

## 精神統一に必要な知識

### 2. 精神統一と健康

私は、理想主義に基づいて精神統一を行っているのではないのです。これはちょっと表現が難しいのですが、統一を実修されている方ご自身の意念の統制化の熱意というもの、信念というものと大きな関わりを持っているわけです。ですから、統一をやっている方の健康は、はじめに申したように大きな変化が起こり、それも知らず知らずのうちに健康が回復して行くわけです。

精神統一はその点において、心身の浄化が前提にもなり、条件にもなるわけです。そのときに、ことさら指摘するまでもなく、ご本人の食事内容について注意されていることでもありましょうし、統一によってその方の健康はますます増進する。その結果、慢性的な病気はなくなってしまうのです。

統一の実修を始めると、自分の肉体の変化として分かりやすい形で捉えられるものの一つとして、穢い話ではありますが、宿便が出てしまうことがあります。

皆さん、「宿便」という言葉をお聞きになられたことがあると思いますが、現代医学では、このようなことにはあまり言及しません。これは、東洋医学的なものの考え方であるのですが、この宿便に関わる腸というものが、人間の生命というよりは、長生きとか短命とかというものに大変関係がありまして、腸が綺麗に浄化されておれば、健康はますます増進するわけです。

その腸にいろいろなものが溜まると、長い経過から腸に一つの疾病を起こしてしまうことがあります。貯壁にはヒダによる凹凸があつて、その間に便として排泄されるべきものが溜まっていると言いますか、それを宿便というわけですが、それが宿っているわけです。そして、それが腸自体の活動に大変な障害を与えているわけなのです。

そこで、その腸壁から早く宿便を取り除く必要があるわけですが、その方の健康上の何らかの原因によってそれが取り除かれていない場合があります。それが固まると黒い色を呈します。それは人間の腸だけの問題にとどまると申しますよりも、生命との問題というところに関係が及ぶのです。この宿便、黒便というものを、統一実修しているときに除去して整理してくれた、浄化してくれたという、こうした一つの事実には驚かされるのですが、皆さんの中にもご経験された方もあろうかと思えます。

ある病的なものに悩まされておられる場合に、それを治そうとして断食療法を実修されることがあります。この断食療法が一番の眼目、要諦的なものは黒便を掃除する

ということなのです。ですから、いくら断食の日数を多くしたところで、黒便の整理とか、黒便が排泄されないときには、何回繰り返してもほとんど効果が発揮されませんので、あるいはさらに繰り返さなければならないということになるかもしれません。

それほど重要な意味をもつ宿便、黒便というものは、その方の体質や肉体などに関わりがあるということを医学的に申しているのです。すなわち、腸というものは、たとえば、腸捻転を例にとると、「これは生死に関わる一番恐ろしい病気だ。緊急の手術をしなければならない」というわけで、そうした腸捻転などを含めて、腸にはいろいろな病気がございますが、それは黒便とか宿便というものが宿るということで、その早いとか遅いとか、その溜まり方から、一つのいわゆる病的状態を生じさせているのです。

現代西洋医学は、ただ腸というものだけをとりあげて、その腸が現在どういう状態にあるかということから病名をつけるわけでありまして。けれども、われわれの依って来るところのものは、結局腸というものをいつも浄化させておかなければならないということにつきますのです。

また、私たちの立場から言うと、守護してくれているもの、とくに支配している霊は、この腸の働きの正常化、浄化をはかっているわけです。同様なことが人間の場合にはもう一つあるのです。それは血液です。そこで先ほどの例のように、断食をやっても効果がないという場合には、血液の浄化的な効果はあったかもしれませんが、腸の方までには、いま言ったような重要な効果がでていないという方もありうると思うのです。

たとえば、その方が断食をやっていたときには良かったが、止めてしまったならばまた元にもどってしまったとか、いくら実修したって効果がないということで止めてしまう。こういう人たちが、上に述べたような好ましくない状態下にある。こうした場合を調査してみると、ある霊的なものが邪魔をしていることが判るわけですね。

断食というものを医学の方でも認めると言い出してきましたが、しかし、今から(注、本稿は1971年の講義録です)50年位前の医学は断食を認めていたのです。ところが、その当時、断食というものは馬鹿げた療法であるというような言い方をするような学者が出てきたわけです。それでも、現実の問題として、やはり断食が必要だというように考えておられる方もあった。

今日の断食の期間の長い記録としてはどの位のものが知られているか、それについて私は知りません。関東断食寮とか、小田原断食寮とか、とにかく、酒匂川というところにいまも寮があるでしょう。私は、そこに毎月一回講演に行っていたときがあったのです。その時に長く断食をやっておられた方は、たしか34日であったと思います。30日も34日も断食をやっているうちには、腸の正常化が図られるかもしれませんが、私に言

わせれば、そんなことをしなくてもよい。何故なら統一実修によっても綺麗になるのですから。

少なくともその時の所長で、先年亡くなられましたが、その方の話では、「まあ、2～3週間やっているうちには、人によって違うが、宿便が出るですよ」と言っておられました。ただ宿便、黒便と言いましたが、血便が腸に宿る、凹凸のところに引っかかる、これも黒い色を呈するのです。この血便が出ずに、滞っている場合はそれでよいのですが、血便は出てよいものなのです。もちろん血便は、いわゆる鮮血淋漓というきれいな血液ではない場合に、酸性の血液ということで、それは必要ないという意味です。

結核の場合などは、そういうものが随分体の中にあります。それが腸結核の場合や、あるいは普通の場合でも出ることがある。血便というものは、必ずしもいま私が言っているような結核の場合だけではないのです。胃潰瘍などの消化性潰瘍、腎臓、あるいは肝臓が悪い場合でもそういうものは出る。現代医学は血便というものをとても恐れています。いわゆる臓器のそういう酸性の血液が滞ったものがでるわけですから、実は恐るべきものではないのです。

