

第 90 号
平成 28 年
6 月

HP に創刊号から
連載中

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。

山田整骨院
熊本中央区出水 4-25-1
096-364-7611

<http://yamadasu.com/>

熊本交通事故, 山田整骨院

<http://www//jiko-kumamoto.net/>

涙と苦悶の思い出

—生野菜食との戦い—

甲田 光雄 (八尾市・甲田医院長) 月刊西医学 昭和 39 年 3 月

去年、生野菜食が健康増進疾病治療に、大変有効であることが一般にも理解されるようになって、全国的な「青汁ブーム」が起こったり、また最近ではクコの効用という奇妙な流行に乗って、各家庭でもクコを栽培して生食にし、あるいはクコ茶にして飲用するようになってきたことは、国民保健の上からも誠に喜ばしいことである。

実際、生野菜食は体質の改造に、体液の浄化に、また細胞の新生に、したがって若返り法として、グローミューの再生と補強に、宿便の排除などに応用せられて、素晴らしい効果を発揮し、その結果として種々の疾患に奇効を奏した実例をあまりにもたくさん見てきた今日、生野菜食の効果に絶対的に確信を持つようになった。

ここで、生野菜食による幾多の難病の治験例を報告して、会員の皆さん方のご参考に供したらよいのであるが、私自身生野菜食を始めて十数年の間、いろいろ失敗もし、困難にも打ち当たってきた、その思い出を述べて、読者の皆さん方がわたくしの体験談から少しでもよいところをお取りになり、一方私の踏んできた誤ちを二度と繰り返されないようにと望む次第である。

一、誤れる生活

私は元来、生野菜食は嫌いで、反対に大の甘党であり大食家であった。そのうえ油濃いものが好きで、肉類なら毎日でも喜んで食べたものだった。果物もビタミンCの多いミカンなどはあまり好まず、西瓜とか熟柿のような、糖尿病体質の人が好む果物なら目がなかった。ごく普通の家庭で平常食べる大根オロシでも、副食としてお膳の上に出た時は、ちょっと箸をつける程度であった。

このような食生活を続けてきたために、少年時代より大病ばかり繰り返して、全く健康に自信を失ってしまっていた。どうにかして健康体になってみたいと思いながらも、皆目その方法が判らないために、かえって健康を害する方向をたどってきていたのであった。…略…

昭和二十五年重症の肝臓病に陥り、どうにもならなくなって、一縷の望みを断食療法にかけて第一回の断食を敢行した際、寮長さんが見せてくれた『西式断食療法』を手にして「これあるかな」と心中快哉を叫んで、前途に光明を見出したころから生野菜食に異常の魅力を感じ出したのである。

二、生野菜を食べ始めて

断食が済んで家に帰ってからは、先ず手近な大根オロシや人参オロシから食べる練習をしたものだ。今なら、人参オロシはご馳走ぐらいに思っているが、あの当時はやはり馴染み難かったものだ。しかし私には馬鹿根気があって、いく日でも性懲りもなく続けたものであるが、まだ青い葉を摺り潰して食べる気にはならなかった。

翌昭和二十六年三月に第二回の断食をやったからは、これらの外にゴマ、ナスなどをすり潰して食べるようになり、夏のこととてトマトなどもふんだんに食べたものだ。食膳に大根オロシの白色、人参オロシの赤色、ナスの紫色、カボチャの黄色、それにトマトの赤色と、色とりどりの生野菜食を眺めながら、これで自分も健康になるのだと心中喜び勇んで毎日毎日食べ続けたものだ。

これは一方では心の慰めでもあったのである。当時肝臓病は少しずつ快方に向かってきてはいたが、一食に一杯の飯しか食べられぬ状態で、今までの大食の癖がまだ取り去られておらない。私には、この一杯だけの飯では心中とうてい満足できなかったのも、せめて生野菜だけでもいく種類も並べて、いかにも沢山食べられるという錯覚を与える効果を狙ったものであった。

この時の私の食事を見て、母や兄達は喜び励ましてくれるところか、逆に「なんとお前は可哀想な奴だ」と悲しむ始末であった。ナスやカボチャをオロシで潰しているのを母が見て「こんなものを食べなければ病気が治らぬのか」といく度繰り返したかわからぬ。

三、本格的な生野菜食に入る

…略…だんだんと青い葉菜の生食に慣れてくるにつれ、その秋の一つ純生野菜食をやってみようかなとの意欲が湧いてきた。しかしある日、一食を純生食にしてみても尻尾を巻いてしまった。「とてもこの食事だけで四十五日も続けられそうにもない。もっともっと生野菜に親しみ慣れてからにすることだ」と自分自身に言い聞かせた。

それからというものは、雨の日も風の日も、一日として生野菜食を休まずに続ける習慣をつけることに努力した。昭和二十七年の元旦にもやはり青い摺り鉢が食卓の上に乗った。厳寒の季節に大雪が降って、八百屋に野菜のなかった時も、自分の家の畠へ行って雪を払いのけて、菜葉を取って帰って摺り鉢にしたのを、今もなお昨日のごとくに涙とともに思い出せるのである。

それなのに、母親をはじめ兄夫婦達は、この私の辛い毎日の行事にあまり協力してくれなかった。それは温冷浴にしても裸療法にしても生野菜食にしても、皆普通の人々からみれば奇異に思われたのであろうし、私が肝臓病でこんなに苦しんでいるのを、家族の者が理解できず、気違い扱いにされておったからである。

したがって、毎日毎日菜葉を自分で洗い、昼も夜もゴロゴロと摺り鉢で摺り潰すことが、私の日課になってしまった。温冷浴でも、水槽はなく盥の中へ井戸水を釣瓶で汲み上げて、その中へ入るといった具合に、いつまでも水槽を造ってくれなかったのも、一日も早く温冷浴のような変わったことを止めてければよいのにと、家の者達が思っていたからであった。

四、大学に復学して

こうして春も過ぎて、私は二カ年の休学を終えて、大学三年に復学することになったのであるが、通学することになっても私の生野菜食は一日も欠かさず続けられた。

医学部の四階の講堂に大きな摺り鉢と摺木を置いて、毎朝飯盒にぎっしり生野菜を詰め込んで登校し、昼になるとその飯盒の菜葉を摺鉢の中へあけて、ゴロゴロやっては昼食にするのであるから、早晚、皆友達に知れてしまった。「おい相変らず鳥の餌を食ってるね。」とからかう友達にも平気で、「おーやっとなるぞ。」と応答する程に皆に親しまれるようになった。

一年ほど経って、公衆衛生の教室に入会ができたので、今度は摺鉢をその部屋に移し、そこでまた二年間生食を摺り潰して食べるようになった。

家に帰れば、また夜の生食を別の摺鉢でドンブリに一杯造って食べるのであるから、えらいもので、特別に大きな摺木をこしらえてあったのに、約三カ年の間に四本も磨り減ってしまったものだ。今この家に、この磨り減った摺木の一本が残っているが、これを見ると当時のようすが手にとるように思い出されて誠に感慨深いものである。次号につづく

あ と が き

甲田光雄先生は、後年、薬を用いない医学界で超有名な先生で、先生のおかげで 現代医学に見放された難病の方々が沢山救われました。私も西医学司教会や菊池養生園等で何度もお姿を拝見し、お話を聴きました。この投稿は大阪大学の学生時代、先生が通ってきた苦難の話です。私共は後年の立派なお姿しか知りませんが、先生ですらこんなに苦しんでいたということで、現在悩んでいる方を力づける話だと思います。久留米の愛康内科の石井先生のお師匠さんです。