



山梨 浩利先生のこころとからだを癒すアート 「太陽」

本誌を横にしてご覧いただくと、3D(立体的)にみえてきます。この時、脳波は自然界(地球)と同調しています。眺めることで心身の健幸に、飾って場の浄化などにもお役立てください。

山梨浩利先生の HADO講座

第38回

HADO(波動)的観点からみた 食材 その15 グレープフルーツ

HADO(波動)の概念

HADO(波動)数値とは、生体・細胞が感じる度合いのこと。

プラスの数値は生体・細胞が共鳴・同調していることであり、この数値が高いほど、生体・細胞が「喜び・感謝している」状態を示しています。

逆に、マイナスの数値は生体・細胞が非共鳴・拒絶していることであり、この数値が低いほど、生体・細胞が「嫌がる・拒否している」ことを示しているといえます。

すなわちHADO(波動)数値とは、自然の一部である人間と、自然界の摂理との調和度合いの目安となるものです。

これから旬を迎える果物グレープフルーツ。アメリカフロリダ州からの輸入物が多いですが、最近は国産も少し始めています。

世界最大の産地アメリカでは、グレープフルーツが「がん予防に有効な果物」とされていて、昔から積極的に摂取されています。

今回HADO(波動)測定に用いたのは、果肉が赤い「ルビー」種。日本でみかけることの多い「ホワイト」よりもアメリカでは主流となっていて、ベータカロテンやリコピンといった栄養素がより豊富に含まれていることがわかっていきます。

がん予防に有効とされているのが「リモニン」という苦味成分で、その含有量は他の柑橘類と比較しても群

を抜いています。リモニンには、身体に不要な物質を排出する効果があつて、それはそのままHADO(波動)数値の高さにもあらわれています。

老若男女を問わず

多岐にわたる健康効果

グレープフルーツのビタミンC量も注目し値します。なんと、1個で1日分の所要量をほぼ満たしてしまうほどで、肌荒れにもよいことは「皮膚」の項目をみても明らかです。

他にも、血中の脂肪やコレステロールを減少させ、心筋梗塞や脳梗塞を予防する働きは「動脈硬化」「クエン酸」による回復効果は「疲労」、リコピンによる抗酸化作用は「過酸化脂質」、ベータカロテンの作用は「視力」の各

項目へそれぞれ反映されているように、グレープフルーツは老若男女を問わず多岐にわたる健康効果が期待できる食品なのです。

ただし、血圧を下げる薬の中にはグレープフルーツと相性のよくないものもあるので、心配な方はお医者さんに相談されるとよいでしょう。

| グレープフルーツ | |
|----------|-----|
| 免疫 | +13 |
| がん | +12 |
| 皮膚 | +12 |
| 血液 | +11 |
| 動脈硬化 | +10 |
| 疲労 | +13 |
| 過酸化脂質 | +11 |
| 視力 | +12 |
| 心臓 | +12 |

HADO(波動)数値は0を基準として+20から-20までの数値で測定します。

+15以上
癒し効果の高い極めて優秀な食材

+10以上
健康に役立つ優秀な食材
(肉・卵は+7以上で該当)

+6以上
一般的な食材
(肉・卵は+4以上で該当)

0以上
少し低めのレベルの食材

-の数値
健康に負荷がかかる可能性のある食材



エヌ・ピュア 研究開発顧問
山梨浩利

1962年静岡県焼津市に生まれる。1985年中央大学理工学部工業化学科卒業。大手食品会社で主に食品の研究開発に従事。数々の商品を世に送り出す。サトルエネルギー学会、機器検討委員会などにも参画。その活躍は、広く海外にまで広がっている。
現在、山梨事務所を設立し、微生物・発酵・鉱物をテーマにした本物商品の研究や企画開発などを行っている。(株)エヌ・ピュア 研究開発顧問。
著書に『見るだけ聴くだけ 超快眠! C D ブック』同超開運! C D ブック』がある。