統一していると、そのようなものをドンドン掃除してくれるわけです。もちろん掃除をしてくれるようなことは、悪霊ではいたしません。守護霊的なものの、ある支配をしている、あるいは、受け持ちと言った方がよいでしょうか。主役はそうした背後にいる霊なのです。ですから、いまの話も、私たちは守護霊と言っている、守護霊に限ったものではありませんよ。

子どもの場合は守護霊だけのこともあります。子どもも成長して一人前とまでは言えなくても、13・4歳、あるいは15・6歳になりますと、その方のいわゆる個性的なもの、見方を変えると、その人の癖が出てきたような時代から、守護霊は支配霊を付けるわけです。

その支配霊とはいうまでもなく、商売をなさっている方とか、事業をなさっている方には、その方面の支配、言葉を換えているならば、支配人とお考えになればよいわけですが、その事業といい、商売といい、努力していることに対し、よりよい成果が得られるように補助してくれる、支配をしてくれるという意味ですね。だから、会の組織で言うならば、支配人とみていいわけです。守護霊は社長とか、あるいは何かその中心的役割を果たされる方です。その方のもとの、一番に現実的にやっていたらっしゃる方を支配人と呼ぶならば、支配人と考えてもよい。その支配霊はその方の現在行っていたらっしゃることについて働いているのですから、ただ一体の支配霊だけの力では無理なこともある。そういう場合には、支配人の補助、普通の社員を起用して、仕事の補助、お

手伝いをやらせる。そういう霊魂を補助霊という名前と呼んでいます。私たちの守護霊が働いてきますと、いま言うように年齢によって違ってくるのではない。その方の知能からはじまって、何かその方のおやりになること如何によって支配霊が働くようになってくるのです。

このようなことから、それが一歩進んで、補助霊も必要であるということから、大所高所から見ますと、守護霊は、必ず支配霊、補助霊を使っているのです。これらをまとめて私たちは「守護霊団」と総称しています。守護霊団の働きというものをもって平たく言いますならば、それぞれの部署部署の責任をもって担当する方を支配霊と思ってもいいわけです。そういう支配霊の中には、お互いの健康管理を担当する支配霊がついている方もいるのです。

病気をなさっている方には、よくそういう支配霊を認めるのですが、その霊は、祖先に関わりのある方で、薬あるいは治療に関心を持っていたり、現実にそうした行為をやっておられた方がこの役目をしているようなのです。このように、私たちが病気をした時だけではなく、体質が弱い方の場合には、守護霊は支配霊として、そういう霊魂までもつけてくれている。そして体のいろいろなところを責任をもって見守ってくれる。その一つとして、宿便を出してしまうようなこともいたします。

それに対して、「お前は、そんなことを言っているけれども、現代医学はそういう点も認めているぞ」といって、それ以上のことをやっている、とお考えの方もあろうかと思うのです。

その通りです。生理学的にみて私たちが教わっている言葉でいうと、腸には無数の細菌がいる。腸の中には、ばい菌もいるわけですね。皆さん、ご存知のように、ヨーグルトの中に入っているところの乳酸菌というのは腸のばい菌でしょう。この乳酸菌というのはとてもよい働きをしています。これなんかは、悪玉のブドウ球菌が腸を冒そうとすると食い殺してしまう。別に生理学や細菌学の説明をしているわけではないのですが、とにかく乳酸菌のようなものが他にも随分いるのですね。ブドウ球菌の話をしました、納豆菌というものがある。納豆には納豆菌という乳酸菌の一種がありますが、あれなども腸にいては都合の悪いところのばい菌を殺してくれるわけです。

だから、私たちは、動物性タンパクを摂ることはいけないから、植物性のタンパクをとりなさい。その最も優れたものは大豆である。したがって大豆製品を召し上がりなさいと説明しつつ、その製品のひとつとして納豆がありますよと、このようにお教えしてるのです。

ところで、納豆には納豆菌というものがいるわけです。それができてはじめて納豆に

なるわけです。この納豆菌がわれわれには必要なのです。ここで話が脱線しますが、このごろの納豆は一夜漬けみたいなもので、一夜漬けならばいいのですが、何時間単位で作っているものが随分ある。これには納豆菌がどの位の数があるか判りはしないのです。私が勧めるのは、昔からある日本の伝統的な一つの植物の食品である納豆のことを指している。だから自分の家で作くりなさいと言いたいのですが、面倒臭い。どうしたらいいか。

そのどうしたらいいかということ、いま考えているわけですよ。大豆というのは、私たちの体にとって五つの大変重要な栄養素の供給源の一つになっているわけでしょう。そうしたものの一つ、これはいわゆる根本的な栄養、この納豆菌の場合には腸に必要なもの、こういうことになってくる。ですから、大豆はそれとして、納豆菌の方は、統一実修をやっておったならば納豆菌の代用になる。代用になるとは、おかしな言い方をしましたが、そういうようなことにもなる。

ですから、統一の効用をいうものを挙げるならば、随分とございます。時代がこういうことで、とんでもない物を食べさせられたり、また目的によって色素とか、防腐剤とかいろいろな薬が使われている。そういうものを私たちは騙されながら食べさせられているわけですが、ある意味において、特別に使わなくても統一で間に合うものがある。このように言えるのです。ところが、その言い方にはよく注意して用いなければいけないのです。統一ばかりして、とうとう痩せこけて病気をしましたと言ってこられては困ってしまいますからね。