



病院に来られる方というのは、たいてい何かのストレスを抱えている場合が多いと思います。だから病院は本来「癒しの場」であるべきなんですね。

ここからだからだの 健康タイム

対談編

ゲスト 矢山利彦先生

佐賀県のY・H・C・矢山クリニックには、全国からたくさんの方が訪ねて来ます。

西洋医学的なアプローチの他、漢方薬や鍼灸、食養生、気功、ホメオパシーやフラワーエッセンスなど、様々な角度からのアプローチと治療実績が、口コミで広がり、噂を聞いた人達が治療や視察、見学などで日本各地から集まつて来ます。

今回は、Y・H・C・矢山クリニック院長の矢山利彦先生に「これから医療のあり方と健康のコツ」をお伺いしました。

鳴海周平（以下 鳴海） 今日、矢山先生のクリニックに初めてお伺いしましたが、とても気持ちが安らぐ空間ですね。まるで森の中にあるベンションのような感じを受けます。特に待合室は1人掛けの肘付き椅子が、大きなガラス窓越しに見える公園の緑に向いていて、リラックス出来ますね。

矢山利彦先生（以下 矢山） 病院に来られる方というのは、たいてい何かのストレスを抱えている場合が多いと思います。だから病院は本来「癒しの場」であるべきなんですね。このクリニックは、そうした「癒しの空間」を演出する工夫が各所に施されています。

矢山 ですから入院された皆さん、「自分の家よりリラックス出来て、良く眠れる」と言うんですね（笑）。他にもフリークライミングが出来る場所や、ナノバブルの足浴が出来る場所もあります。ここにいるだけで元気になれる、という空間を理想として

て外の景色を楽しめるようになつてゐる事もそうですし、薄暗い空間に水晶のオブジェが光つてドーム状の瞑想室を設置したのも、待つてゐる時間にリラックスしてもらいたいからです。

鳴海 2階にある入院用の部屋19室が、全てトイレ付きの個室になつてゐることも驚きました。しかも木で作つたドアに、壁は珪藻土（けいそうど）。本当に凄いこだわりですね。

矢山 利彦先生（以下 矢山） 病院に来られる方というのは、たいてい何かのストレスを抱えている場合が多いと思います。だから病院は本来「癒しの場」であるべきなんですね。このクリニックは、そうした「癒しの空間」を演出する工夫が各所に施されています。

例えば今鳴海さんが仰つた、待合室の椅子がすべて1人掛けになつています。

設計したなんです。

鳴海 まさに理想の「癒しの空間」だと思います。ところで、矢山先生が医師になろうと思ったのはいつ頃からなのでしょうか？何かきっかけがあつたのですか？

矢山 私の父が自動車の技術者をしていましてね。祖父が若いうちに病死しているので「医療は大事だ。お前は大きくなったら医者になれ。」と言われて育つたんです。父から勧められたこともあって、九州大学の医学部に進みました。医師になつてからは、なるべくたくさん経験を積みたかったので、福岡の徳洲会病院に研修医として入りました。私はもともと西洋医学を学んでいましたので、ここではそいつたアプローチで患者さんと接してきました。

西洋医学は、人体をパツツごとに分けて考えて治療をしていきますが、そのうちにいろいろと矛盾を感じる事が出てきたんです。ここでは特にムチ打ち症の患者さんを多く診察したのですが、首に受けた衝撃は目や鼻、心臓や胃腸、自律神経にも影響を与えます。ところが、症状の出ている箇所にアプローチしても全然歯が立たない。画期的な治療法がないんです。西洋医学ではこうした症状を『不定

