

健康と美容の“真理”に  
25年掛け、100万個の製品を作り、  
500種類の成分を扱い、  
3000冊の本を読んで行き着いた話

株式会社ルクセス代表/細胞科学研究者 高橋伸嘉

## 25年の遠回り

これは**真実の話**です。

25年間、私が人生を懸けて模索し続け、行き着いた「答え」が、きっとあなたの人生にも役立つと思  
い、筆を執っています。

私はこの世界にある謎のすべてを自分なりに解明したいと思っていました。  
ひとつの謎も、謎のままに残したくない。そんな願望を持っていました。

宇宙はどうやってできたのか？

魂は存在するのか？

生物の起源は何なのか？

死んだらどうなるのか？

いま考えている私は誰なのか？

子供のころからずっと考えたり、調べたりしていたと思います。  
これらの答えがすべて解明できたと思ったのが不惑の40歳でした。

残されたもう一つの謎が、  
**病気はどうやったら治るのか？**ということでした。

この答えを、人生を懸けて読みとこうとしてきました。  
結果、たどり着くには25年という年月が掛かりました。  
果たしてこれが長かったのか、短かったのか。  
いずれにせよ、私は遠回りに遠回りを重ね、ようやく自分なりの答えに行き着きました。

数々の謎を読み解いて来てわかることは、“**宇宙の謎**”の答えは、すべて「**シンプル**」だということです。

きっと神様はこの宇宙を、とてもシンプルな法則で作られたのでしょう。  
だから答えも必ずシンプルになる。  
もし答えがシンプルでないとしたら、まだ答えに行き着いていない証拠です。

私が行き当たった答えを、今からつらつらと綴っていきたいと思います。

人間の身体や、医療の分野だけを勉強し続けていたら、答えには行き当たらなかったでしょう。

生物の進化の歴史。

量子学や物理学の追究。

見えない部分も含めた人体の構造。

ヒマラヤ聖者の叡智。

振り返ると、あらゆる分野を好奇心のままに、探求してきたことが、答えに行き当たるには必須でした。

また、知識だけでは、答えに行き着くことは不可能です。

知識だけでは、言葉遊びのように、実態とかけ離れた論理展開ができてしまいます。

実際に、たくさんの成分や技術を扱い、人体実験をし続け、製品を作り続け、知見と体験を溜めていくことで、実態を伴った理論の構築ができました。

前置きが長くなりましたが、私の個人的なストーリーを始めたいと思います。

## 奇跡はある。されど奇跡はない。

この世に奇跡はたくさんあります。

私も、「これは奇跡だ！」という多くの体験をしてきました。

ただ一方で「奇跡はない」とも思っています。

ある現象を奇跡と思うのは、その理屈が説明できないからに過ぎません。

実際には、わかっていないだけで、すべての出来事に理論があります。

ある意味、この世には科学しかないのです。

例えば「ルルドの水」が様々な病気を治癒したことを、「奇跡」として片づけるのは簡単です。果たしてそれで良いのでしょうか？

余命3カ月の末期がん患者が完寛したときに、医者という科学の世界の一員が「奇跡だ」と言って終わって良いのでしょうか？

科学に生きるものとして

「なぜ治癒したのか？」

「どういうメカニズムでそこに至ったのか？」という疑問を持ち、調べ上げていくことこそ、学問に対する真摯な姿勢であると思っています。

私は、無邪気な子供のように、奇跡の理由を解明してみたかった。「奇跡」という言葉で片付けずに、すべ

てを矛盾なく説明できる、根底の理論を探り続けました。

あるテープを貼るだけで痛みが消える、と聞けば、

「なぜそうなるのか？」を実験とリサーチを繰り返して追求してきました。

あるお水を飲んでアトピーが治った、と聞くと、

アトピーの原因の追究、そしてそのお水がどう作用するのかを調べ尽くしました。

そんな私の元に、幸運なことに、世界中の想像もできないような技術が集まることになります。

最新の成分はもちろん、水だけでも何10種類、波動の機械、鉱石類も集まってきました。

そのたびに、開発者の研究や開発の経緯などを聞かさせていただき、人体で実験をし、書物でのリサーチを年単位で続け、時には製品化をすることでお客様の大量の声を収集し、その結果を踏まえて何年も考察するということを繰り返してきました。

