



リボーン洞戸  
REBORN holy door

# フナクリ通信

[ サンプル版 ]

「がんに向き合うあなたへ」  
リボーン洞戸、いよいよ始動

平成30年

1月23日

OPEN

# reborn

## がんが伝えてくれること

がんの言い分は「変わりなさい」。リボーン（生き方の転換）へのメッセージ。

「え・・・がんだって・・・??」「どうして私のがんになるの?」「そもそもがんでどんな病気なの?」「がんを治したい・・・どうしたら治せるの?」「がんって・・・私、死んじゃうの?」それは突然、告知されます。最初は受け入れられないでしょう。しかし、医者からは容赦なくその根拠が示され、聞けば聞くほど認めざるを得ません・・・私はがんなんだ～。しかし、分かるほどに「どうして私が?」と思い、その理不尽さに時に怒りの感情が涙になって溢れる事もあります。「いったい私が何をした!」「私のどこが悪くてがんになったんだ!」ふと気が付くと私の周りでは「がん」の言葉が流れていました・・・「死因の1位」、「親族も友人もがんだ」・・・「お隣さんががんで亡くなった」・・・「がんになったらお終い」・・・などなど、「がん=死」として確かに蔓延していました。

しかし、どこか他人(ひと)ごとでした。「がん=私」として一人称になった瞬間、「私=死」の等式が成立するのです。かつて経験したことのない息のできない巨大な不安と真暗な恐怖。「死にたくない」という本能は、同時にがんはやつけないとやられてしまう憎き敵・・・いつかそう思うようになるのです。それは当然かもしれません。だから、「がん撲滅」をスローがんに西洋医学は発展しました。そして、確かに一定の効果を上げているものの、なかなか根絶には程遠いのが現状です。なぜでしょうか?

がんの言い分。私は大胆に、本当の意味でのがんの原因が除かれていないからではないか?と推察しました。私のメスではがんは切り取れても、がんが出てくる原因は切り取れなかった。そもそもがんの出る原因とは何か?そこで、私は当院を受診されるがん患者さんを対象にアンケート調査をしたのです。

すると、がんは驚くべきことを伝えていたのです。がんはあなたに一言も「死んでもらう」とも「治してみろ」とも言っていなかったのです。がんが言っている事はただ一言「変わりなさい」だけだったのです。そうです、がんの言い分は「生き方の転換」だったのです!がんの言い分とは?

「もっと、感謝して生きなさい・・・」  
「もっと、家族の絆を大切にいなさい・・・」  
「もっと、身体を大切にいなさい・・・」  
「もっと、楽しく生きていいんだよ・・・」  
「もっと、あなたらしく生きなさい・・・」

これががんの言い分だったのです・・・がんは本当にあなたの敵なのでしょうか?古(いにしえ)の孫子(そんし)の兵法に「敵を知り己を知れば百戦危うからず」という故事があります。私たちは、がんを正確に知ろうともせず、恐怖心からただ取り除こうとして、取り除けば「治った」と元と同じ生活に戻ります。その「生き方を変えなさい」とがんは言っているにもかかわらずです。そうすれば、当然がんはまた出てきます・・・「変わってないよ～」と。

われわれは「再発」と慌てますが・・・。

がんの言い分をしっかりと聴き、生き方を転換すればきっとがんは消えてゆく、いや、消えざるを得ないのではないか?がんは消すものではなく消えるものなのではないか・・・。そう思うようになりました。

そしてがんの言い分から、変わるべき姿も見えてきました。それは、「そのために生まれてきた」と言える「本来で本当の自分」、「ありのままの自分」へ「生まれ変わる」・・・そうです「リボーンする」のです。

がんは言っています、「今のままの生き方では時間切れだよ・・・あなたは何のために生まれてきたの?さあ、変わりなさい、本来で本当の自分へ」と。この呼びかけをしっかりと聴く事が出来た人は、間違いなくこう言われました。

