

「シークレット後編」セミナーのご質問への答え

この度は2022年12月度の弊社WEBセミナー「シークレット後編」にご参加いただきまして、心より御礼申し上げます。

下記の質問やご意見を頂きましたので、心を込めてご回答させて頂きたいと思います。

アンケートの答えやご質問、ご意見を頂くことは、まさに私のWEBセミナー開催の“慶びそのもの”です。

開催のパッションやより良いセミナーにしようとする原動力となっています！！

本当にご回答・ご質問、ご意見を頂き心より御礼申し上げます。

★DKさんのご質問

体に害の無い食品を取り扱っているお店でお勧めがありましたら、ご教授をお願い致します。

★回答

我が家では実店舗で食材を買うことは、ほとんどありません。

日本全国の無農薬有機栽培をしている農家や、その安全食品を扱うネット店舗から買っています。一つには“オイシックス”、そして、“ビオマルシェ”、“食べチョク”“ポケットマルシェ”“大地を守る会”などです。適時使い分けている様です。

忙しい人には“オイシックス”が良いと妻が申しています。

★YTさんのご質問

癌も含め病気は体質が酸性であるとかかりやすい。特に現在の食事は酸性の食事ばかりなのでアルカリ性よりの食事を心掛けた方が良いと聞きます。その中で少量の重曹を飲み続けると良い、癌が死滅するとの話を耳にすることがあります。そのあたり詳しくあったら教えて頂けないでしょうか？

★回答

この話は以前私も接して調べた事がありますが・・・

私が心酔するガン専門医の見解では、エビデンスが皆無の“デタラメ”と言う事の様です。

★TNさんのご意見

熱のこもった有意義なお話で、2時間が短く感じられました。

ありがとうございました。小生、視聴対象年齢からは外れていると思いますが、牧平社長のお話に頷きながら、日々の実践は続けていいんだと鼓舞されて、拝聴しました。低所得層が蝕む国保の闇は深いですね。

令和6年の豊橋移住が、心身健康な状態でできるよう、正しい知識に基づいた適切な食生活を送ります。特に血糖値のお話は身に染みました。

よければ、カタカナ表示の原語の綴りを同時に表示いただけるとありがたいです。

自分で調べましたが、ちょっと手間がかかったためです。

重箱の隅をつついて失礼ですが、漢字変換が2箇所気になりました。

メイラード反応のお話のところで「AGEの精製」は「AGEの生成」ではないかと思いました。リーキーガットのくだりで、先に「生成された小麦」と表示され、続いて「精製された小麦」と表示されましたので、こちらは「精製」のほうかなと思いました。

お気を悪くなされなければ幸いです。ありがとうございました。

★御礼

ご意見ありがとうございます。お答えさせていただきます。

・カタカナ表示と同時に英語表示にと云うご希望ですが、今後“なるべく”そのような努力をさせて頂きたいと思います。

・誤字のご指摘本当にありがとうございます。時々やらかすポカでございます。

お恥ずかしい限りです。私の場合、ブログをはじめ殆ど文章の見直しをすることがありません。今後も細心の注意をしますが、万が一、またポカしましたら広いお心でご容赦をお願いします。

実はお恥ずかしい話で、ご指摘以外にもう1か所セミナーをやりながら気付いた誤字を自分でも発見したのです（笑）

★☆☆★某聴講者様の心の葛藤★☆☆★

牧平さんの言われるように私も日本の衰退、没落は避けられないと思っています。それに巻き込まれないように、早く何かしらの結果を出さないといけないという焦りばかりが募ってきます。事実なのでしょうがない事かもしれませんが、日本に関しては負の情報が多く楽しむ事が難しく、生き苦しく感じてしまいます。

☆☆☆小生の感覚☆☆☆参考になればとの思いから・・・（笑）

私は一つの言葉を持っています。それは「辛い事、苦しい事は許しも無く勝手に向こうから押しかけてくる。楽しい事は全く勝手には押しかけては来ない。楽しい事は自分自身で決断し実行するしか他に方法は無い」

苦しい事を苦しく無くする唯一の方法・・・苦しい現実を受け入れ徹底的に調べまくり熟知する事である。何故に？苦しいか？？？苦しい未来はどうなるのか？？？不確定だから心に負荷がかかり不安が生まれるのです！学びつくして確定させてしまえば、それは受け入れるしか他に方法など無い事実です。