医者や学者がやらない類の、独特な体験をさせてもらったと思います。

この体験を何十年としてきたことが、私の血肉となったのは確かです。

## すべては西洋医療を信じるところから始まる

常識的な親の元で、新聞やテレビを見て育つと、こうってしまう人が多いのではないのでしょうか。

「西洋医療は人々を救う」

「西洋医療が最先端の医療」

「西洋医療で解決できないものは解決できない」と。

これは世の常識です。

大して疑いもせず生きていた私の脳みそにも、何の抵抗もなく、これらの常識がインストールされていきました。

若いときには最先端の医療に大興奮しました。

西洋医療がもっと発展することで、人類が病気というものを克服して欲しいと切に願っていました。

医者をリスペクトし、製薬会社も応援していました。

それが25年を経たいま、まるっきり逆の立場にいることになります。

一つ思うのです。

これは、ポジショニングの話ではないなど。

私はどちらのポジションも経験しましたし、周りにもどちらのポジションの人もあります。

西洋医療信奉者と、アンチ西洋医療の人。

大体みんな最初は西洋医療信奉者から入り、そこからアンチに流れる人が出てきます。  
面白いのは、それは**不可逆的**なのです。

要するに、西洋医療信奉→アンチ西洋医療 という流れはありますが、  
アンチ西洋医療→西洋医療信奉 という流れは一切起こらないということです。

コロナワクチンでも、同じ構図でした。  
コロナワクチン推奨→反ワクという流れはありましたが、  
反ワク→コロナワクチン推奨 という流れは一切ありません。

これは何を意味するのでしょうか？  
冷静に考えればわかることです。

**「行き着いたところが真実」**ということです。  
通過点は、間違いであったということです。  
単なる考え方や意見の違いであれば、双方向に人々の移動があるはずなのです。

私自身、いままでたくさんの常識による洗脳を解いてきましたが、医療洗脳はそれらと比してかなり強力だと感じました。  
政治家や官僚、学者や医者などの賢い人が、その洗脳が解けない理由や、解く困難さも身をもってわかります。

俗に頭が良いと言われる論理的思考が強い人ほど、この洗脳が解けにくかったりもします。この物語は、私が洗脳を解いて来た歴史でもあるのです。

## 医療洗脳が解け始めた「出産」の話

私が「医療って本当に患者のためなの？」と疑い出した一つが、妻の出産時にあります。  
妊娠中、初めての出産を迎えるにあたり、たくさんの勉強をしました。

結果として自宅出産を目指すことになったのは、病院での出産が、医者のための仕組みになっていて、全くママや子供のためになっていないことが分かったからです。

「自然な状態で生まれた赤ちゃんは、生まれたときに笑う時がある」という話には度肝を抜かれました。  
「えっ？泣いたら、『元気な赤ちゃんです！』というのは嘘なの？」と最初の衝撃でした。

ようやくママに会える〜って思って、暗いところから出てきたら、めちゃくちゃ眩しいし、知らない人ばかりだし、いきなりママと引き離される。

こんな状態であれば誰でも泣いてしまいますよね。

薄暗い部屋で、ママと助産師さんくらいしかいなくて、出てきたらすぐにママに抱きしめてもらえるときには、赤ちゃんは泣かずに笑うこともあるそうです。

いまの医療は、まったくあちら都合であるばかりか、嘘の常識を私たちに押し付けていたのだと思いました。

産む姿勢も、本来であればうんこスタイルが一番産みやすいはずですが、仰向けにうんこをしろと言われてたら、やりづらくて仕方ありません。

仰向けに産むのは、医者が処置しやすいからに他ありません。妊婦のことが一切考えられていないのです。

また、陣痛促進剤を使用したり、帝王切開が増えているのも、医者スケジュールが立ちやすいという側面が大いにあります。現に病院での土日の出産はどんどん減ってきています。お医者さんや看護師さんが休みを取れるようになっています。

