

特 116

308

醫學博士 川上漸氏講演

或る仙術の批評

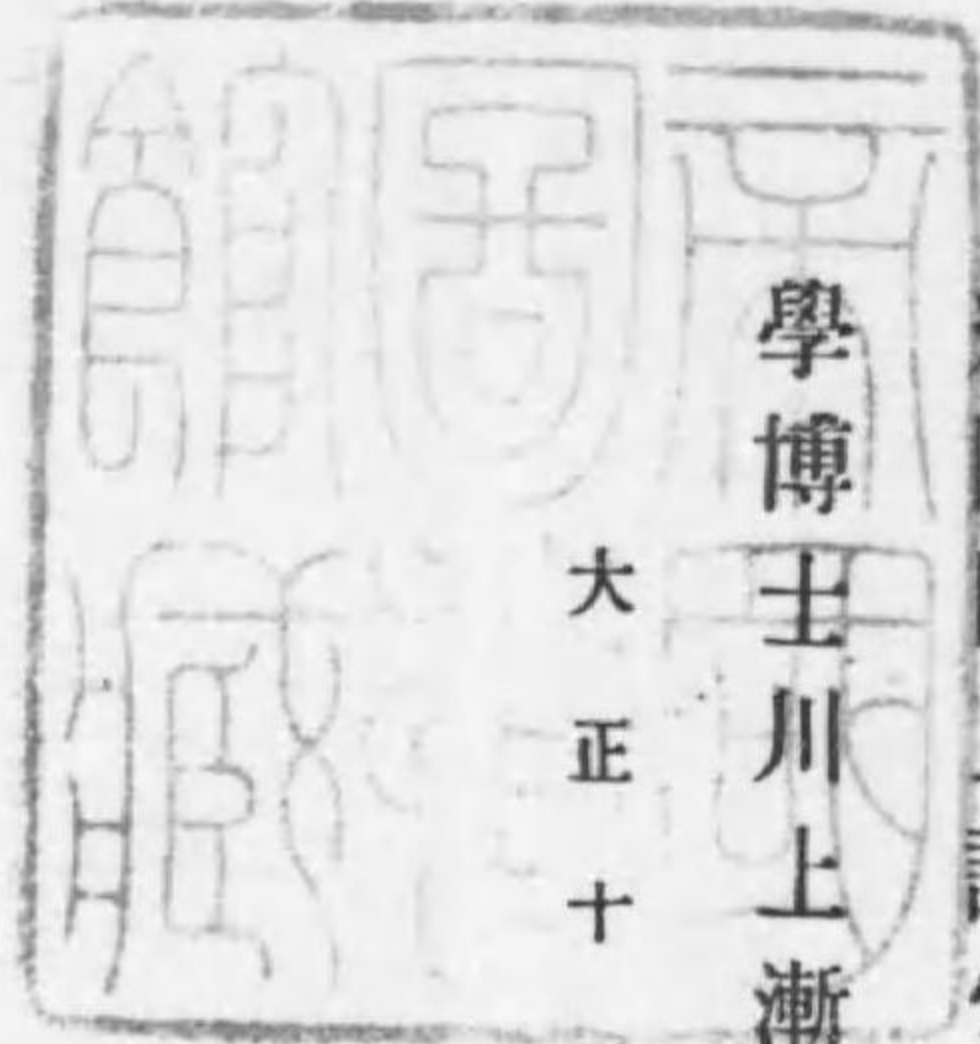
食養研究會



始



持116
308



本書は大正十四年十一月二十七日午後三時慶應義塾大學
病院階上講堂に於て開會せし本會第四回講演會に於ける醫
學博士川上漸氏の講演速記録なり。

大正十五年三月

はしかき

食養研究会

大正
15. 3. 22
内交

或る仙術の批評

醫學博士 川 上 漸

私は食養學を研究して居るものではございません、平生は病理學解剖學を學んで居るものでありますが、昨日突然大森博士がお出になりまして、隈川博士は止むを得ず御缺席になるから、何か話をして呉れないかといふことになりました。その時に大森博士はさういふお考へでお話になつたか知りませんが、私には非常に幸福なことが耳に響いたのであります、それは一席話をして呉れないかといはれたことでございます。凡そ演説とか講演とか申しますものは一場といふのが單位なのでありますが、大森博士が私への註文は一席話して呉れいふことで、従つて講演でもなければ演説でもないであります。一席話なら何か饒舌る種は明日の午後までには考へ付くだらうと思つて居たのであります、さうするに矢繼早に會の方がお出になつて、明日の演説は何いふ題であるかとお尋ねになつたのであります、即座に何んにお答へして宜いか判りませんので、或仙術の批評といふやうな題を掲げたのであります、決して眞面目くさつたものでもなく、一場の講演でもない、如何にも一席のお話で太したことは申しません。

仙術に申しますに有難さうであります、それは暫らく後廻しにいたしましたして、私の伯父の一人に漢法醫を營んで居るものがあつて、それが私の中學時代高等學校時代に、屢私に仙術といふものを傳へて呉れたのであります、却々奇抜なものもあつたのであります、當時醫學を學ばざる私は唯不思議なこゝみのみ考へて居たので、多くのものは忘

れて了つたのであります。それから醫學を學び始めてから伯父に教はつたいろくの仙術の中で、一つ面白いものがあつた、それをいろ／＼の事柄にふれて考へて居つたのであります、別に珍らしい譯でも何んでもありませんが、唯今日學問の上から説明をして見るに、甚だ面白いことであるに斯う思つてゐるだけで、事柄は極く簡單だから、暫らくそれは玉手函に納めて、もう少し後にお話を残しておいた方が宜からうと思ひます。

