

Physical Mental Spiritual  
Simple Economical Universal  
Total Lifestyle Change

# トータルヘルス

自然を基調にした健康づくりの情報誌

年6回発行  
年間購読料 〒共1500円  
郵便振替 トータルヘルス 00190-9-173681

第16号

## 巻頭言

### 癒しをもたらすホスピタル

編集部

この秋、米国アラバマ州にあるユーチバインズというライフスタイルセンターを訪れてきた。ここは、本書でも連載中の自然療法の医師アガサ・スラッシュ夫妻が約三〇年前に創設された三十六万坪ほどの土地に建てられた施設で、自然療法による療養所とそれらに関する教育機関がある。ライフスタイルセンターの庭には患者が寝そべて日光浴ができるように、ハンモックや寝椅子、ゆり椅子などが置いてあり、そこに身を横たえれば暖かい陽射しを浴びながら美しい花々や緑に目を楽ませることができる。目の前には果箱にはハチドリが羽を鳴らして飛んできて、果箱に添えられている蜜の容器から蜜を吸っていく様子が見られる。

わたし達日本人が訪れたときにはカンジタ症を患っているという女性が療養に来ていて、少しく言葉交わした。彼女の風貌は一見してこのような疾病に至らせたこれまでの生活が偲べるようなものであったが、この場所で手厚いケアを受けながら、人間としてのささやかな「自信」のようなものも生まれているのが感じられた。

ユーチバインズでは患者一人一人の看護人、二三人の患者に対して二人の医師と水治療士がついてケアにあたる。明るく清潔な病室、栄養と彩り豊かな食料理、個々の症状に見合ったハーブ療法及び水治療法などが提供される。もてなしとも言える程の丁寧なケアと、これほどの暖かい手当てを毎日受けるなら、たといどんなに低いセルフイメージを持っている者でも自分は「人間の尊厳を守られ」「健やかで幸せに生きる事を望まれている」ことに目覚めないはずはない。さらに患者は「自分は偉大な創造者によって創られたものであり、必要とされて生かされ、そして愛されている存在である」ことを聖書から教えられる。そして新しい価値観と新しいライフスタイルを学んで我が家に帰って行く。まさに心身共なるニュースタートの生活を始めるためである。時には、そこで命の最後の灯火が消える患者もいるが、死は単なる眠りであり、再びよみがえる朝があることを知らされる。ああ、なんとすばらしいことであろうかと、キャンパスを歩きながら感動の日々であった。そういえば英語では「もてなし」をホスピタリティと言うの思い出した。傷ついた心と体を真に癒すホスピタルがわが国でも早く見られることを心から祈るものである。

## 目次

巻頭言 癒しをもたらすホスピタル……………1	薬草学の基本論(3) 眼の疾患に効くハーブ……………9
A GREAT NEWSTART 運動(1) ……2~3	こころ、からだ 自分を尊び人を尊ぶ……………10
家庭でできる自然療法 白内障……………4~6	ニュースタートクッキング
健康を作るベジタリアン	低カロリーで秋の味覚……………11
現代医学が語る確かな論拠 牛乳(4)……………7~8	日本健生協会だより……………12