

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

No. 45

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 00190-9-178681

巻頭言

心暖かいドリーム・メーカーに

ダン・ミラー青年には多くの夢があった。スポーツの素養があり体育の教師を目指していた。ギターによるバンド活動と小型飛行機で空を飛ぶことも夢みていた。しかし十八歳の時に小児麻痺にかかり手足の機能を失った。長期のリハビリに耐えたものの、回復は両足が約20%、左手が50%程度、右手は指がかすかに動くのみであった。しかし、彼は手足がわずかでも動くことに感謝の気持ちを忘れなかった。大学に入り、理解ある教授の指導により体育教師の資格を得、教師となった。その間、不自由な手でもギターが弾けるようになり望み通り、友人とバンドを結成し学費を稼ぐまでになった。

やがて結婚し、二人の子供に恵まれた。彼の次の夢は飛行機操縦であった。誰もが不可能と思えたこの夢も、夫人の献身的な協力によって操縦法をマスターし、大空を飛ぶ喜びを勝ち取った。若き日の夢を次々と叶えた彼は、バスケットボールにも挑戦し、上がらない腕を使ってでも遂には百回中九八回もゴールできるようになった。

小学校長になった彼は、良いことをした生徒を校長室に呼び、その場で親に善行を電話で伝えるなどして、子供たちを励ました。引退した現在は「困難があっても明るく楽しく生きよう」をテーマに、ユーモアあふれる講演で聴衆を励まし勇気づけている。

彼がこれほどのハンデを負いながらも充実した人生を送ることができたのは、彼の前向きな精神とたゆまぬ努力があったからだ。また同時に彼は、これなくして今日の私はなかったとして、自分が出会ったドリーム・メーカーたち(夢を壊さずに、励ましてくれる人々)の存在を強調している。人が夢を語る時「無理だ」ではなく、「やってみよう」「きっとできる」「力になるよ」と励ます人々の言葉は時として不可能を可能にする。

病气からの回復においても同じことが言えそう。身体が最悪の状態にあった場合でも、暖かい励ましの言葉は回復のエネルギーを付与し、どん底から立ち上がることもさても可能にすることがある。ダン・ミラー氏を励ました多くの友人達のように、私たちも夢の実現に向かう人たちを励まし、助けたいものだ。愛する者の健康回復または夢を可能にさせる、心暖かいドリーム・メーカーとして。

ダン・ミラー氏のウェブサイトを

<http://www.dannimillerspeaker.com/index.htm>



CONTENTS 目次

- 巻頭言 心暖かいドリーム・メーカーに…………… 1
- 新連載 肉を食べない100の理由…………… 10~13
- 人格を形成する前頭葉⑤ カフェインとアルコールによる損傷… 2~4
- ハーブとあなたの健康 バジル…………… 14
- 特別記事 検査値の見方…………… 5~10
- 日本健生協会だより…………… 16