

## 第1章 食と意識で運命が変わる

命を運ぶミクロコスモス（無限の小宇宙）	16
人生を変えた一冊の本	18
明治期の日本人の驚くべき体力の秘密	19
内面と外面の一致が運命の歯車を回していく	21
有名人、セレブが実践するマクロビオティック	27
現代を襲う食環境と住環境の悪化	29
発酵食品とミネラルのもつ力	32
イグサの驚異の浄化力	34

## 第2章 ミクロコスモスを覚醒させるファスティング

ファスティング（断食）は引き算の健康	38
江戸の観相の大家、水野南北の生涯と食が運命を変える	42
運命転換のシンプルな3つの方法	45
ファスティングの効果を実証したカネミ油症事件	49
カロリー制限が寿命を伸ばす	51
人体を覚醒させるファスティング	53

## 第3章 細胞感知力を上げて見えない世界を認識する

認識したものが存在する量子の法則	58
細胞感知力のレベルを上げていく	60
高速で回転している細胞の構造と仕組み	62

## 第4章 人体の小宇宙／素粒子・微生物・ソマチッドの神秘

人体は電気エネルギーで動いている	67
細胞を動かしている原動力「プラーナ」	69
感情が細胞に与える重大な影響……感情と臓器の相関関係	74
人体に存在する常在菌	80
超微小生命体「ソマチッド」の神秘	86
プラーナとソマチッドの類似性	90
ソマチッドと意識との関わり	94

## 第5章 DNAと宇宙は繋がっている

人体を形成している元素構成	100
地球と人体は相似している	102
地球生命圏ガイア理論	103
銀河を支配するプラズマ宇宙論	107
電磁波と磁気の乱れと地磁気不足の障害	111
地球と太陽の周波数「シューマン共振」に沿う生き方	115
大地のエネルギーを補給する「アーシング」	119
地球の地磁気の流れに沿う北枕	121
電気的性質を身にまとう人体	123

## 第6章 プラズマが生み出す宇宙の渦の神秘

プラズマが宇宙の渦を生み出していた	126
プラズマニプラーナニソマチツド	131
呼吸を制するものが人生を制する	132
すべての細胞は光を放出している	135
靈魂の正体ニプラズマ	138
六角形が見えない世界と見える世界を繋ぐ鍵	140
イグサの灯芯とフラワーオブライフの驚くべき類似性	144
引き寄せの法則の本質	149

おわりに	152
------	-----