「私はがんちゃんのお蔭で生き方が変わった」と。

もはや、がんを呼び捨てには出来なくなっているのです。加えて、がんの呼びかけを聴いた人は、家族や周囲への係り方にも変化が出てきました。今までより生きる事にどん欲になり、生きている事が喜びになり、笑顔が増えます。逆にわがままさが助長し、本当に遣りたい事だけをするようになります。はっきり「No」も言うようになります。いい人を辞めた証拠です。本来で本当の自分になったという感じがします。このNoによって、大喜びしているのがあなたの身体の細胞たちです。やっと分かってくれたと・・・

がんの原因は「悪」ではなく「無理」だったのです。私はこの状態を「Big Reborn」と呼んでいます。さあ、これからが本当の自分の人生の始まりなのです。がんになったからこそできたリボーンに心から、おめでとう!

# リボーンって何ですか？

reborn holy door

## リボーンの意味

「生まれ変わる」という意味です。がんは「変わりなさい」と言っています。それは、あなた以外の別の人になれと言っているわけではありません。本来で本当のありのままのあなたに戻りなさいという意味なのです。「そのために生まれてきた」自分に成る事。これこそがリボーンなのです。がんはその為に訪れたプレゼントなのです。

## リボーン洞戸ってどんな所？

本来で本当の自分。それはきっと「ありのまま」の自分。「ありのまま」とは「自然(ありのまま)」ですから、大自然の中にその場所があります。美しい水と空気。両手を一杯広げて、おおきく伸びする。緑の空気を一杯吸い込む。限りなく透明で甘い水に触れる。まずはこの自然と一つになると言う事です。洞戸は広大な場所ではありません。しかし、洞戸(ほらど)は holy door とも書けます。聖なる扉なのです。聖なるエリアに入るのに、大きな扉は要りません。客室は12部屋、10室がシングルでツインが2室あります。出来るだけ、お一人でステイされる事をお勧めします。日常のしがらみから抜けてほっと一人になる方が、本当の自分と向き合えたと考えたからです。

## リボーン洞戸で何をするの？

自らのがん体験(家族体験)を通して、がんの言い分をよく聴き、自分の生活習慣のどこにがんを消せなかった習慣があったかを発見します。その習慣は、なぜそうなったのか?ここが本来が一番重要です。心の問題です。しかし、長年心から発した生活習慣は轍(わだち)になっており、そう簡単に変える事ができません。(不可能ではありません。)そこで、この施設では「形」から入ります。まずは心はそのままにして(がんを引き寄せる心のままでも良い)生活習慣を5つの切り口で変えます。まず、以前のがんを消せなかった生活習慣を5つの生活習慣から検証します。睡眠・食事・運動・加温・笑いの5つです。その上で正した新しい生活習慣を計画します。そして、実行するのです。



# 5つの生活習慣

reborn holy door

①～⑤(右ページ記載)を通して新しい生活習慣を見つけ出し、少しでも習慣化できるように本当は2週間以上の繰り返しが重要です。(遺伝子の変異を起こすには3か月以上の繰り返しが必要だと言われています。そこでまず2週間滞在し後は自宅で継続するのです。)

## 1睡眠：今までの睡眠習慣を変えます。

寝る時間、起きる時間、睡眠の質です。がんの立役者である、リンパ球が最も活性化してがんを消しているのは夜です。この睡眠をないがしろにすると、早速がん細胞は居残ります。毎日、決まった時間に6～7時間の良好な睡眠があれば、セロトニンやオキシトシンなど修復ホルモンが活発に分泌され、副交感神経優位となりリンパ球が活性化してがんを消してくれます。この睡眠を邪魔する生活が続けば、当然発がんが危惧されます。

何が良好な睡眠を邪魔するのでしょうか?それは3つ。

i) 痛み、ii) 不安、iii) 仕事で寝ない、の3つです。

i)には鎮痛剤を、ii)には睡眠薬を、iii)には配置換え、転職、離職を勧めます。どれも、副作用のない抗がん剤相当です。心配いりません、既に50%の人は出来ているのですから。そして、本来あなたにも出来る事なのですから。「自然治癒力=睡眠」なのです。