人間は長生きをする、或は健康な状態を維持する爲めに養生衛生といふことを致します、その中の一つに沐浴をして體を清めるといふことがあります。特に吾々日本人は沐浴して體を清めるのが、愉快なことのひとつで、吾々醫學を研究して居る者から申しましたならば、この體表を清潔にするといふことは非常に大切であります、特に吾々日本人は世界一清潔な民族であるに稱せられるだけあつて、沐浴は神代の頃から行つたらしいのであります。唯私の不思議に思ひますことは、體の表面を洗ひ清めることは熱心に行はれて居りますが、體の内部を洗ひ清めることは今日尙等閑に附せられて居るやうであります。吾々健康で生きて居る限りは天の與へた所の装置によつて、體の内部を洗ひ清めて居るものであります、併しながら自分の考へを基として體の表面を洗ふが如く、何故自分の考へを基にして自分の體の内部を洗ふことに、人は考へ付かないのであらうか。平生考へて居るのであります。

然らば體の内部は洗ふ必要があるものであるか、又天の自然が與ふる所の装置は、果して吾々の體の内部を洗ふ如く出来て居るものであらうか。申しますに、確かに必要があり、確かに其装置があるのであります。即ち吾々の生理作用の一として血液を清めるといふことが行はれ、或は汗をかくとか、尿を排泄し呼吸をする、尚多くの人の氣付かざる事ではあります、人間は汗以外に於て大腸から相當の液體を排泄することに、さういふ事によつて體の内部を洗ひ清め

て居るのであります。此作用がないとしたならば、吾々は案外早く老衰し衰弱し、尙或條件の下にありては早く死ぬる。世間に知らるゝ所ではあります、斷食―飯を食はないで或禱をするといふやうな時、何も―水も食へ物も取らない場合には、吾々の生命は案外早く終末を遂げるものです。しかし物を食はなくとも水を飲んで居るに、案外長く生きるもので、多くの行者が斷食をいたしまする場合には決して何も口の中へ入れないといふのではなく、水を飲んで居るのであります、水を飲んで居るに物を食はなくとも、體さへ靜かにして置けば相當長生きし得るものであります。そこで何故水が必要であるかといふに、水は血液の中へ入りそれが體の組織の中を流れて、そしてその組織を洗ふからであります。吾々が働く場合即ち精神的に或は肉體的に働く場合に、吾々の體の組織は消耗される、その消耗といふことを他の言葉で以て申せば、化學的に分解せられるのであつて、即ち分解産物が組織の中に鬱滞をする、その鬱滞をするものを洗ひ流せば長く生きることが出来るが、洗ひ流さざる場合においては早く死ぬるのであります、それは吾々の體に行はれて居る生理作用、自然が與へた所の人體内部の清め装置であります。先づこの位申上げていよ／＼仙術玉手函の蓋を開けることにいたします。