愁訴^{しゅうそく}』と言いますが、当時この『不定愁訴』に効果があるらしい、と言われていたのが漢方薬だったんです。そこで漢方の勉強を始めたんですが、驚いた事に西洋医学で『不定愁訴』とされている症状が、東洋医学では『定愁訴』として説明されていたんですね。そして実際ムチ打ち症の患者さんに漢方薬を処方すると劇的に効果があつたんです。そのうちムチ打ち症の患者さんが来ると「矢山君のところに行きなさい。」と言われるようになってしまいました(笑)。ただ、中には難治性のムチ打ち症の患者さんもいて、漢方だけでは対応出来ない事も出てきました。そこで同じ東洋医学である鍼でのアプローチをしてみたら、これもまた凄い効果がありました。漢方と鍼という2つの方法で随分と効果が上がりました。

矢山 そうですね。ただ、その後噂を聞いて様々な症状の人が訪ねて来るようにはなったのですが、中には漢方と鍼だけでは治らないような難病の患者さんもいました。漢方も鍼も学んでいくと「気」という言葉がよく出てきます。東洋医学の行き着くところはどうやらこの「気」らしい、と思うようになりました。この「気」というものをもつと勉強出来たら難病の患者さんにも喜んでもらえるかもしれない、と思い今度は「気」

について学び始めたんです。私は大学時代から空手をやつていましたから、武術を通して「気」というのは実感としてわかつてきました。ですから、ちょうどその頃大阪で中国人の気功師が開催していた「気」の講座にも抵抗なく参加したんです。後は図書館や古本屋で「気」に関する文献を片っ端から読んでいきました。そして自分なりに「気」を使った治療も併せて実践することになったんです。



**病院の究極の姿は
「病気にならないよう指導する施設」
というのは素晴らしいですね。**

なるべく深い呼吸が出来る食べ物、つまり環境汚染物質の少ない食べ物をとるようにしてほしいと思います。



鳴海 「気」の達人でもある矢山先生が書かれた「気の人間学」という本は現在3刷というロングセラーを続けていますね。肉眼ではわかりづらいけれども「気」の存在は確かに実感出来ると思います。「気」は生命エネルギーというふうに考えるとわかりやすいでしょうか?

矢山 先ず「人間の本質はエネルギーのボディである」ということです。鍼灸では経絡(けいらく)という考え方を大切にしますが、これは「気の通

に取り入れる事で「矢山式治療法」が確立していったんですね。こうして考へると、身体をパーソニティに考える野に入れた一種の「複雑系」のように見えるエネルギー体までも視野に入れた西洋医学に比べて、東洋医学の見えていないエネルギーの原因も感じられます。これは病気の原因がひとつではない、という事もあるのでしよう。

矢山 病気の原因是「単独」の場合と「複数」の場合があります。例えば結核のような病気には西洋医学の抗生素がよく効きます。しかしガンや糖尿病などは「複数」の原因が絡んでいるので、西洋医学的な単独アプローチではなかなか治りにくいんです。これで治る、という特効薬がないんですね。原因が複数なのだから複数のアプローチが必要である、と思います。

鳴海 なかなか治りづらい病気の原因というのはどういったものでしょ

矢山 私は5つの原因があると思つています。ひとつは金属汚染です。歯に詰めた金属や飲料水に含まれている金属ですね。2つめは電磁波です。携帯電話や電子レンジなどの機器から発する電磁波は、良い影響を及ぼしません。3つめはウイルスや細菌、力

ビ、寄生虫などの潜在感染。4つめは化学物質による汚染。5つめが精神的なストレスです。このうち金属汚染と電磁波、化学物質については通常の検査ではわかりづらいので、表面的な問題にはなっていませんが、私は西洋医学に比べて、東洋医学の見えていないエネルギーの原因も感じられます。これは病気の原因がひとつではない、という事もあるのでしよう。