## 2食事：食事=身体です。

健全な身体にはがんも宿りにくいものです。不健全な食材(添加物、農薬、遺伝子組み換えなど)、食事習慣(食べる時刻、費やす時間、嗜好、量、順番など)等、これだけでがんが消えたという話があるくらい重要です。

がんになる前の食事、食習慣をよく検証し、その食習慣から離れる事です。抜本的に食事を変えるのです。しかし、重要な事は基本的に食材に罪はないと言う事です。どの食材も命を賭していますから、全ての食材は良いものですが、もし良し悪しがあるとすれば、それはがんが好きな食材か嫌いな食材かです。がんの好きな食材(精製したお砂糖と小麦粉)を止め、嫌いな食材(野菜、海藻、豆類)を摂る事をお勧めします。それを、リボーン洞戸では、提供させて頂きます。「自然治癒力は健全な食に宿る。」これは重要な事です。

## 3運動

基本的ながんになった人は運動が嫌いな人が多いです。また、熟睡できない人も運動嫌いが多い。実はがん細胞には特徴があります。i) 熱が嫌い、ii) 酸素が嫌い、iii) 甘いものが大好き、です。つまり、生活に冷えがあり、酸素不足で、精製したお砂糖のお菓子ばかり食べていれば、これはがんがどんどん元気なる生活と言えます。運動とは歩く程度が良いのですが、歩けば(有酸素運動)下肢の大きな筋肉(大腿四頭筋や腸腰筋など)が使われ、酸素が沢山循環します。加えて、体温の40%は筋肉由来ですから、がんの嫌いな体温も上がり、そしてがんの好きな糖質も筋肉に消費されますから、がんとしては大(おお)困(こま)りになるのです。その結果、あなたの運勢や運命は変わる=動きます。ですから、運動と言います。大自然の中を、歩くだけで良いのです。

加えて、昼間の運動は適度な疲れを誘発し、夜の熟眠へ繋がるのです。運動は、「自然治癒力の誘発剤」なのです。

## 4加温

③にも書きましたが、がんは熱が大嫌いです。逆に冷えは大好きです。現在は食事も真冬にメロンやスイカなど体を冷やす果物・・どころかアイスもあります。がんの大好きな環境です。加温はがんが大嫌いである一方、リンパ球は大好きです(体温1度の上昇で40%活性が上がる)。また、細胞内のHSP(Heat Shock Protein)が上昇し、がんの遺伝子の掃除を始め正常遺伝子へと再転換を促すのです。

加温は、さしずめ健康アクセルです。自然治癒力による健康回復のスピードを上げてくれるのです。日ごろからの冷え予防(靴下をはくなど)と週2回のHSP入浴が重要なのです。

## 5微笑み

想像してみてください。リボーンを遂げたあとのあなたの表情です。どういうお顔をされていますか?私のイメージではとびっきりの「笑顔」です。「笑い」は、呼吸法でもあり、自律神経や癒しホルモンを介して自己免疫を明らかに活性化します。その結果、一笑い3000個のがん細胞が消滅するとも言われます。そして、免疫が上がれば上がるほど、笑顔が増えます。

つまり微笑みは、自然治癒力を誘発するエクササイズであると同時に、その結果として訪れるリボーンの表情でもあったのです。そうです、笑顔溢れる生活は今回の施設の目標でもあるのです。形から入るとは、笑顔から入ると言う意味なのです。

如何でしょうか?なぜ自分がんを消せず、がん組に入ったのか?ひとえに、睡眠時間が短く、食事の良い食材、良い食習慣に無関心で、運動もせず、冷たいものを好み、入浴せずシャワーで過ごし、一日笑う事もなく仕事に追われる姿・・・これこそが現代の日本人に多い生活パターンではないでしょうか?まったくがん生活そのものです。がんになるのは当たり前です。その人が上の5つの生活習慣を意識し、少しずつ転換を図るのです。がんは消えるしかないと思いません。(以上の5つを5カ条と呼びます)