由來玉手函に入つてゐるものに太したものとないことは誰れも知る通りであります、私の所謂仙術も亦その一つであつて、それは霞を吸ふて泉華を喫するといふことである。霞といふものは晝ない譯ではないが、概して早朝の氣で、朝の早い間に棚引き渡る所の水蒸氣を含んだ空氣でもいひませうか、とにかく霞は朝早いものであります、泉華といふのは早朝に吸み上げた所の泉の水であつて、平たいいへば霞を吸ふて水を飲むことでもあります。この霞を吸ふといふことは獨り仙術ばかりでない、昔の唐詩選や三體詩等を読んで見るに、このことが屢記されて居ります。之は要するに

朝早く起きて深呼吸をすることに過ぎないので、今日から申したならば霞そのものが何も病を退治し、命を久しくさせる上に効果のあるものではない、朝早く起きて夜の明けない頃の空気を深呼吸し、そして朝早く汲み上げた水を飲む、所謂泉華を喫するといふのが私の所謂仙術で、之は甚だ面白いことだと思つて居ります。私自身の試みしました所では餘り早起をする男ではありませんが、午前六時頃に起きて床を離れると直ぐ井戸端へ行つて、清淨の水を手頃のコップに二杯程飲むのであります。さうするに腹が重いやうな気がいたします、庭を掃くとか屋敷を散歩するとかして、約四十分乃至一時間位経ちますと、腹は軽くなるが今度は體が膨らんだやうな気がして参ります、次いで朝飯を食ふ、この間の時間が仙術には最も大切な所で、四十分なり一時間の時間を置かずに朝飯を食へば必ず腹を痛めるのであります。さうするに午前九時頃になつて多量の尿を排泄する、漢法の言葉で借りていへばとにかく利尿が頻繁に起つて來るのであります、それと前後して（凡そ九時頃）通じがであります。今日薬を飲んで通じをかけますと必ず腹の痛みを覚える、現在最も普通に用ひる下劑カスカラ等も決して腹を痛めずして通じを催さすことにはないのであります。

然るに仙術による所の水を飲めば、その結果は決して腹の痛むといふやうなこともなく、通じが終るに頭腦は明晰となり全身何さなく輕快を覚えて來る、歩くにも足が軽いやうな氣持がし、物事を考へる場合にも鋭い及物を以て物を裂くが如き感じ運び得るのであります。靈を吸ふて泉華を喫するその結果が毎日効いたか効かないかは、二三日やつて偶に一日位休んで見る、さうするに以上の如き現象が全く起りませんから、非常に氣持が悪い、又翌日それをやると同じ、快い氣分になつて來るので、如何にこの朝起に泉華を喫することが、有效なものであるかと判るのであります。而してその中で最も大切なことは朝早く起きなければならぬの、水を飲んでから間を四十分乃至一時間置くことで、

その四十分乃至一時間の間も唯靜かに坐つて居るのでなくして、軽い運動をする、激しい運動をすれば何等効果がありません、軽い運動としては散歩とか庭掃き位が適當で、それが極く大切なことでもあります。