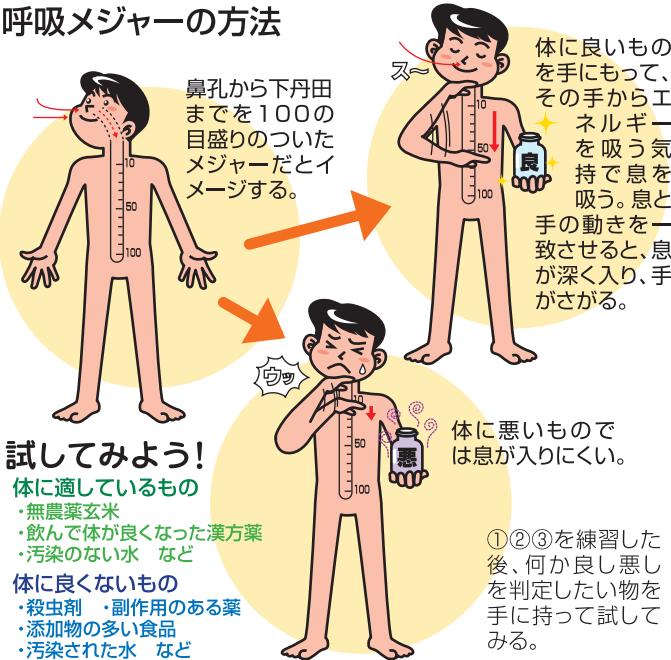
鳴海 漢方に鍼、そして「気」を治療

り道」つまり「エネルギーとしてのボディの解剖図」なんです。そして要所要所にツボと呼ばれる箇所がある。このエネルギーとしてのボディに鍼でアプローチすると鍼治療、生薬でアプローチすると漢方、自分でやろうとするのが「呼吸法」や「氣功」ということになります。「気」は東洋医学の設計図のようなものですから「気」がわかると鍼や漢方の本当の凄さがわかります。

矢山 私は5つの原因があると思つています。ひとつは金属汚染です。歯に詰めた金属や飲料水に含まれている金属ですね。2つめは電磁波です。携帯電話や電子レンジなどの機器から発する電磁波は、良い影響を及ぼしません。3つめはウイルスや細菌、力

矢山 化学物質が食べ物に及ぼす影響は大きいと思います。ただ見た目ではなかなかわからないので、私は「呼吸メジャー」という判別方法をおらせしています。これは、ある対象が自分の身体に適しているかどうかを見分ける研究をしていて明らかにな

呼吸メジャーの方法



試してみよう!

体に適しているもの

- ・無農薬玄米
- ・飲んで体が良くなった漢方薬
- ・汚染のない水 など

体に良くないもの

- ・殺虫剤・副作用のある薬
- ・添加物の多い食品
- ・汚染された水 など

①ゆっくり安定した腹式呼吸をする。背筋をリラックスして、頭の頂点が少し上に引っぱられるように背筋を立てる。②片手を自然な感じで鼻孔の前にもってきて、楽に呼吸する。③息が入っていくにしたがって片手が下がっていき、十分吸ったとき下丹田の位置に来るように、息を吐くとき、手は上にいて鼻孔の前まで来るようになる。④呼吸によってメジャーができるこことをイメージしながらこれをくりかえす。⑤メジャーができるたら、間違いない体に悪い物は良い物をもう一方の手に持って、そこからエネルギーを吸う気持で、メジャーがどこまで動くか試みる。悪い物はメジャーが少ししか動かない。⑥慣れたら片手を鼻孔の前にもってこなくてよい。⑦悪い物の量をへらしてもわかるかどうかやってみる。⑧呼吸メジャーの法ができるようになったら、何か良し悪しを判定したいもので試してみて友人と結果を比べてみる。結果が一致すると自信がでできます。良い物も量が過剰になるとメジャーが動きにくくなります。つまり質的な情報と量的な情報の適不適を知ることができます。

鳴海 病院の究極の姿は「病気にならないよう指導する施設」というのは素晴らしいですね。矢山先生の志は素晴らしいです。矢山先生の志の高さから、たくさんの方々の元気をいたしました。今日はどうもありがとうございました。

つたのですが、調べたいものを手に持つてゆっくり呼吸をすると、適している場合は呼吸が深いところまで楽にスリと入っていくのがわかります。逆に適していない場合は、呼吸が詰まつた感じがして胸のあたりで止まってしまうんです。鼻から長さを計るメジャーがお臍の下あたりまで伸びていて、そのメジャーのどのあたりまで呼吸が楽に吸い込めるかをテストする方法が「呼吸メジャー」です。

呼吸という機能が脳の生命中枢でコントロールされていることを考慮と、生存本能を司る生命中枢が適か

不適かを判断して、呼吸にその結果が現れてくることが納得出来ます。この方法で、なるべく深い呼吸が出来る食べ物、つまり環境汚染物質の少ないと私は思っています。

鳴海 最後に、矢山先生がこれから目指す医療について教えていただけますか?