## +

いわゆるお楽しみ企画でもあります。そこでは、がんになる仕組みや治る仕組みの座学の勉強会から、天然食材のクッキングスクール、美濃和紙梳(す)き体験、高賀(こうが)山登(やまのぼ)りツアー、モネ池散策などなど、目的はエンジョイです。

## +

心身のリラクゼーションをアーユルヴェーダ、チベット医学など取り入れてプロのセラピストから施術を受ける事が出来ます。(有料です)。

# Q&A リボーン洞戸 質問箱

## ●がんになったのは私のどこが悪いんですか？

⇒がん患者で悪い人はいません。がんの原因は「悪」ではなく「無理」なんです。無理して寝る間も惜しんで人様のために頑張る人なんです。少々頑固ですが・・・この頑固さを信念と間違えています・・・人はいい人が多い。私（船戸）が、がんになったんで間違いありません・・・今後は勇気を持って、「No！」と言いましょ！一番喜ぶのは、実はあなたの体の細胞たちなのです。敢えて悪いところとは、それは体の言い分を耳を傾けず、皆のために頑張れと、身体に鞭打（むちう）って無理をかけた所が悪い所です。「皆のため」の中に「自らの身体のため」が入っていなかったことですね。

## ●がん患者しか施設は使えないんですか？

⇒がんに関心のあるかたであればどなたでもご利用いただけます。

## ●どこのがんでも良いのですか？

⇒勿論大丈夫です。正確にはがんでも肉腫でも白血病などもここでは「がん」と表現しています。ただし、がんのステージによっては注意が必要です。勿論進行がんでも大丈夫ですが、自分の身の回りの世話が自分で出来ない場合（食事がとれない、歩行ができない、点滴などの医療処置がなされているなど）は原則対応しかねます。ただし、モルヒネなどの内服程度は問題ありません。基本的には、主治医より、短期間の旅行の許可が出る程度は必要です。ご不明な点は、お気軽にご相談ください。

## ●がん以外の病気がステイできないのですか？

⇒済みません。その通りです。この施設は、「がん」を通して「リボーンしたい」という人のための施設です。それ以外の人は、お応えしかねます。しかし、がんを主病としながらも、他の病気が合併しているのは問題ありません。

## ●2週間の長期の滞在がスタンダードだと聞いたのですが？1～2泊はダメですか？

⇒がんの言い分は「変わりなさい」です。本当は、心の在り方が生き方を支配しますから、その人の心が丸ごと変わる事が重要かもしれません。チベットには「心の事は体から」という諺（ことわざ）があると云います。生活習慣病でもあるがんは、まず生活習慣（睡眠、食事、運動、加温、微笑）から転換が必要です。その結果、身体が変わり心が変わりうると云えます。生活習慣の転換は、本当は3か月間の継続が必要です。そこで、本来で本当の自然な生活習慣を最初の2週間だけですが体験し、その生活を自宅へ戻って最低3か月継続できれば、遺伝子は変容（修復）を始めるのです。そこで、まずは2泊3日コースを体験して頂き、興味や実感があれば、継続してステイを延長するか、後日改めて2週間のステイが好ましいと思います。（勿論、ペースは2週間ですが、時間がとれず1週間もあるでしょうし、もっと長期で1か月と言う場合もあると思われます。ご相談ください。）

## ●がんで病院治療を受けていても利用できるのですか？

⇒がん治療中、療養中であつても一人で生活できる人は原則大丈夫です。ただし、リボーン洞戸は医療施設ではありませんから、保険の投薬や検査、処置はできません。それら治療中の人は主治医と相談して許可を頂いて下さい。（診断書は要りませんが内服などは

必ずご持参ください。また主治医に「短期のお泊り旅行は大丈夫ですか？」とお聞きください。また、ご不明な点や心配な点があれば、リボーンクリニック洞戸の鈴木までお電話ください。（TEL 0581-58-2311）

