

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 円共1800円
郵便振替 トータルヘルス 00190-9-173681

No. 40

巻頭言

天が地よりも高いように

多くの人が「自然療法は副作用はないが、回復の速度は緩慢だ」という概念を持っているようだ。しかし、病状によっては、この概念は全く当たっていない。その一つに「II型糖尿病」がある。現代医療の見地からすると、一度この疾患にかかると、回復はなかなか難しく、視力の喪失や四肢の切断などの結果に至る場合があるために、一般には大変恐れられている。しかし自然療法の世界から見ると、II型糖尿病は、病気のうちには入らないと言うほど簡単に治ってしまう病気である。事実、米国の自然療法機関「ユーチバインズ」の医師たちは、長年の経験から「糖尿病ほど簡単に改善する病気はない」と述べている。昨年、糖尿病治療のためにユーチバインズに行ったある青年は、日本で七年以上も治療を続けてきて、一時は空腹時の血糖値が六〇〇mgまであったという。家族はこれまでの経過からみて長期戦を覚悟し、とりあえず三ヶ月の滞在を計画した。しかし、この青年がユーチバインズで食事療法と運動を始めてから三週間後には、血糖値が正常値である一〇〇mgにまでなった。彼は現地から報告してくれた。「まさに奇跡としかいいようのない回復速度で、糖尿病の自覚症状もすっかりなくなり、生きていることの素晴らしさを再確認しました。さらに、滞在後半では完全に正常な状態まで回復し、畑仕事を手伝わせていただけると元氣になりました」と。

回復ぶりにおいて現代医療と自然療法で、天と地程の差が出るのはなぜだろうか？ 食事指導の違いや、生活習慣全般の見直しをすることがかなうか？ あるが、もう一つ「薬」に対する考え方の違いもあるように思える。薬について調べれば調べるほど悲しい事実が見えてくる。糖尿病患者が健康を回復したいと懸命に治療に取り組み、忠実に薬を飲む。しかし、実際はそのことが一層病気を抜け出しにくくしているということがある。例えば糖尿病の薬は、続けられ続けるほどインシュリンの抵抗性が高くなって、インシュリン投与がもっと必要になる。薬を使用する人がよくよく覚えておかなければならないことは、薬は決して病気を治さないとすることである。多くの場合、気になる検査数値が薬によって正常値に近くなることと、病状が改善されているということは全く異なっている。薬に対しては用心深い姿勢をとると同時に、それらに替わる確かな方法が、実は身近にあるのだということを知っていただきたいと切に願う。そして、それらの方法を多くの人々に伝えていきたい。前記の青年のように著しい回復の体験をして喜ぶ人々が増え広がるように。

Contents 目次

- 巻頭言 天が地よりも高いように…………… 1
- 生食によるガンの治療 (3) 何をどのように食べるか…………… 2~4
- 生活習慣と寿命…………… 5~7
- 家でできる自然療法 糖尿病 ①…………… 8~10
- ハーブとあなたの健康 コーンシルク…………… 11
- 特別記事 老化と認知症対策…………… 12~13
- こんな体験しました…………… 14
- 日本養生協会だより…………… 16