出産という生命誕生の象徴的なシーンだけでも、**患者<病院** という優先順位になっていたのです。あとは推して知るべし。他の病気でも、常に病院が優先、すなわち利益優先になっていることでしょう。

出産に対して調べ尽くしてみて、西洋医療の実態がわかったときが、私にとっての洗脳が解ける分岐点になりました。

## 西洋医療の3つの勘違い

西洋医療って、大きく3つの勘違いがあるって思っています。

その根本的な勘違いを正さない限り、どれだけ努力しても、どれだけ投資を重ねても、西洋医療では、病気は治せないと私は確信しています。

**1つ目**は、人間の身体をハックできると思っているところ。

ここがすべての原点でしょう。方向性のずれはここから始まっています。

ITと医療って180度、考え方が違うものなのです。

例えばスマホは、元々、地球に存在しないものを人間が作り上げている行為です。

医療というのは、すでに生物という完璧な作品が地球に存在していて、それを人間が少しずつ紐解こうとしている分野です。人間が何かを新たに産み出したわけではありません。

言わば、不時着した飛行機を、未開人が分解して遊んでいるようなものです。その部品の1つすら自分たちでは作れないのに。

だから医療ができることなんて、本来は、なにか不具合が起きたら、元の完璧な状態に戻るようにサポートすることだけなのです。導線を切り貼りしてみたり、新しい部品をくっつけたりしたら、元の完璧な状態からかけ離れてしまうのは至極当然の話です。

それに関して **2つ目**。

副作用があるのが当たり前ではないこと。

西洋医療のアプローチでは、本作用と副作用がセットです。それが常識となっています。

でも、それは部分最適をしようとして、本来の完璧なデザインを壊すようなことをするから起こる現象なのです。

完璧な機械を、未開人が勝手につぎはぎしたら、新たな不具合が出るのは当たり前ということです。元の完璧なデザインに戻るようにサポートしてあげるだけなら、副作用は起こりません。サポートにはそもそも副作用という概念すら存在し得ないのです。

最後に **3つ目**。

「原因と結果」という概念を全く理解できていないことです。すなわち、結果には、すべて原因があり、その原因をなくせば結果は変わるということです。結果だけを無理やり変えても、原因が残る限り、同様の結果が再度生じるということです。

例えば、胃ガンになったとして、主流の西洋医療は、ガンにだけ対処します。大元の原因を潰せば、胃を切る必要もなければ、再発も防げるというのに原因の対処はしません。胃がんの原因は、血液の劣化、体のエネルギー不足、経絡の滞り、資材不足、体内毒素、暴飲暴食、メンタルの影響、それらの複合など、様々な要因が考えられます。

原因をしっかり特定し、その原因を潰していくことこそ、真の治療です。西洋医療は結果だけに対処をして、また「再発だ!」「転移だ!」って騒いでいるのですが、原因を放置しているのですから当たりのことです。