## ●利用するのにベストなタイミングなどあるのですか？

⇒あります。がんを通して最もリボーンに相応しい時期は4回あります。■告知の時。これは治療が優先されるため、なかなか生き方の見直しなどと考える余裕はないかもしれません。しかし、本来はこの時期からできるものなら見直しはしたいものです。

■入院治療が一応終了し、退院許可が出た時。これは、最も重要なタイミングです。自宅に帰って何を食べていいの？生活上何を注意したらいいの？再発予防はどうしたらいいの？などなど。まさにその通りで、元の生活に戻れば、また再発しかねません。その生活習慣ゆえにがんになったからです。退院後1か月以内がある意味ベストかと思えます。

■再発時。しかし、中には気を付けていても残念ながら再発される方も見えます。その時に、もう一度生活習慣や生き方を見直したいと言う人も良いタイミングだと思います。結果としてがんの消えやすい生活習慣が再発見できたり、今回の再発の意味や原因が分かる事は大きくリボーンに近づく期待します。人は最期の最期までリボーンし得る存在ですから、あなたがリボーンを願うかぎり、常に応需しうる施設でありたいと願っております。（ただし、ホスピスではありませんので、お一人で生活できない人はご利用が困難です。）

■1～3でなくとも、がん療養中においてリボーンを（生き方を変えたいと）強く思った時なら、いつでも可能です。

## ●補完代替医療（CAM）も導入されると聞いたのですが？

⇒上記のごとく、現在進行がんステージ4だとか転移があるなどの方も、一人で生活できる人はステイできます。そして、自分の間違えた生活習慣に気が付き、修正するべく日常生活を改善しても習慣化し遺伝子変容が起こるのに3か月の継続が必要です。それまでの間、がん腫が大きくなりたくない様に（または少しでも小さくなることを願って）当院ではエビデンスある補完代替医療（Complementary Alternative Medicine CAM）を提案しております。今回、リボーン洞戸に併設した医療施設（リボーンクリニック洞戸）にて、これら補完代替医療を受ける事も可能です。特に現在治療中の方は西洋医学的ながん治療を継続しながら、またはその副作用を軽減する事を指して、またはそもそもの生活習慣を改善しながら（ステイしながら）、併設した医療施設で以下の治療を受ける事が出来ます。当院で提案している治療法は、高濃度VC点滴療法、温熱治療（マイルド加温、インディバによる高加温）、還元電子治療、リンパ球点滴、オゾン点滴療法、サプリ等です。副作用がほとんどなく、科学的なエビデンスが確立しているものだけ選択しております。リボーン洞戸にステイしながらこれらCAMを受ける事が出来ます。費用はステイの費用とは別途必要となります。この治療を受けるにあたっては、必ず医師の診察を受けて下さい。診察は船戸クリニック（岐阜県養老郡養老町）かりボーンクリニック洞戸（岐阜県関市洞戸 施設に併設）で受ける事が出来ます。「リボーン外来希望」と言って申し込みください。受付は船戸クリニックの井原（要予約 TEL 0584-35-3335）、またはリボーンクリニック洞戸の鈴木（要予約 TEL 0581-58-2311）まで。

# Q&A リボーン洞戸 情報箱

## ●リボーン洞戸へ入ると本当にリボーン出来るの？

⇒はっきり申し上げますが、「分かりません」。ここは、「してもらう」施設ではありません。「能動的に参加する」施設です。しかし、少なくともこの施設をご希望されたと言う事は、間違いなくあなたの中の本当のあなたがリボーンしたいと疼（うず）いたからではないでしょうか？きっとその気持ちが、強い人は何らかのリボーンへと導かれます事を期待しています。がんは「気が付け」と、「変わりなさい」と訪れた以上、がんがあると言う事は、「変えるべき何かがある」ことであり、そのうちの一つでも発見、転換される事を願っています。実は私はこの施設へおいでになった段階で、既にリボーンは始まっていると思います。意識するしないに関わらずですが・・・どうぞ楽しみにいらしてくださいね！

