

第95号  
平成28年  
11月

HPに 創刊号から  
連載中

## もう一つの道

情報は、うのみにせずに、注意  
深く徐々に試して下さい。

山田整骨院  
熊本市中央区出水 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/>

## 宿便

尾藤 章 著 宿便と潜在意識と (昭和58年発行)

### 西勝造先生の宿便排除

西先生は幼少の頃はお体が弱かったと、伺っております。十六歳の時に父上につれられて東京神田駿河台の杏雲堂病院の佐々木政吉博士の診察を受けたところ、

「この子は、とうてい二十歳までは生きられまい」

と言われたそうです。それで先生は何とかして健康になりたいの一念で古今東西の医学書を読破され、たまたまロシアのメチニコフ博士の書いた「長生法」を読んで宿便の恐ろしさを知ったと申されました。

「宿便こそ、万病の根因である」と悟った先生は、早速、宿便排除の方法を熱心に考えて、「宿便排除にはどうしても断食が必要である」しかし断食には危険が伴う。「良い断食の指導書は無いものか」と探し求めているうち、ドイツ人、シンクレアの書いた英文の「断食療法」の本が手に入り、それをよく読まれて、七日、九日、二十一日間と三回の断食をして、遂に念願の宿便をバケツに一杯程も排泄されたと言いました。

断食は危険を伴いますので無理もない事と思いますが、最初の一週間の時は、奥様が猛反対でどうしても自宅では出来なかったため、止むを得ず、友人の家で奥様には内緒でおやりになったが、二回目の九日間、三回目の二十一日間の断食は、自宅で奥様のお世話でおやりになったと言いました。宿便をバケツに一杯程も排泄して、真の健康体になられたと思います。御年二十四歳の時です。

宿便を一掃いたしますと、体は真の健康体になり、その上、欲しても欲さなくとも、潜在意識が顕現するものようです。それで西先生は西式健康法、西医学を創造されるようになったと思います。西式健康法を天下に公表されたのはそれから二十年後です。

### 私の宿便排除

「宿題を出したい、宿便を一掃したい」

西会に入会して、四、五回西先生のお話を拝聴しますと、私の心は西式健康法に燃えました。そしていつのまにか宿便排除が悲願になりました。「どうしても宿便を出してみたい」と。ですから二ヶ月ごとに行う、二四六八八日の断食等は苦しくていやな気分など毛頭ありませんでした。最初の二日間の断食は心配でしたので、寝床の中でやりましたが、二回目の四日間の断食は重労働をしながらやりました。今、考えますと随分無茶な事をやったと思いますが、若い年代でもあり、気合が入っておりましたからできたと思います。

四日間の断食を終えて回復食になりますと、手の平に一杯程の宿便が排泄されました。その時の嬉しかった事は忘れ得ません。次の三回目の六日間の断食を待つ間の二ヶ月も楽しかったし、六日間の断食中も四日間は重労働しあと二日間は軽い労働をしました。そして回復食になりましたところ、また手の平に一杯程の宿便がでました。黒褐色のネトリした便で、普通の便とは全然違います。

私は断食中も、次の断食を待つ間も苦しいとか、いやだと思った事は一度もありませんでした。宿便を一掃すれば必ず今とは違った人間になる。「変化する」と深く信じ切っていたものです。人間は心の持ち方一つだと思います。次の八日間の断食は二回とも四日間は重労働、四日間は軽労働でや

りましたが、二回とも宿便らしいものは出ませんでした。ちょっと期待が外れガッカリもいたしましたが、体は軽快になり、とても気分は良くなりました。それで、

「私は体はそう悪くない方だからこれで宿便は全部出てしまったのだろう」と思い込んでしまったのです。静岡市清水市の西会の会員達に呼びかけて、

「万病の基は宿便である。宿便は断食すれば簡単に出るものである。皆さん、断食をやりなさい。断食をしなさい」といくら薦めても、皆さんはおやりになりませんでした。それで考えた末、

「皆さん、私が一緒にやります。希望者は集まって下さい」

というわけで、最初で大勢でやったのは、日本平山頂の日本館という木造二階建ての座敷は六、七室もある旅館でした。旅館の一階の店は多少お客がありまして、泊まるお客は夏期は一人も無い当時でした。お世話になるのに一週間三百五十円で、断食に出席に参加したのは十八名でした。寒天断食というのは、寒天には全然栄養がなく、寒天一本に対して水二合の割で寒天を煮てよくとけたところで、蜂蜜を二十瓦加えますとおいしくなりますが、この蜂蜜は腸で吸収されずそのまま排泄されますから、体の栄養にはなりません。腹一杯食べましても断食の効果はあります。寒天で腸はふくらんでおりますので最も安全なそして楽な断食法です。一、二年たちますと日本平は急速に開けて日本館ではお客も泊まるようになり、断食道場はことわられました。それで次には羽鳥の洞慶院というお寺さんを借りて、ここでも一週間断食会を何回もやりました。不思議と「私が一緒にやる」と申しますと、皆さんは安心して集まって来るのです。

昭和二十六年頃、土(砂)療法を初めました。子宮癌や子宮筋腫には大変良いというので第二回目の時には広野の浜に静岡西会の会員が中心で六十四名も参加しました。夏の暑い一日を私は一生懸命参加者のお世話をいたしました。その翌朝起きてみますと、目はかすみ、歯は浮いて、吐き気を盛んに催しました。

「嗚呼、これはガス中毒だ」と悟りました。昨日一日皆さんのお世話をして、COの中毒を受けたのでした。これは大変だと思い、その日は一人で高松の浜へ行き、友人に世話を頼んで八時間砂療法をやりましたら、綺麗に体の変調は治りました。家に帰って入浴し、おいしく夕御飯を頂きました。その翌朝、目が覚めますと、これまたびっくり、腰が痛くて立ち上がる事が出来ません。そのうちトイレに行きたくなりましても、立つことが出来ません。私の家は古い農家で室内にトイレはなく、いたし方なく土間を這ってトイレに行きました。それが三日三晩、続くので、「おかしいなあ」と思いましたら四日目の朝、宿便が出たのです。驚く程たくさん、バケツに一杯程もの大量の宿便を排泄いたしました。西会に入会し、西先生の御顔を拝見し、お話を拝聴して、

「私も宿便を出したい」と発心してから二十年間経過して五十歳の時に念願悲願を成就いたしました。長い間私の体にはもう宿便は出てしまって無いと思っておりましたのに、排泄いたしました。身が軽くなり、ほんとうの健康体になったと思いました。何かしら、光明が私の体内に入ったような気がいたしました。

## あ と が き

私の父は25年前80歳の時脳いっ血で倒れて救急車で済生会病院に搬送され3週間入院しました。西医学では脳いっ血の原因は便秘ですので、その後直ぐに久留米の愛康内科へ転院させ、断食やスイマグ飲用、洗腸で宿便排除を図りました。付添婦さんの話では洗面器一杯の便が出たそうです。右半身マヒで言葉が出なかったのが、それから出るようになり、2ヶ月後の退院時には普通にしゃべれるようになりました。その他の処置で温熱、冷水タオルによる交互浴や裸療法により体ピカピカ、体も柔軟になりました。35年前県立図書館で偶然にも「断食体験者108人の報告」を手にとり、それで脳卒中等難病の人達が断食でキレイに良くなった事を知り、衝撃を受けました。天の啓示を受けたようで、それから自分でも断食を体験し、宿便らしきものがたくさん出て、身体が大掃除されて、頭が良くなったような気がしました。この体験を生かそうとそれから医療の道へ進みました。