

ムスビの会ニュース

発行
ムスビの会
出版部
7月の月齢
下弦 7/2
新月 7/10
上弦 7/17
満月 7/24



宇宙生理学入門⑩ イメージ力を育てる

イメージが心身へ及ぼす影響

みなさんは、イメージの力を知っていますか。イメージを想像力と言い換えてもいいですね。たとえば、その場にその人がいなくても、嫌な人のことを思っただけで怒りがこみ上げてきたり、反対に素敵な異性のことを想像しただけで、ときめいて心臓がドキドキしたことはありませんか。子供の頃、明日の遠足のことを考えただけで、嬉しくて夜眠れなかったり、大勢の前で研究発表する場面を想像しただけで、手に汗が滲んだとか、怖いことを考えたら鳥肌がたったというような経験は誰しもあるはずですよ。梅干しだって、想像しただけで唾液がでますよね。

これらの例からもわかるように、イメージは自律神経を通して肉体に作用し、呼吸や体温、筋肉の緊張や弛緩、ホルモン分泌などへ影響を及ぼします。また、イメージには怒りや緊張、トキメキ、喜びなどさまざまな感情を湧き上がらせる強力なパワーを秘めています。この想像のエネルギーを上手に使用すれば肉体も意識も活性化されますが、間違った使い方をすれば心身が破壊されてしまいます。

日々、将来行きたい学校や就きたい仕事、やなりたい自分、付き合いたいパートナー、住みたい家や場所、構築したい人間関係、理想的な家庭の姿などをイメージしていれば、それだけでトキメキやウキウキ感、ワクワク感が湧いてきます。反対に事故や怪我、病、失敗、ミス、失恋、裏切り、離婚、失業、倒産といったネガティブなことばかりをイメージしていると、身体が活力を失せていきます。

イメージの使い方が人生を左右する

イメージの使い方で人生が豊かにもなれば、苦しくもなります。イメージの使い方ひとつで天地逆転するくらいの変化が起きるのです。優秀な野球選手は、イメージトレーニングの際、打てば当たる姿を絶えず想像しています。また、オリンピックのメダリストに共通するのは、「自分は最高」というイメージを常に抱いていることです。「自分はだめだー何の価値もないー」という想像力では決してメダリストにはなれないのです。

ネガティブなイメージを持たないためには、暗いニュースばかりを報道しているテレビや新聞を見ないことです。マスコミが発信する情報は不安や心配、恐怖を煽るものが多いため、そうしたネガティブ情報はかりを見ていると、我々の意識は低い状態に留まっています。いわばマスコミの情報が、我々の意識を低次元のフィールド(牢獄)に閉じ込めるための洗脳装置として機能しているのです。本来、ニュースに頼らなくても、必要な情報は直感を通して潜在意識から提供されます。

新型コロナウイルスに関しても、恐怖を与える情報ばかりしか出て来ませんが、本来のウイルスの目的は人間への情報提供です。人間の遺伝子のアップデート(更新プログラム)に必要な情報をDNA(メッセンジャー)としてもたらしてくれているのです。今後、気象変動により地球環境が激変すると思われれます。そうした環境の変化に対応できる適応性を高めるためには、新たな情報が必要となります。合成化学物質や有害重金属、放射性物質、環境ホルモン、電磁波等による複合汚染によって人間の免疫力は、年々弱くなっ

てきています。そうした汚染環境でも適応できるような最新の情報をもたらしてくれるのがウイルスの本当の役目です。

したがって、ウイルスをありがたい存在と感じていると、人体を傷つけるどころか、反対に人間のバイジョンアップ情報をもたらしてくれます。反対に、ウイルスに対して不安と恐怖を持つと、そのイメージによって病的な状態を引き寄せます。イメージの持ち方の違いです。ガンに対しても同様で、恐怖をイメージするの、血液の浄化装置としてありがたく受け入れるのかで、その後には現実化するものが全く変わってしまふのです。

イメージの力で社会を変える

コロナ禍で社会環境が一変し、先行きが見えず、将来に対して夢や希望が持てないという方が増えています。このような社会的閉塞感から脱皮するためには、先ずは、なりたい自分、理想的な環境、社会、地球をイメージすることです。多くの人が未来に対して素敵で楽しいイメージを持たれたら、それに従って社会は変わっていきます。

まずは日々素敵なことをイメージすることからやってみましょう。繰り返しの力(鍛錬)によって、イメージが身につけていきます。それにつれて、身体や、身の回りの現実にも心地よい変化が表れてくるでしょう。

ムスビの会 岡部賢二

薪火二度焙煎 自然在来茶樹

川根薪火 三拾年番茶 (微粉末タイプ)

新発売



内 容 量 : 50 g

販売価格 : 1296 円 (税込)

静岡県の山奥にある川根茶の名産地・笹間地区で 30 年放置された在来種のお茶を薪を使い鉄釜で焙煎し、半年間熟成させ再度焙煎（二度焙煎）することで芳醇な香りあるお茶になりました。

溶かすだけで簡単・便利！

お湯を注ぐだけで直ぐに飲めるので、外出先でも手軽にお茶が楽しめます。微粉末なので溶けやすく、料理やスイーツなどアレンジの幅が広がります。

低カフェインでカテキン豊富！

12 月から 3 月までの冬場に刈ったカフェインの少ない茶葉と茎を使用しているため、お子様や妊娠中の方、ご年配の方にも安心してお飲みいただけます。微粉末にすることで、苦み成分（カテキン）もまるごと摂取できます。

ミネラルと食物繊維をまるごと摂取

茶葉と茎を丸ごと摂ることで、不溶性のミネラル（補酵素）や食物繊維を余すことなく摂取できます。ミネラル不足の方やお通じが悪い方におすすめです。

腸内環境細菌の活性化

陽性なでんぶん質（難消化性多糖体）が腸内細菌を活性化してくれます。

おいしい飲み方

- ・お湯 150cc~200cc にティースプーン 1 杯が目安になります。お好みで濃さを調整して下さい。
- ・豆乳に混ぜてラテに。陰性な豆乳が中庸になります。スパイスとブレンドして、チャイにしても美味しいです。
- ・クッキーやケーキの生地に混ぜることで、砂糖や小麦粉による冷えが予防できます。
- ・パンの生地に少量混ぜると、お茶に含まれるミネラル（補酵素）が発酵促進剤として働き、発酵が一段と良くなります。
- ・甘酒に混ぜると、香ばしい風味が楽しめます。
- ・夏は、寒天に混ぜて作る番茶ゼリーや、アイスクリームもおすすめ！



この一杯が里山を守る

高齢化や後継者不在で放置された茶畑の刈り取りを代行し、商品化する活動を通じて、里山の環境保全に貢献しています。



ムスピの会 HP はこちら