

■特別企画 「高野山」 CAM&糖鎖学術セミナー 平成 28 年 9 月 3、4 日



免研アソシエイツの中心メンバーにて長州毛利公菩提所・高野山「安養院」にてセミナーを開催しました。

当日晴天の中、深緑の山々に囲まれた天空の聖地「高野山」、自然と一つになった神秘的な場所で身も心も綺麗に成れるところで、60 歳以上の男性が参集し「65歳からの健康を考える会」をテーマに学習・懇談しました。講師には鞍馬山護国院住職・中村好覚氏、元田辺製薬商事社長・平吹昭氏、当 NPO 法人理事長山本英夫。

～「古代から医療と宗教は一体・・・」**「補完代替医療の学術的な体系説明」**
「CAM の現状と、糖鎖開発の意義」 **中村住職と山本理事長**

☛**宿坊での勉強会**・・・昔の寺子屋の雰囲気ですね。ここからの見た庭の景色が 最高でした。なんて優雅で機能的な部屋が自然に溶け込んでいました。夕食は「精進料理」でビール懇親。翌朝 6 時より勤行も行う。

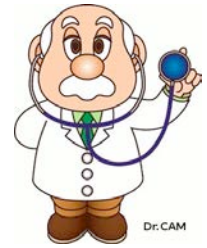


① 補完代替医療について……元田辺製薬商事社長・当 NPO 法人理事：平吹昭氏主流医学・西洋医学の補完としての役割、歴史、「健康と心の充足を求めて」の補完医療を講演。

② 『お坊さんには太った人はいませんし長生きが多いですよ！なぜ？』

鞍馬山護国院住職・中村好覚氏講演より抜粋

法然 80 歳代、親鸞 90 歳代、天海僧正に至っては 100 歳を超え、現在でも 106 歳の曹洞宗大本山永平寺現貫首宮崎奕保禅師、101 歳の浄土宗総本山知恩院門主中村康隆大僧正など、古今東西僧侶はえてして長生きであります。



○僧侶が元気で長生きできるその秘訣はいったいどこにあるのでしょうか。

1. 生きがい。……僧侶に定年はありません。
2. 声を出す。……毎日お腹から声を出すこと（お経を唱える）は大変有効なストレス解消法となっています。
3. 人と接する。
4. 歩く。……「寿命は歩く距離に比例する」健康法の第一です。
5. 手先を使う。……手先や足裏には末梢神経が集中しているので、手先を常に動かしていることによって、神経が常時刺激され、脳神経も活性化します。
僧侶は、印を結んだり筆を持ったりし、微かな動きを常にしています。
パソコンは指先の繊細性の必要はありません。タッチするだけ……
6. 食生活。
7. 規則的な生活リズム。
8. 姿勢
9. 精神の安定……幸せとは何か、あるいは一つだけ手に入れられるものがあるとしたら何がほしいか？その一つの答えが「心の平安」ではないでしょうか？
心と身体は密接に関連しあっていますから、心がそんな状態では、とても健康なはずもありません。そんな心の荒波を湖の水面のように静かで穏やかにしてくれる方法が、**瞑想と呼ばれる精神統一法**です。伝記によればお釈迦様は目の前に雷が落ちて微動だにしないといわれているように、瞑想の達人であったお釈迦様の時代から、とりわけ仏教においてその方法が保持され伝授され発展してきました。
10. 生まれ変わり。……**実はこれが僧侶の健康法・ストレス解消法の最大の秘密**です。毎日読経によって仏の世界に行き、また日常の生活に戻ってくる。それはいわば生まれ変わりです。昨日までの価値観に縛られていた古い自分が死んで、新しい命として生き直すことに他なりません。

③山本氏：NPO 法人理事長の講演・下記内容について講演と上海・CAM&糖鎖セミナーの報告。

●参加者は全て 60 歳以上まだまだ元気に活動しています。もちろん NPO 法人で開発した「糖鎖食品」（特許出願中）を利用いただいております。

難病・がん治療による副作用を緩和するために細胞小器官「糖鎖」の研究・開発を



西洋医学と補完医療の融合で「難病克服」を推進する……

NPO法人 補完代替医療推進センターCAM の目的

当団体は、難病をはじめとするあらゆる疾患の闘病患者を対象に、関係する専門家や医療機関その他諸団体と連携を図り、現代の西洋医学と補完医療との併用による治療法の研究開発並びに実践を行うことを目的として設立いたしました。補完代替医療とは、機能性食品、中国医学の鍼灸・漢方、気功・呼吸法、Zen禅、各種伝承医学、アロマテラピー、食事療法等々を組み合わせ利用し、自然治癒力を回復させ、治療に導く方法です。そのための機能性素材や免疫機能賦活素材（細胞小器官・糖鎖）等々の調査研究開発事業を行うとともに、補完代替医療に関する情報の収集及び医療支援活動、相談活動を通じて、広く国民の健康に寄与することを目指します。

分科会「糖鎖自然医学研究会」「65才からの健康を考える会」主宰 理事長 山本 英夫