人にとって一番苦しい事、怖い事は「死ぬ」事です。105歳まで現役医師として生きた元、聖路加看護大学学長、聖路加国際病院院長、国際基督教大学教授「生活習慣病」という言葉をつくり、予防医療や終末期医療の普及に尽くした聖路加国際病院名誉院長の日野原重明（ひのはら・しげあき）氏も104歳の時に「死ぬのは本当に怖い・恐ろしい」と述べられています。

目の前で何千、何万と云う死を看取り「死ぬ」と言う事が本当に判るからストンと出てくる言葉でもあると思います。「死ぬ」と云う事が本当に理解出来ないと「生きる」と云う本当の意味も見えてこないのだと私は思っています。以下参考図書

生物はなぜ死ぬのか (講談社現代新書) 新書 小林 武彦著・・・特におすすめ

ヒトはどうして死ぬのかー死の遺伝子の謎 (幻冬舎新書) 新書

☆☆☆今できる最善を今の今やりきる☆☆☆・・・そして空を見上げて、その“青さ”を心で感じる⇒そうすると確実に毎回、“ありがたいなあ～～～”と心の奥底から、この感情が沸き上がってきます⇒日々不安で苦しい日本と云う国で生きる為に私がやり続けていることでもあります。

自分一人ではどうにもならない事を、どうにかしようなんて考え続けても答えなど出ません。1億2,485万人の頂点に立ち首相にでもなり権力を持たない限り1mmも不安など消えません。どうにもならない何の意味も無い事より、自分で確実に出来る効果が有る事に専念しましょう⇒今回のWEBセミナーシークレットもそんな若者を心より応援する為に開催させて頂きました。

“知ると云う事”（知識を持つ事）は殆ど意味がありません。日本のちまたの学びは、ただ“知る”だけで完結しています。知る⇒気付く⇒行動する！！このサイクルを死ぬまで回し続け世の中に貢献する事、これができて初めて価値を生みます。そう、私は「人は人によってしか磨かれない」というわが師の出会いと真なる学びの悶絶と経験から来る信念を持っています。

今回のシークレットセミナー後半も実は当初講習スライドが説明等々を入れ300枚を超えてしまっていました。1枚のスライドを本当にわかりやすく説明する為には1枚1時間程度の時間が必要な程、とてもディープで専門的な内容（普通の医者でも知らない事有り）です。しかし、2時間の制約がありますから・・・約300枚を76枚まで減らしました。そして前夜の夜中に新たな気が突然起きまして、朝、新規の7枚のスライドを追加して83枚とさせて頂きました。

私がやらせて頂く弊社のセミナーは準備期間が一つのセミナーで約2か月程かかります。そして、その2か月の間に・・・スライド内容が、書籍やペーパー（論文）なども読みまくり、あれも伝えたい、これも伝えたいと、つつい増えすぎて、減らす、また増えすぎて、減らすを何度も何度も繰り返してしまいます。そしてテーマが同じでも内容は何時も何時もアップグレードし続けています。同じものは一つも有りません。

弊社のセミナーの真の目的は・・・ご縁が有る受講者の皆様に、真なる学びへの・・・「気付き」・・・を獲得してもらう事が主眼です。たった2時間程度の知識（情報）では人は変わる事はありません。

真なる学びの本質も人としての価値ある教養も座学では無く実践により真の価値が生まれ、その実践（利他行動）の強い原動力となるきっかけが「気付き」です。「気付き」による利他行動の繰り返しにより若者は磨かれていきます。

まあ～そんな具合でやらさせて頂いています。
今後よろしく広い心で見守り下さいます様にお願い申し上げます。

☆以上ご回答させて頂きました。

★★★日本は原理原則を無視し続け真っ当に生きる事、ただそれだけでも難しい国に成り下がりました。

日本で生きる事に不可欠な事が・・・「真なる学び」と「豊かな感性（感謝心＝利他心）」・・・なのですね・・・共に学び続けましょう。

ハーバード大学の長年の研究でも明らかな様に・・・

人の幸せ感とは人間関係が良好でないと成立しない。

そして人も魚もあらゆる生き物が同格・同質の価値観でグルーピングをする！

生きるとは、学ぶ事なり、太古より・・・

利他に生かして、学ぶ意味有り ですね！

弊社WEBセミナーシークレット後編にご参加頂き、貴重なご質問やご意見を頂きまして心より感謝申し上げます。ありがとうございました。まきひら

次回は2月4日(土)シークレットセミナーを開催します。

ぜひご参加下さいませ。