

2010年  
7.8月号

# センター日記

発行：山田健康センター  
大阪府八尾市桜ヶ丘2-76(072-997-6177)

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55回の西式甲田療法勉強会は9月11日(土)14:00山田健康センターで「健康法のあらし」と体験者談を聴く。¥500。事前申込制。今月の断食は「寒天断食」13:30～  
くも膜下出血、緊急手術

ご家族の方が突然来店、「急に押しかけてすみません」聴くと、若い息子がくも膜下出血のため職場で倒れ、救急搬送、緊急手術でいのちは取り止めたらしい。もともと高コレステロール血症を指摘されていたようだが、100kgを越す巨漢で食通だったそう。これは誰が見てもウェイトコントロールを要求されるケース。後遺症は意識障害と記憶障害が残ったものの軽くて幸いだったようだ。血糊が拡大しつつあったが開頭術で処理できたとか。さて、問題は一段落した後別箇所に血栓と動脈瘤が発見されたこと。やむなく再手術、クリッピングで破裂予防はしたらしい。これで一応退院し、あとは通院で機能回復訓練とのこと。こういう状況からすると再発防止策を考えねばならない。緊急時には現代医術に託すべきだが、彼のようなリハビリ期の生活指導の中で、食生活指導の部分はやや弱いように感じる。つまり、「食事リハビリ」の重要性が軽んじられているのではないだろうか？

## 少食断食は自己融解

食べ過ぎの害はなにも「ドロドロ血」から出血し要らぬ所に血糊を残すという結果だけに止まらない。腫瘍をでかしたり、ほくろやイボといった皮膚上に余分な出来物をこしらえたり、水分代謝異常から水が溜まったりと生きるのに不必要なモノをこしらえてしまう。一方、腹8分以下の栄養状態にしまえば天の配剤は実に巧妙なもので、真っ先に不必要な部分を自然に融解しそれを栄養にしようとするメカニズムが在るのである。根気よく続けたら血中の脂肪分だって消えていくし、肥大変形した関節部だって高い眼圧だって修復する。勿論この人のような組織に漏れ出した血糊だって吸収されてしまうのである。従って圧迫を受けている脳細胞も脳神経も負荷が取れて機能が復すると言う訳だ。さらに付け加えると生食はなお一段と威力を増す。こうして、体自身が持つ修復能を最大限に引き出してあげるようにすることも立派なりハビリである。しかも食事なぞ自立的に行なえる点では通院の労力も費用も他人との関係ストレスも不要。こう考えるとリハビリ生活の第一を食と排泄に置くべきではないだろうか考える。こうしたことを細かく病院に求められないのでこれは自分でやるしかない。それには普段から自分にとっての腹8分を経験しておくべきだろう。

## 祈り

さて、息子さんだが自分の腹8分を知っているだろうか。30数年このかた経験したことが無いのではと想像する。腹8分を2,3日ならともかく数ヶ月、1年と続けるなんて大方の日本人は経験しない。「これは千載一遇のチャンス」と思えるような気根の持ち主は少ないし、むしろ変わり者に類するのかもしれない。ただし変わり者にしか判らない真理も在ると思う。人物は分らないが「どうしても元のように健康に戻りたい。」との念を強くし、行ずる努力を積み重ね、苦痛を習慣に変える忍耐力の持ち主でありますように。幸い、仕事上では苦勞の多い地位にあったと聞くから彼の見識と胆識に期待したい。



(弊店でサンプラザ中野くんさんと)

## 「現代の仙人」森美智代さん

### 映画化に続きアメリカ・ダラス市の日本人向け月刊新聞で紹介さる！

今春「全国健康むら21ネット」大阪大会でプレ上映されご覧になった方もいらっしゃると思いますが、森さん初め甲田医院の患者さんや識者の証言を交えたドキュメンタリー映画「不食の時代」が反響を呼んだのは記憶に新しいところでしょう。ところで、国内だけでなく海外、キリスト教の支配地アメリカでも『食べない(少なく食べる)』ということに驚きをもった評価を示した新聞記事がこのほど伝わってきました。現地での日本人向け月刊新聞5月号に高松文三という記者(またはライター)が3段抜きで紹介しているもので、難病「脊髄小脳変性症」を患った二人の若き日本人女性の全く反対の結果の人生に触れてキリスト教の教義を考えているものです。ひとりは「木藤亜矢」さん。発病後約10年で闘病の甲斐なく若き生涯を終え「1リットルの涙」の主人公として単行本や映画が日本の多くの人々の涙を誘ったことで有名であると紹介し、もうひとりはやはり同い年の森さん。少食や断食といった想像を絶する闘病の拳句『完全に治り、今ではコップ一杯の青汁で鍼灸師として一隅を照らす充実した人生を送っている』と記述する。

そしてこの対照的なふたりの生涯について、ともに『菩薩である』と論評する。即ち『木藤さんは死をもって我々日常の奇跡有難さを教え、森さんは生をもって偏在する大宇宙の真を教えてくれた。』と結んである。特に森さんの断食による治癒に文章を割き、『キリストの教え「パンのみによって生きるにあらず」とはよく聞く言葉だ。森さんの例を見ると確かにそれは文字通りそうなのだと思う。聖書では「神の口から出る言葉による」と続く。目に見えないが大宇宙の愛と解釈していいのではないか。神と言い換えてもいい……体に内蔵されている自然治癒力が一度に発動するという事実はまさしく大宇宙の愛の普遍性を物語る……』と教義に照らして解説する。さらに『食を断つという行為はどこに住む人でもどんなに貧しい人でも…どんな状況下でも誰にでも出来る行為であり、大宇宙は最期の切り札を平等に与えたのだ。』と感動を結んでいる。

今から30年前甲田先生が〔断食少食健康法〕で初めて「宗医一体論」を展開されましたが高松さんも同様の心境に立たれたようです。また〔現代医学の盲点をつく〕に記す誰もが自分の意思で健康を確立できる保健法「人民の医学」としての位置づけも共通の認識があります。改めて甲田理論の普遍性を思わせられた記事でした。

#### 山田健康センターの夏季休業の予定

22年8月14日(土)~8月19日(木)

### 22年度西式甲田健康法勉強会の今後の予定(センター2Fで毎月第2土曜)

今期は、昼食に断食メニュー体験の会を併せて行なっています。1日断食を断行するきっかけになりますのでどうぞ奮ってご参加下さい。希望者は申出てください。ただし状況によっては中止勧告、お断りすることもあります。ご了承いただきます。参加費1000円(講習のみは500円)

	日 時	内 容	備 考、断 食
第50回	9月11日(土) 14:00	西式、甲田式総論	寒天断食
第51回	10月9日(土) 14:00	六大法則(体操)	すまし汁断食
第52回	11月13日(土) 14:00	玄米少食の試食会	食事代別途 600円