これら3つの勘違いを携えたままでは、病気をなくすというゴールには、西洋医療は絶対にたどり着くことができません。絶対にです。

逆に言えば、西洋医療を反面教師に、勘違いをせず、真摯な姿勢で体に向き合えば、病気は治っていく確率がとても高まります。それが真の科学というものです。

## すべてがミトコンドリアにつながった

理由がよくわからないけど、なぜか効果がある成分や技術。

そういうデータのストックを私は常に頭に溜め込んでいました。その謎を解き明かすためにです。

ある特殊な水。あるエネルギーを照射した商品。ある種のサプリ。イオン化したミネラル。高濃度酸素などなど。とても安定した効果と評判がある技術です。

でもなぜそこまで効果が出るのかがわからない。

世間では「不思議」という言葉で片付けられていたり、もっともらしい理由がつけられていますが、本当にその理由があてはまるのかも定かではありません。

自分の中で、何かもやもやしている日々が長年続いたある日、そこに一つの共通点が見つかりました。

「ミトコンドリアだ!!!」

それらは、すべてミトコンドリアの、エネルギー産生を高めるものでした。

よく考えたら、当たり前なのです。

この宇宙にあるものは、星も、スマホも、動物も、すべては、エネルギーで動いているのです。エネルギーがなければ、どれも動くことは不可能です。

そういう仕組みで宇宙は出来あがっているのです。私たちの生命の根源はエネルギーなのです。

呼吸が止まると、人間は4～5分で絶命します。

これは、表面上は酸素不足による死ですが、実際は全身のミトコンドリアに酸素が届かないことで、エネルギーを作れなくなるから死ぬのです。

すなわち、呼吸をしないと、エネルギーが枯渇して、私たちの身体は動けなくなって死ぬのです。

電化製品なら再充電できますが、生物は一度エネルギーが切れて止まると、そこからの復活はほぼありません。これだけエネルギーは生物にとって、最も重要な根源的なものなのです。

家庭に例えるなら、エネルギーとは電気です。電気がなければ、私たちの生活に支障が出るのは容易に想像できると思います。

私たちの身体はオール電化。エネルギーが足りなければ、どこかに不具合が出るのは目に見えています。

世界にある、奇跡を起こしてきた成分のほとんどは、ミトコンドリアのエネルギー産生をサポートする成分だったのです。

それだけ、私たち現代人は、エネルギーが不足した状態で生きていることの裏返しでもあります。

ちなみに、COQ-10とか、NMNとか、PQQとかたまたまブームになるサプリもミトコンドリアを活性する成分です。

## 細胞の生体維持には-25mVが必要

次の表は、最近の研究でわかってきたことです。

私たちの身体は、細胞一つ一つがただ普通に生命を維持するだけで、**-25mV**の電圧が必要です。電子はマイナスの電気のため、頭に“-”がついています。

細胞電圧 (mv)	細胞pH	
-50	7.88	新しい細胞を作る
-45	7.79	
-40	7.7	
-35	7.61	子供の標準
-30	7.53	
-25	7.44	大人の標準
-20	7.35	
-15	7.26	疲労
-10	7.18	病気
-5	7.09	
0	7.00	
5	6.91	
10	6.83	
20	6.65	
30	6.48	ガン発生

これは、単にその細胞が普通に生きながらえるのに必要な電圧です。この場合の電圧はエネルギーと同義と捉えてもらって良いと思います。

もし細胞分裂をしたり、傷ついた細胞を修復するとなると**-50mV**の電圧が必要になってきます。

-25mVしか細胞にエネルギーがないと、私たちの身体は病気を自力で改善することができないということです。新陳代謝が遅くなり、老化も早くなることでしょう。

慢性的にエネルギーが足りないと、「疲労」という症状が現れます。疲労が改善されないと、組織全体が疲弊して、病気になります。



この状態を改善するには、エネルギーを増やすことしか解決策がありません。どんな有効成分があったところで、その効果を発揮することはできません。

私たちは日常の生活を営むだけで、ある一定のエネルギーが必要なのです。生体維持に必要なエネルギーを上回らないと、病気の治療は難しくなってきます。物理学の基本でもあり、生命の基礎原理にもなります。

気を付けることは、「疲れ」が続くことを楽観視しないこと。  
病気になったら、エネルギー量を増やすことを第一に考えることです。

## 35億年間、私たち生物に必要なだったもの

思うんですよ。

生物の歴史が35億年だったとして、  
34億9999万年9900年間、必要なかったものが、この100年で急に必要になる訳がないって。

私たちはそれまでずっと、地球に自然にあるものだけで、命をつなぎ、病気を自ら治して来たのです。

製品を開発して、最新の成分と、10億年前から地球にある成分を比較すると、とてもよくわかります。  
人工的に開発された、最新の成分なんて、すごい効果があるものをほとんど見たことがありません。一見、効果が出たように見えても、瞬間的な効果です。