## ●費用

⇒2泊3日で32,000円（税別）です。（やむをえず、1泊の場合は18,000円（税別）を申し受けます。）  
⇒2週間で210,000円（税別）です。  
ここに含まれるのは、1日2食の食費と入浴や無料のワークやエクササイズです。そのほかに、セラピーや医療費（自費診療分）などは実費必要になります。

## ●お支払い方法

⇒事前申し込みがありましたら、その後2週間以内に全額お振り込みをお願い致します。キャンセルは、1日前までは50%、当日は100%を申し受けますので、ご注意ください。また、現地でのお支払いはクレジットカード決済も可能です。

## ●予約

⇒がんに関心がある方なら、どなたでもご予約いただけます。ただし、船戸医師の講演会または現地説明会にご参加いただくか、本誌をお読みいただき、お申込みください。（“リボーン外来”を受診された方は除きます。）お申込みは「リボーン洞戸」のホームページに申込フォーマットがありますので、ダウンロードしてご記入の上、FAX下さい。FAX番号は0581-58-2312です。

ご宿泊日程については、リボーン洞戸ホームページに掲載の宿泊予定表をご確認ください。

## ●ルール1＜原則お一人ステイ＞

⇒その通りです。自分を見つめるには、日ごろのしがらみや雑踏から抜け出て出来るだけお一人でおいで下さい。手放しの自由を体験する事も重要です。ただし、諸事情ゆえサポーターが必要な場合があるかもしれません。当施設ではツインが2部屋準備してございますので、その場合はツインをご利用ください。

## ●ルール2＜性別は問いません＞

男性もご利用いただけます。しかし、基本的に2週間プランのステイは社会の第一線で活躍する方（男性、女性問わずですが）仕事の休暇が取りづらいかもしれません。しかし、本来そういう人ほど、一服が重要だと思います。現代の社会構成から推測すると男性は休みが取りづらい結果、男性の利用は高くない可能性があるとは思っています。

## ●アクセス

⇒岐阜県関市洞戸大野939番地です。すぐ横に、人間禅の東海座禅道場があります。また、この近くに「天津風」（0581-58-8600）と言う法人のグループホームもありますので、それを目指しておいで下さい。基本的に、不慣れな場所ですので、自家用車がレンタカーがおすすめです。

- ・JR岐阜駅へは送迎サービスも行っております。（詳細は問い合わせください。）
- ・自家用車の場合、東海北陸自動車道美濃インター下車板取方面（モネ池方面）約20分。（東海座禅道場に検察、すぐ横）



## ●お問い合わせ先

住所：〒501-2816 岐阜県関市洞戸大野939番地  
TEL：0581-58-2311 / FAX：0581-58-2312  
メール：info@reborn-h.jp

## がんは「消すもの」ではなく「消えるもの」

がんはあなたの敵ではありません。がんの身になって考えてみれば分かります。

検診、ドックで早期発見早期治療と攻め立てられる現代日本。見つければ即、切る・盛る・焼く（手術・抗癌剤・放射線）と留されます。それにもかかわらず、がんは登場してくれました。がんも命がけなのです。そこまでしてがんはあなたに言うのです「変わりなさい」と。「このままでは時間切れだよ」と。さあ、一度でいいのでがんの言い分に耳を傾けてみませんか？がんは、きっとあなたへオリジナルのメッセージを発信してくれています。

そして、その言い分を深く納得できた時、きっとあなたは深くリボンします。いや、するしかありません。このプロセスは自動的に起こります。その時あなたは思います。「がんになったおかげで私は生まれ変わった・・・がんちゃん、ありがとう」・・・あなたの命を奪うかもしれない「がん」にすら感謝出来るのです。おおよそ、あなたに起こるどんなことでも許せるのではないのでしょうか？・・・これこそ、目指すべき「ビッグリボン」です。こうして、がんはお役目が終わるのです。がんも消えるしかないじゃないですか？そうです、がんは「消すもの」ではなく、「消えるもの」なのです。私はこれこそが本当のがん治療だと思うのです。

 **リボーン洞戸**  
REBORN holy door

[www.reborn-h.jp](http://www.reborn-h.jp)

