

120歳通信 2017年4月号 (617分の55号)

発行元 444-0124 愛知県額田郡幸田町深溝上池田36 G & G 吉見典生

Tel.0564-62-8144 Fax0564-62-9696 E-mail papi@tms21.jp

ご注文は www.waraiyoga.pw からお申込み下さい



私たちの体の中には神が宿っています

59歳の12月、医師から、「あなたは、年は越せるだろうが、来年の桜を観ることはできないであろう」と言われた。ガンを何とか克服して73歳の今、今年も13回目の花見が出来るであろう。

しかし、わたしが知った何人かの友人たちは、桜の咲くころこの世を去って行った。そのたびにわたしは「責任」という言葉は適切ではないが、よく似た感情を持った。

癌患者には出来るだけ、抗がん剤などはやめて、徹底した笑いで治すのが良い、ということを提案してきた。

余命1週間の免疫不全の患者が1日8時間死に物狂いで笑って見事生還した話や、「笑いヨガのティーチャー養成講座」を何週間も受けて、毎日8時間以上も必死に笑うことによって、重篤な癌を治してしまった例などを持ち出して、「笑いヨガ」をお勧めするのであったが、「そんなに笑えるものではない」としり込みする人が多かった。

最近、「ありがとう」を10万回唱えたらガンが消えました！という副題の本を読んだ。これはほんとであると私は読む前から信じていた。多くの人は「10万回」が出来ずに「できるだけ多く」という言葉に自ら置き換えて、妥協しているのではないかと、推察する。

『遺伝子スイッチ・オンの奇跡』を著した工藤房美さんの講演を聴く機会が得られて改めて感動した。余命1ヶ月もないと宣告された工藤さんは、抗がん剤で抜けた髪の毛（髪の毛は普通10万本あるということである）を拾い集めて、感謝をこめて一本一本に「ありがとう」とお礼を言ったのである。工藤さんは「ありがとう、ありがとう、わたしの髪でいてくれてありがとう」と数万回言った頃、「ありがたい気持ち」が雪のように心の中に降り積もっていくのを感じたという。講演では「涙が止まらないほどにありがたい気持ちになる」と言われた。

最近癌になった友人に「ありがとう10万回」を提案したら、「無理のないように実行します」とのことであった。確かに癌に対して良い行動でも無理をしてまで実行すれば、かえってストレスが増して、逆効果になるかもしれない。わたしは、工藤さんの言葉を思い出して、彼に「無理をせずに夢中になってやってください」と言った。さらに「涙が出るほどありがたい気持ちになるまでに『無我夢中』で唱えて下さい」と言いたかった。

注目すべきことは、工藤さんが「ありがとう10万回」の実行の前には抗がん剤も放射線もたくさんやっていたことである。もし工藤さんが抗がん剤や放射線を一切せずに「ありがとう」だけで治ったかということ、疑問であると思う。上述の「笑いヨガのティーチャー養成講座」を何週間も受けて、毎日8時間以上も必死に笑って癌を克服した人も抗がん剤をたくさん施したのちに「笑いヨガの実行」



をしたとのことである。「もし抗がん剤をしなかったら、笑いヨガだけでは逝ってしまったかもしれない」と言っている。抗がん剤や放射線を施すと、ふつうの人はとても気分が悪くなり、ストレスが多くなりそれで死んでしまうケースが多いのである。その強烈なストレスに耐えるために「笑いヨガ」や「ありがとう10万回」が必要となるのではないかなと思う。

わたしは、笑いヨガが家庭でも真剣に愉快に取り組めるように、ツールを考えている。「ツール」と言えば、失礼になるかも知れないが、それは「配偶者」です。ガン患者は、毎日、配偶者（配偶者がいない人は恋人と。ただし配偶者がいるにもかかわらず恋人を作れ、と言っているのではないですよ。笑いヨガクラブではハグは激しくやらないように。「おかしい集団」とみられる恐れがあります）と1日10回

以上ハグをして大笑いしたらどうだろうか。そのとき「感謝の気持」と「恋心」を以て大げさにやることだ。私たち夫婦は今、癌ではないが、癌患者に見本を示すために、朝昼晩激しいハグをしています。時々、家内は家じゅう逃げ回りますが・・・。

わたしは今癌患者のために本を書いています。お金のかからない方法です。笑うことも、感謝することもお金はかかりません。なぜならば誰でも体の中に神様が存在しているからです。それはグレイトサムシングとも言われています。

「自分の奥深くまで届くような『我を忘れる深い祈り』は、眠っている潜在的な力を呼び起こすのです」（村上和雄教授の言葉として『遺伝子スイッチ・オンの奇跡』の表紙に書いてあります）

次に書く本は新たにDVDもつけます。いかに深く多く感謝して、いかに明るく多く笑って「内なる神」に働きかけるかについて自分の実験と、癌患者からの情報から本を書き上げDVDも作ってみようと思っています。現在たくさんの協力者に恵まれています。

それまでは、DVD『ガン患者と家族のための笑いヨガ』（3,240円税込）とタラの木（一袋2,000円）をお勧めします。またタラの木の生産者も募集しています。

最後に工藤さんの本を紹介します。

『遺伝子スイッチ・オンの奇跡』——「ありがとう」を十万回唱えたらガンが消えました！——

著者：工藤房美/風雲舎/1400円＋税

四月馬鹿カスピ海まで徒歩で行く

4月5日より4月20日までプロカメラマンの渡邊翔一氏とカザフスタン・キリギス・中国新疆ウイグル自治区を旅行してきます。この旅の目的は去年の秋にカスピ海まで行った際の「ひと筆書き世界旅行」の不足部分を補うために企画するものです。ロシア語圏と中国語圏の旅ですから、目下ロシア語と中国語を猛勉強しています。

また6月兄の一周忌が済んだらすぐにカスピ海のアクタウまで行ってそこから船でアルゼバイジャンのバクーへ渡り東欧・イタリア・フランスを通り、スペインを歩いて巡礼し、ジブラルタル海峡まで行き、来年のアフリカ大陸一周に狙いを定めます。