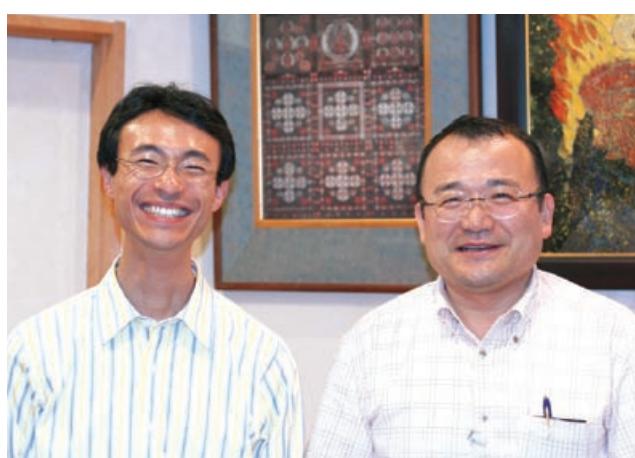
矢山 メジャーで計る時は、呼吸を①②③を練習した後、何か良し悪しを判定したい物を手に持って試してみる。

私はいつも「病気の人は普通に、普通の人は健康に、健康な人は気の達人に」と言っているんです。いつぶんに駆け上がるんじゃなくて、とりあえずは今よりひとつ上を目指してほしいんですね。そしていざれは気の達人になってほしい。気の達人というのは、人間の本質である「エネルギーとしてのボディ」を養い、高めていくためにはどうしたら良いかということを学んで、食の指導までも出来る人です。こうした人が「家にひとりいたら、心強いですよ。究極の病院の姿は「病気にならないよう指導する施設」だと思います。私はこれから、そういうことを誰もが学べる場を提供していくと思っていました。

矢山 私はいつも「病気の人は普通に、普通の人は健康に、健康な人は気の達人に」と言っているんです。いつぶんに駆け上がるんじゃなくて、とりあえずは今よりひとつ上を目指してほしいんですね。そしていざれは気の達人になってほしい。気の達人というのは、人間の本質である「エネルギーとしてのボディ」を養い、高めていくためにはどうしたら良いかということを学んで、食の指導までも出来る人です。こうした人が「家にひとりいたら、心強いですよ。究極の病院の姿は「病気にならないよう指導する施設」だと思います。私はこれから、そういうことを誰もが学べる場を提供していくと思っていました。

誘導するように片方の手も一緒に下げてあげると、よりイメージしやすいでしょう。

矢山 利彦 プロフィール



Y.H.C. 矢山クリニック院長
1980年、九州大学医学部卒。福岡徳洲会病院にて救急医療を中心に行修業、同時に、福岡医師漢方研究会にて東洋医学を学びはじめた。
1983年より九州大学医学部第二外科に入局。同大学院博士課程にて免疫学を専攻。
1987年より佐賀県立病院好生館、外科院長、東洋医学診療部長。
2001年 Y.H.C. 矢山クリニックを開設。
（気）の理論と実際を伝えるヨーロッパの研究家。小周天の循環方向の男女差や、（気）によるチャクラオーブン法を見つける。難治の患者を中心にこれらの人気功法を指導して高い評価を受けている。空手道五段もある。
おもな著書に「氣でひきだせ、無限の治療力」（太郎次郎社）、「氣の人間学」「統・氣の人間学」（以上、ビジネス社）がある。