逆に細胞や組織に足りていない、10億年前からある成分を補うと、とてつもない効果が表れます。

当然です。細胞自身には、自然にある成分で、自動的に修復するメカニズムがもともとあるのですから。  
そうやって35億年も、命をつないで来たのです。

隕石が落ちたり、氷河期が来たり、病原菌がまん延したり。そんな過酷な環境が何百回も起こり、その中を生き抜いて来た、わたしたちの細胞たち。その素晴らしさを想像してみてください。

ここ数百年の人類の知恵なんかで太刀打ちできるわけがありません。なんせ、私たちは細胞一つ、毛1本すら作り出すこともできないのですから。

では、私たちの細胞に必要なものとは一体何でしょうか？

## 生物に必要なたった4つの要素

基本的には4つしかありません。

地球に昔から当たり前に、豊富にあるものです。万が一、希少なものが必要である生物が突然に誕生したら、その生物は絶滅してしまったことでしょう。

まず1つ目は水。

地球上の生物には水が必要です。

生物は水から誕生したと言われていますが、NASAが生物のいそうな地球外惑星を探すときに、水の有無を真っ先に確認するくらい、生物と水は切り離せないものです。

化学反応は基本的に水の中で起きますし、水が様々な情報を保有するので、水なしには、生物は始まりません。

蛇口から出てくる水と、山から流れてくる水は、似て非なるものです。

分子式が同じ $H_2O$ でも、含まれているエネルギーの強さや、スピン量、水分子同士の結合状態が全く違います。

長年の実験で、水の性質によって、体や肌に与える効果が、天と地ほど変わる現象をたくさん見てきました。成分としてはどれも $H_2O$ なのに、まったく効果が違います。

今の科学は、なぜ分子式しか見ないのだろうって不思議なくらいです。化粧品なんか水を変えるだけで、びっくりするような効果が出ます。分子式や成分がすべてという、“成分至上主義”はもはや終焉を迎えたと思います。

