Ｖｉｔａｌｉｔé インタビュー

94歳でエージシュート*!

＊ゴルフで自分の年齢より下のスコアでまわること。

塩谷　信男

聞き手：佐多保彦　株式会社東機貿 代表取締役社長

次女を連れて先生をご自宅に訪問（佐多）

佐多：先生は現在95歳でいらっしゃいますが、昨年94歳で94のエージシュートをされたとか。今でも週に1回はゴルフのコースに出ておられるそうですが、ゴルフ歴は長くていらっしゃるんですか。

塩谷：始めたのは34歳です。60歳までの最高ハンデは13でしたから、アベレージより少し上のゴルファーでした。ところが60歳のときに完成した独自の健康法で、シングルになってやろうと思い立ちまして、64歳でシングル、66歳で8まで上がりました。87歳のときに83でまわってエージシュート、92歳、94歳でもこれを達成しました。

佐多：60歳になられてからその驚異の健康法を始められたわけですか。

塩谷：これは僕が「正心調息法」と名づけたものです。その名が示す通り、「正心」と「調息」の両方から成り立っています。僕は14歳のときに腹式呼吸を始めて、以来ずっとこれを続けてきました。生まれて間もなく息が止まるだろうと言われたのをはじめとして、ずーっとひどい健康状態だったので、なんとか人並みになりたいと思っていました。大学を卒業する頃からは人並みになり、開業医としてハードな勤めを果たしながらこの呼吸法はずーっと続けていました。ところが60のときに、宇宙の無限力を活用することを思いついて自分の呼吸法に取り入れてからは、低下するはずの体力が低下しないで、逆に上がり始めました。宇宙の無限力というのは、100億兆個もの惑星を含む天体を整然と動かしている宇宙の力とでも言いましょうか。

　宇宙の無限力の話が出たので、「正心調息」の「調息」のほうからお話ししましょう。これは一種の腹式呼吸です。やり方についてはきちんとやってもらいたいので本や講習会で覚えていただきたい。あなた方も昔やったでしょう、ふつう紙は炎天下に何時間おいても燃えないが、虫眼鏡のレンズで太陽の光を一点に集めるとすぐに燃えましたね。調息法を行うことによって、宇宙の無限力を体内に取り入れることができるんです。息を吸って宇宙の無限力が丹田におさめられ、全身に満ちわたったと念じます。さらに充息（数秒ないし10秒息を止める）の間に、己の願望を強く念じますが、この場合、願望を過去形で断定することが必要です。そうするとこの想念・内観がレンズの役目を果たし、目的が達成できるのです。1つの願望に5回呼吸し、1日少なくとも25呼吸が基準です。

佐多：宇宙の無限力は、中国の気功でいう「気」と考えてよいのですか。

塩谷：中国の「気」でもインドのヨガでいう「プラナ」でもよろしいです。少数ではあるが宇宙のエネルギーを研究している科学者もいます。近年は研究者の数も増えてきました。フリーエネルギーとして、電力源にしたらという研究です。これが実用化されるかどうかは別として、この無限力を己の体に取り入れて活力源として用いればすばらしい健康人が増えることは確かです。

佐多：それは是非試してみたいですね。それでは「正心」のほうは？

塩谷：これは「正しい心の使い方」です。僕は大きく3つのことを実行するよう説いています。①物事をすべて前向きにとらえる、②感謝を忘れない、③愚痴をこぼさない、の3つですから決して難しいことはない。それから是非言っておきたいのは、「想念」ということなんです。信念、精神力と言い換えてもいいかもしれない。これを「正心調息法」の呼吸の間に行ってください。人間の信念には偉大な力があることを実感したことはありませんか。

佐多：イメージということですね。私は常に夢をもつことが大事だと思っていますが、この夢というのは考えてみるとイメージのことだと思うんです。実は30年ほど前に会社に入ったとき、自分なりのビジョンを紙に書いてみました。これは今でも持っています。会社は自分のイメージ通りになってくる、これはもう恐ろしいほどです。

塩谷：それです。僕は80代中頃から前立腺肥大にかかって、90歳になってとうとう尿が出なくなりそうな状態まで悪化してしまいました。これを「私の前立腺肥大は治った！」と想念で尿が勢いよ

塩谷　信男 /しおや・のぶお

明治35年生まれ。大正15年東大医学部卒。京城帝大医学部助教授を経て昭和4年東大医学部において医学博士の学位を取得。昭和6年東京渋谷で内科医院開設、戦災で消失後、東京世田谷で再び開院。昭和61年3月閉院、このとき84歳。3部作『健康・長寿と安楽詩』『宇宙無限力の活用』『地球の破滅を救う』をはじめ、『大断言』『想念力の驚異』（以上東明社）、『大健康力』（ゴルフダイジェスト社）など著書多数。

