

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 千共1800円
郵便振替 トータルヘルス 00190-9-173681

No.56

巻頭言

休息指令□ 天来の声に素直に従おう



人類を悩ますガンは、遺伝子病であることが知られてきた。発ガン物質によって遺伝子が傷つき、その後も修復されず、さらに活性酸素などで刺激を受ければ細胞はガン化する。ガン患者を観察してきたある医師は、ガン細胞がどれほどの速さで正常な細胞を侵すのかを知るために、ガン細胞と正常細胞をひとつの試験管に入れて観察した。一週間後、科学者たちがその中に見たものは、ガン細胞がすべて正常細胞になっていた様子だった。試験管の中で何が起こったのだろうか？ 彼らは、この解明こそが画期的なガン治療につながるかと期待した。その後の研究で、p53という遺伝子の存在がわかった。一九七九年のことである。

正常細胞は一定の休息をしながら分裂を繰り返しているが、ガン細胞は休息なしで分裂を繰り返し増殖している。人体の傷んだ組織が回復されるのは、その器官が休息している時である。したがって、ガン細胞には回復のチャンスが得難い。p53遺伝子は、休みを知らないガン細胞を休息させようと働きかけ、傷ついた遺伝子を修復する。修復不能な細胞には自殺を促す。このような大切な働きをするp53遺伝子であるが、ガン細胞中には極めて少なくなっているという。

現代人の多くは非常に忙しく、ストレスにさらされている。疲労を感じながらも仕事を続け、濃厚な食物で消化器官を酷使し、思い煩いや不安にとらわれて精神には安らぎがない。こうして、心身に語りかける「休みなさい」という生理的指令は脇に置かれ続ける。このような中で休息遺伝子とも呼ばれるp53は、やがて自分の存在意義を失って不活化する。ガン細胞にp53遺伝子が少ないのは、こうした機序があるのではないかと、試験管中にはストレスもなく、休息指令を退け続けるわがままな意志もなかった。だから正常細胞中のp53は速やかにガン細胞に働くことができ、ガン細胞は回復に至ったのではないかと考える医師もいる。

すべての重荷やストレスから解放された時、ガンばかりでなく多くの病が速やかに回復することは数々の症例が示すところである。身体が疲れた、心が疲れた、少し休みたいという感覚は、「休息せよ」と語りかける生理的指令である。その声を大切に受けとめよう。その声に素直に従おう。自分自身をもっと優しく扱おう。私たちひとりひとりには、本当に大切な存在なのだから。

参考資料：「ガンは治るか」サンダ・リー医学博士

一九九九年来日講演録

<http://www.rda.co.jp/topics/topics2369.html>

Contents 目次

- 巻頭言 休息指令—天来の声に素直に従おう……………1
- クッキング ヘルシー冷やし中華 他……………11
- 家庭でできる自然療法 腎臓疾患の予防と回復……………2~8
- 母と子にやさしい自然なお産のスヌメ⑥……………12~13
- ハーブとあなたの健康 コンフリー……………9
- こんな体験しました/お勧め良品……………14
- 生ジュースで生き生きライフ 泌尿器系のトラブルに……………10
- NKKだより……………16