成分も、陽子や電子のスピン量が違うだけで、効果が全く異なって来ます。スピン量=エネルギー量ですから、それは当たり前のことです。

次に空気です。

空気がないと、ほとんどの生物は生きられません。

人間にとっては、酸素が一番、切らしてはいけない成分です。

そして、土。

土に含まれるミネラルやアミノ酸などの成分がとても大切です。

生物が進化すればするほど、土から生み出された植物が持っている成分なども必要になってきますが、基本としては「土」です。

最後に太陽。

外部からのエネルギー供給がないと、生物は生きられません。

温度を維持することと、太陽光の各種波長が、私たちの生体維持には欠かせません。

私たちの細胞を1つ取り出して、シャーレで培養しようとする、基本として必要なのはこの4要素です。

西洋薬的な成分などは全く必要ありません。

私たち人間の身体はこの1つの細胞が37兆個集まって共同生活をしているだけです。

ということは、私たちの身体全体に必要な成分も全く一緒です。

この4要素が、すべての細胞に行き渡っていれば、私たちの身体は健康なのです。すべては、4要素が十分足りているか、そしてすべての細胞まで循環しているかです。

逆に言えば、この4要素が1つでも欠けたら、私たちの細胞は生きていきません。徐々に弱っていき、最終的には死ぬこととなります。

これが健康の基礎です。必ず覚えておく必要があります。

美容も健康とほぼ同義です。

美容とは、肌細胞の健康のことを指します。

肌細胞は全身で2兆個と言われていますが、その1つ1つの細胞が健康であれば、それが美しいということなのです。

美容という別ジャンルがあるわけではありません。

花は健康に咲いていれば、それだけで美しい。

人間の肌も、赤ん坊のように健康的であれば、美しいのです。

だから美容も、目指すべきは「肌の健康」なのです。すなわち肌細胞に4要素を届けてあげることです。

## シンプルが最強

ここまで理解出来たのならやることは簡単です。

健康になるには、4要素を全身37兆個の細胞に巡らせれば良いだけです。

基本的には、この4要素が足りないことで病気になっているのですから。

ただし、インフラである血流や経絡などが滞っていると、全身の細胞に必要なものが届かないので、しっかり循環しているかには注意が必要です。

肌を美しくする場合は、肌細胞に直接4要素を与えることも可能です。

足りない栄養素は、優先順位が低い肌細胞までなかなか回してもらえないので、体内からの摂取と同時

に、肌から直接摂取すると、確実に4要素を補うことができます。

ルクセスの製品は、すべてこの考え方に基づいて処方されています。

基礎原料として用いているのが、まず「29種類のイオン化ミネラル」です。

ミネラルの詳しい話は、弊社小冊子「最強の成分」に譲りますが、ミネラルが足りないことで、私たちのミトコンドリアは十分なエネルギーを作り出せていません。

最強の成分



このことが、私たちの身体がエネルギー不足になっている大きな原因になっています。全身の細胞内のミトコンドリアにミネラルを補ってあげることが必要です。

そして、「酸素」。

ミトコンドリアによるATP産生に、絶対的に必要なのは酸素です。

そのために、私たちは日々休まず呼吸をしているのです。

地球の酸素濃度の低下や呼吸が浅くなる生活などにより、私たちは慢性的な酸素不足でもあります。だから、酸素を補ってあげるだけで、ミトコンドリアのエネルギー産生量は上がります。

特にお肌は酸素不足になっているので、化粧品から酸素を摂取することはとても有効です。

ルクセス使用のお水には、特殊機械により高濃度酸素を含ませております。

次に「良い水」

自然に流れているお水と、家庭の蛇口から出てくるお水は、同じではありません。

自然のお水には、大地のエネルギーが含まれています。

お水は、構造化して ( $H_3O_2$ )、多くのエネルギー（電子）を保持していることが重要です。

また水素結合の状態や、重水素の量、水素原子のスピン状態、保持している情報なども性質に関わってきます。

ルクセス使用のお水には、特殊な2つの機械を通すことで、自然なエネルギー（電子）をたっぷり含むお水にしております。

## 太陽を避けたら人類は滅亡する

最後に「太陽」です。

太陽がなければ、私たち生物は生きることができません。

無条件に降り注ぐ太陽のエネルギーや太陽光のおかげで、わたしたち生物は35億年、命を連綿とつないできました。

最近、シミができるという悪評だけで、太陽をみんなが避け出して、とても可哀相に感じます。太陽は、見返りも求めずずっと地球を照らし続けてくれます。そして日本の最高神は天照大神。太陽の神です。

太陽光は例えば、紫外線だけでも、ビタミンDの生成以外に、私たちの身体に何十もの作用を起こしています。紫外線を浴びなければ、必要な作用が起きません。

赤外線や可視光線である七色の光にも各々の波長により、私たちの身体に必要な作用が起きるようにできています。

肌細胞に直接、作用を与えることもありますし、目から入った光が、松果体に当たることで、全身に信号を送るというメカニズムもあります。

植物も蛍光灯など、フルスペクトルでない光だとともに育ちません。これだけ、太陽光は我々の生体活動と密接な役割をもたらしています。

現代人は日光を避け過ぎて、太陽光の波長が足りていません。弊社では、太陽の七色の光の波長を入れたお水を、原料として採用しています。

以上、酸素、電子水、酸素、太陽の4要素を弊社の製品に活用しております。これらがレスキューシリーズの効果の基礎になっております。

## 結論。健康の「センターピン」とは？

25年、遠回りして、健康・美容の分野で、たくさんのことを学んで来ました。多くのエビデンスに触れ、検証のための実験もたくさんしてきました。

その上で私が行き着いた、「健康のセンターピン」の話です。

「センターピン理論」とは、ボーリングが、1番ピン（センターピン）を倒すと、その他のピンも連鎖して倒れていってしまうことになぞらえた、一番大切なところだけを狙えという理論です。