弟2人は85歳と80歳。上の弟、勉氏は九州大学農学部教授退官後、日本心霊科学協会会長として活躍、今年の6月に引退。長男は、日本における形成外科の草分け的存在である塩谷信幸医学博士（北里大学）。現在65歳で同大学名誉教授。国際形成外科学会副会長として世界中を飛び回っている。長女皆川博子氏（66歳）は、芝居という特殊な世界を描いた『恋紅』で直木賞を受賞している。

著書, 実習会に関する問い合わせ先
真和界　柿内敬明
〒134-0088東京都江戸川区西葛西5-8-7 303
Tel & Fax 03-3686-6052

く出る姿をイメージしたら、まもなく尿が出るようになって1週間余りですっかりよくなってしまった。僕も医者なので、「前立腺肥大症は手術以外に治す方法はない」という医学の常識をもちろん知っていますが、治ったのも事実。僕の著書を読んで実行した多くの人が想念と呼吸法でこれを治しました。僕は白内障もこれで治したし、信じようと信じまいとこれが事実です。想念では、治る、よくなる、ではだめで、治った、よくなった、と念じてその姿を思い描いて下さい。何より僕自身が本当のサンプルです。

佐多：先生を拝見していれば、これだけお元気でいらっしゃるので私は信じます。想念の世界のすばらしさは最近医学界でもだいぶ報告されていますね。ハーバード大学助教授のスティーブン・ロック博士も『内なる治癒力』という本の中で、イマジネーションが癌治療などで確実に効果をあげていることを報告しています。

ところで先生は特別な食生活を送っていらっしゃいますか。ビタミン、漢方などはどうですか。

塩谷：ビタミン、漢方はいっさい無関心。ただ根本的に、自然に近いものを食べることにしています。加工しないもの、米は玄米、野菜は生野菜が主ですね。酒はいっさい飲まないです。昔は開業医でしたからね、家庭医ですよ。夜中だろうが元日だろうがおかまいなしです。酒なんか飲んでいて間違ったらたいへんでしょう。煙草は当然害があるから吸いません。煙草は間違いです、罪ですよ。

佐多：ところで今現在は、どのような想念を描いて調息法を行っておられるのですか。

塩谷：僕の話はすべて「大断言」に行き着くんです。「宇宙の無限の力が凝り凝って、真の大和のみ世が生り成った」というものです。ちょっとわかりにくいかもしれませんが、やっているうちに必ず理解できます。「凝り凝る」はみんな集まる、ひとつに凝り固まる、という意味。「生り成る」は生成。はじめは生まれて、やがて成る、つまり成熟する。今は世紀末と言われ、世の中の状態を見れば何もかもが悪いほうに行くなとか、惨めな世界へ行くなということがわかるでしょう。昔から20世紀から21世紀にかけて、この地球上に大動乱が起こると言われていますね。バイブルで言えば旧約の時代から、新約になってヨハネの黙示録が出ました。ノストラダムスは4行詩を書いて地球の破滅を予言しています。今世紀になってからはエドガー・ケイシーがやはり世紀末の破滅を予言した。ケイシーは、催眠状態で治療を行う病気治しの大家だったが予言もやりました。グラハム・ハンコックは「神々の指紋」で予言する意志はなくても予言する結果になった。それらに対して僕たちはどれだけのことをしていますか。僕はまず2005年に目標をおいています。現在までに人間がやってきたことを全部背負って、地球が大浄化作用を起こさざるを得ないのです。今がその決算のときで、このカタストロフィーが必ずくると思っています。一人でも多くの人が「大断言」を行って、宇宙の無限力を集めてこのカタストロフィーを乗り切ってほしいんです。本当は、宇宙の無限力も何もかも含めてそれは神の力なのかもしれない。あの神、この神というのではなくて、我々のクリエーター、宇宙のクリエーターとしての創造神です。宇宙の無限力などもこの唯一絶対神のほんの一部分に過ぎないのかもしれない。だから神を信じる人は、その神の力だと思えば結構。しかし神をもってきたのでは世界中に広がりません。宇宙の無限力なら誰でも信じてくれるから、僕はこれを使っています。

いずれにしても、まず皆さんには自分の老化に対して自分自身にチャレンジするところから始めてもらいたいですね。僕は60を過ぎてから人のできないこと、科学のレベル、常識を超えたことをやってきました。だがこういうものには物差しがない。ところがゴルフをやると、ゴルフでなくて他のスポーツでもいいですが、この年齢ではこれくらい、この歳ではあれくらい、という物差しがあります。これで科学のレベルを越えたことをやったことがわかります。僕はやると宣言してやってできなかったことはありません。人の説の受け売りでもなく、本からの知識でもなく、僕がずっと実験に実験を重ねて己が体験したことの結果がこれです。調息法をきちんとやって、宇宙の無限力を取り入れれば、誰でもやろうと思ってできないことはないはずです。誰々にはできて、誰々にはできない、というのでは意味がない、世界中すべての人ができるということに意味があるんです。僕は世界中の人に広めようと決心したから、それが形になってきつつあります。