

この紙面は山田健康センターのホームページ上でもご覧いただけます

山田健康センター 検索



第164回の西式甲田療法勉強会は 10月10日(土) 14:00~八尾市プリズムホールで、「体とところを修正する運動・六大法則の実習」¥600。断食はすまし汁断食 ¥400。体操が出来る服装でお越しく下さい。 **数日前までに事前申込が必要**

## 食を大切に考える人は少数派？

この仕事柄、健康を職業とするひとからのアプローチがときどき有る。それは、困ったときに判断を求められる唐突なこともあれば、実は自分が本調子で無いのでこのメソッドを試してスキルアップしてみたいというケースもある。一昨日ふらりと来店された人は後者の人だった。伺ってみると助産師さんでかつ役所勤めで市民の健康をリードしていく立場であるらしい。

「大切なお仕事をされていらっしゃるのですねえ。なら、折角のいい機会なので、ご自身が更に健康度を高められて、ご経験を積まれると仕事に厚みが付いていいですね。」「そうなんです。これまでに何度となく食の在り方を説明して元気になって貰おうと思って色々活動してきたのですが、そんなことに対し聞く耳を持たない人達ばかりで、こちらが疲労してしまいました。」「医師と対等な資格をお持ちなんですから、妊婦さんのニーズに向けて、丈夫な子宝を授かるお手伝いをなさったら喜ばれることでしょう。」「そう思っているのですが、こちらのように食の大切さを感じる人はマイナーでホント居ませんヨォ〜今の時代は、食の喜びを追及したい人はいくらでも居ますけれど...」「ホントそうです。でもマイナーではあっても全く無くも無いですよ。その少ない機会に体験してもらいキチッと真価を知って貰う、それを積み重ねていくしかないでしょう。特に今は健康志向が強くて、情報社会ですから、失礼ながら変わったやり方には変わり者が辿り付いてくると感じます(笑)超常識者が。」

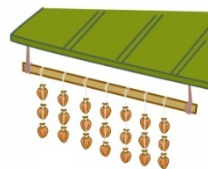
## 単独より連携を

会話中に同じような心境を抱いたことがあった過去が思い出される。この方と同じ年齢であった。「まずは、共感を得られるお医者さんを何とか探し出して、その方とタイアップ出来たら随

分やり易くなるのではないのでしょうか？」一つの突破法で水を差し向けてみた。すると「いやア、医者とはダメです。そんなことに興味を示しません。食のことなど何も知りませんよ。関心のありようが全然違い話になりません。」とスパッと一刀両断。「じゃあ食を大切に考えるパワーありそうな活動家でもいいでしょう。」「...フーン、なかなか? ...」

その点は共感できるし公務員という立場も微妙だ。世間的に認知されにくい方法を広めて行くことは確かに困難に思える。亀の歩だが一つひとつ実例を積んで納得してもらい、困って切羽詰まった人を救うのが順路なのかもしれない。

「やはりまずはあなたご自身が食事量について体験され、身体の変化を観察するなどして確信を深めていけば説明にも熱量が増え、他人への説得力と人徳を備えていけるでしょう。そうならば他者の信頼を得易くなるのでは?」「そうです。」「または目標を助産に特化して、大人の宿便に相当する新生児のカニババを完全に排泄させて、より良い人生のスタートを手助けするという方向もよろしいのじゃないでしょうか。まあそうしていく間にきっと理解してくれる援助者が登場してくると思いますけどねえ。」「...なるほど~」



## INORI

若いと同じ方向性を抱いた人に出会えて久しぶりに楽しい時間が過ぎた。

思わず無意識にエールを送っていた。だがしかし他人の信頼を勝ち取るというのは、相手があることで思うほど簡単ではない。まずは疑ってかかる人が多い昨今の社会であれば尚更だ。その時に頼みになるのは誠実さ、経験と見識それに情熱など自分の全人格。どうか職場の人達や病院関係者達とあまり張り合う事無く、一念を貫いて行ってほしい。