センターピンを外せば、ストライクは絶対に取れないし、センターピンにさえ当たれば、結果はついてきて出てくれます。

ビジネスでもダイエットでも、「センターピン」を外していると、努力に比して結果は出ません。

ダイエットのセンターピンは、結局は「食事コントロール」です。サプリや運動など、それ以外の方法を探っても、センターピンを外しています。

「食事」で太ったのですから、「食事」で痩せる以外にないのです。「センターピン」は、努力が必要だったり、勇気が必要だったりして、人間は薄々わかっているところを外して、ボールを投げてしまうのです。

コーチングをしていても、「ここと向き合わないと現状を変えられない」というセンターピンを提示しても、大体の人はやりません。そのセンターピンに向き合うことは、とても勇気を消耗することだからです。

と、前置きが長くなりましたが、「健康のセンターピン」は何でしょうか？  
私の結論はこれだけです。

### 「自然に戻ることに」

すべてのエビデンスも理論もここに収束します。

野生の動物は人間が掛かるような病気になりません。動物園で飼育されたり、ペットとして飼われた瞬間から、人間と同じ病気になり始めます。

私たちの目の前に答えはすでにありました。  
見習うべきは野生の動物です。

人間もかつては野生の動物でした。

できるだけ、野生の動物と同じ生活ができるか、自然に戻った生活ができるか、というのが病気を防ぎ、病気を治す唯一の方法だと思います。

- ・ 太陽の光で目が覚めたら起きる
- ・ 眠いときに寝る
- ・ お腹が空いたら食べる
- ・ 自然のものをまるごと食べる
- ・ 自然のお水を飲む
- ・ 薬は飲まない
- ・ ひなたぼっこをする
- ・ 走ったり歩いたり適度な運動をする
- ・ やりたいことだけやり、嫌なことはやらない
- ・ 疲れたら休む

これだけのことを心掛けるだけで、人は健康を手に入れられます。  
逆に言うと、このセンターピンを外しながら、薬などで真の健康を手に入れるのは不可能です。

ここまで理解したときに、医学の父、ヒポクラテスの名言と出逢いました。

「人は自然から遠ざかるほど病気になる」

もう2400年以上前に、医療の答えは、とっくに出ていたのです。  
さすが医学の父と呼ばれた方です。究極的には、本当にこれだけなのです。

人間は困難を避けるため、今の便利な暮らしを選択しました。  
だから、自然に戻るには、ある程度の努力が必要かもしれません。

将来、あなたが病気で苦しんだり、多額の費用を払うことを考えれば、多少のエネルギーを注ぐことは価値があると思います。

## 私には夢がある

私には人生を懸けた夢があります。

それは、「正しい医療を世界に広める」ということです。

はっきり言って、現代医療が正しい医療の姿とは思えません。  
理論もそうですが、何より問題なのは、「志」です。

多くの人が拝金主義の奴隷になり、人を思う「愛」の気持ちが、踏みにじられている。  
人の身体を痛めつけて、お金を稼いでいる現実。  
私には、これが絶対に許せません。

だから、「正しい医療」を広め、  
みんなが健康で、安心して、自分の人生を歩める社会を作りたい。  
そう思って活動しています。

大きな夢なので、きっと私が生きている間には達成できないと思っています。  
それでも、後世にそのバトンの一端でも残して死にたい。

もし志が一緒の方がいましたら、一緒に取り組みましょう。

最後に、あなたのご家族や、大切な方が、自然な生活をしながら、今後も健康で美しく過ごせることを、心より祈願しております。

高橋伸嘉（法名 釋真道）