

<p>第19号 平成22年5月</p>	<p>もう一つの道 情報は、うのみにせず、注意深く徐々に試してください。</p>	<p>山田整骨院 熊本市出水4-25-1 096-364-7611 http://yamadasu.com/ E-mail:yamadasu@opal.ocn.ne.jp</p>
-------------------------	---	--

こ ん な に す ご い 生 菜 食 療 法

2007年4月29日 第2回全国健康村21ネット全国大会のプレイベント、超小食実行者27名のシンポジウムが大阪で催されました。一般的には治らないと言われる難病の進行性筋萎縮症、筋ジストロフィー、潰瘍性大腸炎、再生不良性貧血、乳癌、肺癌、慢性関節リュウマチ、アトピー性皮膚炎、上腕神経麻痺、慢性疲労症候群、脳出血等の患者さん達が体験発表しました。疾病に侵されて医師を頼り、その医師から治療法が無いと言われて絶望した人が、故甲田光雄医師の診察を受け、断食や生菜食を5年～10年かけて実行しました。ある人は病気の進行を止めて（治癒ではない、何故なら生菜食を止めると、又症状が進むので）社会生活を続け無事定年を迎える事ができたこと、ある人は完全に治った事等を報告しました。66才の筋ジストロフィーの患者さんが、生菜食を始めて数週間後、40年以上忘れていた筋肉の感覚が戻ったときの喜びを当時を思い出して涙ながらに話されたのにはぐっときました。

生菜食療法とは何？

西勝造先生が研究、考案された療法です。西勝造先生は10代の頃病弱で、当時の著名な医師から不治を宣告され、自分で治すしかないと古来の日本医学を始めいろいろな治療法を研究し自分で病を克服しました。長じて土木工学の専門家となり、専門の勉強と共に古今東西の医学を研究し、独特の西医学を創始しました。西医学は薬・手術は用いず、精神、栄養、皮膚、四肢を4大原則として病氣予防、治療を行います。生菜食療法は西医学の真髄の一つです。

生菜食は熱力学第二法則に基づいています。カロリー栄養学は熱力学第一法則です。西先生は土木工学が専門ですので物理学や数式を駆使して物事を解明しています。非常に高度な専門的理論で素人には説明はもちろん、理解も難しいのですが、熱力学第二法則による栄養は、宇宙線を考えている栄養学だそうです。原子爆弾を作る原子科学と同じ理論ということです。先生の説明の一端「わたくしの栄養学は、熱力学第二法則を応用したものであるが、その実践としては、色素を含んだものと、生のものとをそのまま

食べることでありまして、いわば緑の菜葉は太陽をそのまま食べることになるのです。また、大根、人参などの根菜類は、地球をそのまま噛ることになります。人間は天地間の生物である以上、太陽と地球とを食べて生きねばなりません。文化生活が向上し人間がだんだん自然を離れていき、料理法というものが発達し、なんでもかんでも火力をつかうから、食物の自然の保有するエネルギーは失われてしまいます。」

10年間一日青汁一杯で過す！

それは大阪の森美智代さんです。25年前、3歩歩いては転び、5歩歩いては転び、医師の診療を受けると、小脳脊髄変性症でした。脳、脊髄が溶けて回復しない、予後5年、つまり5年以内に死亡の診断でした。そこで甲田医師の診察を受けると、断食と生菜食をやればきっと良くなるから、まず5年間実行しなさいと言われて20年になります。

生菜食は菜葉と根菜の5種類以上の300gの野菜で作った絞り汁と生玄米粉100gを、昼と夕、一日に2回食べます。一日の摂食カロリーは1991年までは200カロリー、1995年までは150カロリー、現在は60カロリーで過ごしています。現在の一日の食事量は、一日一杯の生野菜青汁100gです。何故こんなに少なくなっていくかと言うと、以前のカロリーでは肥りすぎて、量を減らさざるを得なかったということです。山田整骨院に森さんの写真が飾ってありますが、ふっくらとしています。パスツール研究所で森さんの免疫力、インターフェロンアルファの量を計ると2万単位で、一般人5千、糖尿病・慢性肝炎で3千、癌で千単位だそうで、とび抜けて高いということになります。又、理化学研究所で森さんの腸内細菌を調べると、牛の腸内細菌とほぼ同じで、アンモニアを蛋白質に変える細菌だそうです。森さんの一日の摂食カロリーは現在の栄養学では説明が付きません。やはり西先生の熱力学第二法則が働いて、常識では考えられない体内活動が行なわれているのだと思います。

あ と が き

今回は難病をも治す完全生菜食療法を記載しました。病気予防、健康維持のためには菜葉を3種類、根菜2種類の生野菜絞り汁を一日にコップ一杯摂れば十分有効です。生菜食が完全な体を作るのであれば、当然、不妊、美肌等にも効果がある筈であり、そういう実績があります。西会本部では、自分で作るのが困難な方のため、6種類の野菜で作ったフリーズドライ粉末青汁を提供しています。