## 如是我聞 甲田語録 19

> 他人が第一という心掛けが..... <

前回、人様に布施をする事が大事と言いましたが、差上げるのは何もモノや金とは限っておりません。財力を持ち合わせていなくても布施をできます。雑宝蔵経に「無財の七施」が記されております。七つの布施を挙げていきますと、いつもニコニコした表情を振りまく和顔悦色施、優しさに充ちた言葉や気持ちよい挨拶言葉などの言辞施、好感持てる眼差しや表情を現わす顔施、温かい心遣いや同情をして差上げる心施、他人の為に献身的に陰で汗をかく身施、困っている他人に席や順番の権利を譲ってあげる床座施、食う寝る所に困っている人を寝食で快くもてなして差上げる房舎施。以上の7つを指しますが、こうしたことであれば心掛け一つで誰にでも出来ることばかりです。そして、それを実践する者にこそ自分の運命を変える可能性を秘めております。病氣直しをする者はよくその辺を考えて、体の宿便取りばかりでなく心の宿便取りのためにも無財の七施を実行していただきたいものです。自分にとって不利益でありそうなこれらの方がむしろ大切だとも言えます。共感から始まるそういう無私の心掛けでの振る舞いがやがて病気を消し去るのです。

**野良仕事のパンセ.....** 樹齡が最高だとされるメキシコに生える松科の木をテレビで見た 畑仕事には無縁だと感じていたが 地球上に現存する最古の植物ではある 蔬菜たちのいのちは90日とか長くても一年、宿根類でも十年かそこらである そう考えると この古木は四千五百年くらいだそう で途方もなく長いものちである その姿たるや枝の一本以外は枯死しており 形骸だけを維持している異様な姿である 環境的には不利な土地柄だから、限られた栄養で一部の根だけが生き残るのだとか 生命とはかくもしぶとく 生き延びるものなのかと驚嘆させられ 畏敬させられる 動物界であれば不可能な年月 別にまた ある針葉樹の巨樹では子孫を育む松ほ くりの中に 数百の小さな種を抱いており 種は普通ではその中から出られずに枯死する 運命だ で 雷による自然発火の山火事が20年に一度くらい発生 その熱で松毬が開いて遠くの新天地に種を弾き飛ばすそうだ 自らは焼き尽くされる危険を孕んでいるのに。何と無私で旺盛な順応力を発揮出来るものか！

### 全国健康むら 21 ネット 第 15 回 健康むら講演会 in 大阪 コロナ時代をどう生きる？

日時：2020年 **11月23日(月・祝)** 10:00~17:00 9:30 開場

会場：エル大阪 5F 視聴覚教室 (京阪、地下鉄谷町線「天満橋駅」西 300m) マスク入場

内容：(午前) 故甲田先生講演ビデオ、森美智代「靈性も高まる少食法」(森鍼灸院)、分科会報告

(午後) 昇幹夫「元気で長生き〜」(笑い学会副会長)、福原宏一「症例発表」(医博、日本総合医学会 関西西部会長)、槌田劭「土と共に生きる」(使い捨て時代を考える会相談役) パネルディスカッション

参加費：健康むら会員前売り 2000 円 / 非会員前売り 2500 円 定員：先着 54 名

申込み：郵便口座に振込み・00930 5 102781「全国健康むら 21 ネット」半券当日持参で受付

問合せ：山田健康センター 072-997-6177 <コロナ感染拡大により変更があるかも？>

### 当センター主催 第 15 期 西式甲田健康法勉強会・今後の予定

今期も、昼食に断食メニュー体験を併せて行ないます。1日断食を断行するきっかけになりますので、朝食抜きでどうぞ奮ってご参加下さい。講習会参加費 1回 600 円・断食食 400 円(自由)事前申込必要。

第165回	11月21日(土)12:00	生野菜や玄米など少食の試食会	別途食材費 ¥900
第166回	12月12日(土)14:00	食べたらずすのが秘訣・宿便論	寒天断食