり食べにくいといった負のイメージを抱いている人が多いですが、実際食べてみると、意外に美味しいことに気づきます。プチ断食に関しても、苦しいとかつらい、きついといった印象を受けませんが、実践してみると身体がすっきりして、気持ちよい感覚が湧くのがわかります。

成功者はチャレンジ旺盛

また、「やらず嫌い」という人は、やる前から「私にはできそうにない!」という不可能感が苦手意識として襲ってきます。これは、潜在意識の中に「面倒くさいことは嫌い」という想い(データ)があるからです。

そういった場合は、「私は新しい事が好きだ」「新しいことをするとワクワクする」「チャレンジは楽しい」といった言葉を繰り返すことで、潜在意識のロックが徐々に外れ、一歩踏み出す勇気が湧いてきます。

成功者の資質は、チャレンジ精神が旺盛なことです。彼らがすぐに行動に移す実行力をもっているのは、「やればできる!何とかなる!」という理由のない可能感があるからです。なぜなら、潜在意識に「面倒くさい!」をされると人生が拓ける!というデータが入っているからです。

彼らは精神的な苦に立ち向かうと人生が拓けるといふ法則を何となく知っているのです。

人生の軌道修正法

いつも同じ道路や電車を使っていると見える風景は同じで、いずれマンネリ化して飽きてしまいます。時には違う道や電車を使うことで目新しい景色と出会い、新たな発見があり、トキメキ感が増すはず。人生もまた、歳を経るほどにワンパターン(平凡)になりがちですが、潜在意識に先ほどのアファメーションを入力しておくと、新しいパターンが生まれ、いろんなことにチャレンジしたくなり、人生がバリエーションに富んで豊かになります。

人生を良き方向に軌道修正するためには、まずは、潜在意識にある古い考え方のクセを手放してみましよう。このパターンを変えることができれば、新たな発見や出会い、トキメキ感が増すでしょう。

人生を心地よい方向に変えるためには、潜在意識のデータを入れ替えることが必要なのだと気づきましょう。時間はかかるかもしれませんが、行動すること、きつと、素敵な人生が展開していくはず。です。

生命維持に欠かせないからこそこだわりたい

私たちの体は多くの細胞からできていて、細胞が正常に働くためには、塩分が重要な鍵をにぎっています。昨今、高血圧予防に減塩が叫ばれていますが、1日の食塩摂取量 10g 以下という数字には科学的根拠はありません。そればかりか、過度な減塩はさまざまな弊害につながります。

ただし、摂取する塩の質は吟味しましょう。市販の精製塩は塩化ナトリウムが 99% と高濃度で、体内に入ると活性酸素を生じさせるうえ、自然塩と比較すると現代人に不足しがちなミネラルも含まれていません。

また、環境汚染が進む中、海の汚染は深刻な問題です。なぜなら、塩の質にも影響を与えるからです。

ムスピの会では、汚染の少ない天然塩のみを取り扱っています。



汚染の少ないオーストラリアの湖塩に炭素埋設を利用して木炭熟成加工を施すことで、エネルギーの高い塩になりました。

汚染の少ない太古の海水がマグマの熱で溶けて結晶化することでできた還元性焼成岩塩です。

寿塩

内容量：950 g
販売価格：1296 円 (税込)

少し元気のない野菜も浸け置きでシャキシャキに！にがりを含まないのでお魚料理にもおすすめ！

リ・コエンザイムバイオソルト (食用)
内容量：300 g 販売価格：1620 円 (税込)

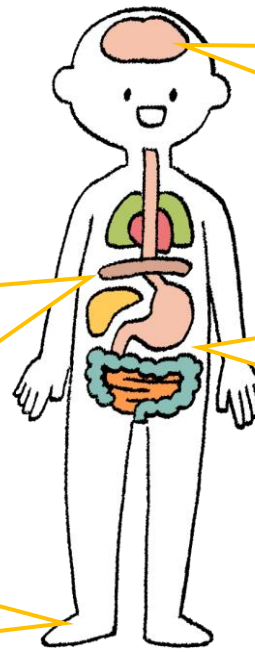
浴槽に入れると水道水の塩素が還元され、お肌にやさしいお湯に変わります。

リ・コエンザイムスパソルト (浴用)
内容量：500 g 販売価格：1650 円 (税込)

私たちの体と塩の関係

体内にはどれくらいの塩があるの？

体内の塩分量は大人と子供で異なります。大人で体重の 0.3~0.4%、子供では約 0.2% といわれています。



刺激の伝達

神経細胞が、脳に刺激を伝えたり、脳から手や足を動かすよう筋肉に命令を伝える際には、ナトリウムイオンが必要です。

消化と吸収

塩化物イオンは胃酸のもとになり、胃で食べ物を消化したり、殺菌する働きを持っています。また、ナトリウムイオンは小腸で、食べ物から得た栄養を吸収するのに必要です。

細胞を保つ

細胞は細胞外液から酸素や栄養素を受け取り、エネルギー消費によって代謝・産生された老廃物を体外に排出することで活動しています。ナトリウムイオンは、細胞外液に多く含まれ、細胞が正常に働けるように、細胞の中と外の濃さのバランスを一定に保っています。細胞外液の濃度は 0.9% と食塩水と同じ濃度になっています。

保湿・血流改善 (入浴剤として使用時)

塩の保湿作用が体を芯から温め末梢血管の血流を改善し、血行不良から起こる冷え症や肩こりを改善してくれます。