何故斯ういふ簡單なことが第一人間を非常に心地よくさせ、頭腦を明快にし全身に輕快の感を與へるものであるかを此處で申上げて見たいと思ひます。凡そ人間は前日の疲勞は一晩寝む即ち睡眠することによつて、總て回復し得るもので、翌朝眼の覺めました時は即ち全身に非常なる元氣を有つて居る、同時に胃及び腸は何か欲しいと思つて居ります、そこで旺盛なる元氣が食慾となつて現はれて居ます所へ、水を多量に取りますために、それは非常なる元氣を以て吸ひ取られて行くのであります。始め腹の重いやうに感じましたのは胃の中に水が溜つて居るからであります、暫らくして腹の空になると同時に、全身が膨らんだやうな氣持のいたしますのは、吾々醫學を研究するものにおいては之を一時性の多血症といふ状態が起つて來ると稱するのであります。その一時性の多血症はどんななるものであらうかと申しますと、第一體の血液の中に停滞して居る所のいらくの老廢物、即ち吾々が生きて行く爲めに體力を消耗した所の生活の殘滓、平たく申せば粕—その粕が稀薄められるのであります、老廢物が稀薄められた状態から尋常量の血液の量に歸らうとするために、その餘つた水分を棄てるのであります、水分を棄てるが爲めに利尿が頻繁になつて來る、その頻繁に起つて來る所の利尿の尿の中には老廢物の多量が棄られるはずであります。それから吾々の方から申しますと腎臟と大腸とは略似たもので、大腸からもやはり多量の老廢物を有つた液體が排出せられるのであります、大腸には誠に穢い話でありますが宿便をたゞへて居るのであつて、そこで粘膜から多量の水分が排出せられ、その水分の排出せらるゝことによつて便が軟かになり排泄せられ易き状態になるのであります。泉華は藥物でない唯水であるが故に腸の蠕動を起す

こころが緩かで、そこに腹痛を伴ふやうなことは決してありません、この作用によつて吾々の血液及び組織液を洗ひ清めることが出来る、そして頭脳はいよ／＼明晰となり、全身は軽快を覺ゆるに至る。明晰なる頭脳と軽快なる體を以て社會の事柄に當る以上、吾々は病氣に罹るはずがない、嫌でも長生きをしなければならぬはずであります。

今日私が茲でお話いたしますのは世間に斯ういふ傾きがあるからであります、世間の人はお金のかゝることは却々熱心に行ふものであるが、お金のかゝらないことはさうも效目がないものと思ひ易いのであります、賣藥なまでも値段を高くするこゝつまらない藥でも賣れるやうに總てさういふ風があります。然るに水は誠に價の廉なるものにして、自分の井戸から汲み上げて飲む、價のあまり廉なるが爲めに世間之を行ふ人が少いのであります。斯の如く安價にして容易なる仙術―無病息災なる藥があるのに、世人は何を苦んで高いお金を拂ひ藥物にのみ頼らんとするのであらうか。長生きを爲さらうと思つたら早速安價にして且容易なる仙術をお試みになつたが宜いと思ひます、昔から朝の空腹時に水を飲んで腹を痛めたさいふ話は決して聽かない、安心してお試めしになつても宜いと思ふのであります。唯言ふは易く行ふは難くして、水を飲むさいふこころは實際行つて見るこゝ、一寸骨が折れます、朝起きて咽喉が渴いた時に水を飲めば非常に良い氣持だが、咽喉も渴かないのにコップに二杯も飲むのでありますから、最初の一杯はこもかく二杯目は休み休み飲まないこゝ飲めないものであります、それを暫らく練習するに遂には心持の良いこゝに誘はれて、毎朝行らざるを得ないこゝになります。唯一つ骨の折れるこゝは朝早く起きなければならぬさいふこゝであります。如何に綺麗な御宅に住ひ非常な美食に飽きて居る人であつても、朝寢坊をして長生きをしようさいふのは之は無理であらうと思ふ。如何なる仙術でも朝寢坊をして尙無病息災である方法は傳はつて居らないやうであります。私のお話しようと思ふこゝは之

れだけであります、唯私は自らこのこゝを體驗して居るので、この悦びを親しく皆さんにお頒けしようと思つて、茲に一席―一場ではありませんお話し上げた次第であります。

294
561

大正十五年三月十六日印刷
大正十五年三月十九日發行

(定價拾五錢
郵稅貳錢)

東京市四谷區西信濃町二十二番地
慶應義塾大學醫學部內

編輯兼發行所 食養研究會

右代表者 長井實

印刷者 東京市日本橋區兜町二番地 神谷岩次郎

印刷所 東京市日本橋區兜町二番地 東京印刷株式會社

終

