

2010年
10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56回の西式甲田療法勉強会は 10月9日(土) 14:00 山田健康センターで「健康体操実技」。¥500。事前申込制。なお、今月の断食は「寒天断食」13:30～

仏作って魂入らず

私、ここ4~5年体調がイマイチでかろうじて何とか日常を越えられる状態です。来ていました。が最近漸く、情性的に行っていた少食、西式運動や裸などが定着した日常をもう一度再考してみようと思い起ちました。即ち玄米菜食や西式体操を曲がりなりにも10年間やってきたことであり無意識のうちに習慣づいているのですがそれにも拘らず、未だに病気と悪戦苦闘しながら将来のビジョンも描けない現状を思うとき、あと何が足りないのだろうと考え続けていました。そしてふと“想い”に気付いたのです。入院中の甲田医院物療室にあった額「心身一者」が真実なら、最近の自分に足りなかったのは「強い想念を入れていなかった」という点です。即ち同じ食事、同じ体操をしていてもその効果効能を意識する、あるいは願望イメージを抱いて行ってはいなかったのです。そこでもう一度10年前の入院時の初心に戻り、あのときに味わった心身充実した自分を取戻したい心境になったのです。

症状はこころの反映

ここひと月ほど、できるだけ体調がよくなるイメージを強く意識して裸や体操をしたり、飾ってある甲田先生の写真立てに思いを馳せたりする暮らしをしていたら何となく病気のため重い身体が軽くなってきてお蔭で少しは機嫌よく毎日を過ごせてきたように思います。その結果次のようなことに気付かされたのです。

・温冷浴と背腹運動をしていて「よくなる」としっかり思願していると温かいジワッとした感覚が湧き出てくるようになった。

・甲状腺も少々悪くて、この病は自己免疫疾患・自分自身から出るホルモンの攻撃を受けている状態と解釈していました。しかし実はこれって日常の中で呵責の想いを抱いて自分を責めることがあった後に、調子が悪くなっているようなのです。自分自身で原因を作っているような気がする、過敏な身体だからその関係性が解るのかもしれませんが。

・CFSでいつも疲れていて身体が重く横たわっていることが多いのですが、従って家事や買物など起き上がって動き出す第一歩が一番億劫なのです。これまでは血行が悪いとか、ちょっとつまみ食いが過ぎたかなと解釈していたのですが、私の性格つまり未来志向が出来ないことに大きな原因があったと思えてきました。「どうせ体力的に無理だろうな」「どうせこの病気はもうこれ以上良くなるまいのだろう」と引込み思案で考える癖が災いしてなかなか第一歩を踏み出せずにいました。さて、そうしたマイナス思考が深く想念に入り込んでいたからこそ、いくら身体にいいことをしていてもこの結果にしかならなかったのではないだろうか。ある意味当然のこと、「想いが全て」？

・私は頑固なところがあるので、その強情さが肉体面でもこの手足の強ばりを招いているのだろうか。そんな因果関係・因縁ということを改めて思ったのです。心と体の関係は表裏一体といいますが、今回、体が少し回復してきたことでふとその原理法則を感じさせられたことでした。だとすれば普段自分がどのように考え想いをつのらせているか性格の癖が少し時を置いて肉体に反映して現れ、その「結果」が「運命」という形で残るのであ

れば、療法を行っているときにはマイナスではなくプラス思考で臨まないといけないことになる。10年以上前甲田先生にご指導頂きながらやっとそんなことに気付きました。

祈り

彼女の静謐な分析は素晴らしいと感じ入る。古来、信教の深さで癒し効果を上げたり、願望が成就したり、行動に立ち上がるといった例は枚挙できないくらいにあるわけだが、“想い”のベクトルは想像もできない力を発揮するものだ。そしてヒトに感動を与える。この感動が動力源になりまた更なる精進を呼ぶ。その結果の延長に「実現」が待っている。彼女に乗っかる重石が動き始めたようだ。

故・甲田光雄先生「NHK ラジオ深夜便」で再放送！ 2週2回に亘り

・11/7(日)深夜1:00頃から ・11/14(日)深夜1:00頃から 初めての方お聴き逃しなく

西式健康法・上級司教講習会 大阪で開かる

日時:22年11月19日～23日 場所:アネックスパル法円坂(JR,地下鉄「森の宮駅」西8分)
主な講師陣:西 万次郎(本部長)、熊鞍 陽一(元指導部長)、石井 文理(司教会会長)、渡辺 完爾(渡辺医院副院長)、吹野 治(ふきのクリニック院長)、山崎 邦生(岡山健康学院院長)他
参加資格:一級司教有資格者 参加費:1教科につき¥2000 申込締切:11月10日
問合せ、申込先:西会本部 03-5392-2495(TEL)/03-5392-2496(FAX)

必見！ 映画「不食の時代～愛と慈悲の少食」 関西地区上映決定！

「食べることやめました」の著者、森美智代氏の自伝が映画化された。
主演:山田まりや、森、森垣、羽間、赤池、昇、境野各氏他 監督:白鳥哲
甲田光雄医師の在りし頃を偲ばせる数名の証言で構成、ドキュメンタリータッチ
往年の甲田医院を知る者にとって、懐かしい甲田イズムが蘇る秀作！

11月中旬に一週間ほど予定 第7芸術劇場 (サンポードシティ6F)

阪急十三駅西口歩3分 (Tel:06-6302-2073) 入場料¥

10月28日(木)13:00～ さざんか会館5F大会議室 (JR鳥取駅 歩5分) シンプルライフ研究所7周年記念大会の中のイベントの一として。

他に講演会、森氏挨拶など。入場料:¥1500(前売り)/¥2000(当日) 問合せ:栃本 (090-7368-7838) 定員:200名



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。参加費毎回500円(断食食は追加400円)

	日時	内容	備考、断食
第56回	10月9日(土) 14:00	六大法則(体操)	寒天断食
第57回	11月13日(土) 11:30	玄米少食の試食会、注意点	(食事代別途700円)
第58回	12月11日(土) 14:00	排泄の意義、皮膚の強化	青汁断食(葉菜混合)