

## 参考文献 (＃は特にお勧め) (2)

- # 『生命形態学序説』 三木成夫著 うぶすな書院
- 『皮膚は考える』 伝田光洋著 岩波書店
- # 『医療の原点』 中川米造著 岩波書店
- # 『治療をためらうあなたは案外正しい』 名郷直樹著 日経BP社 医師にかかる？かからない？
- # 『めざせ！外来診療の達人』 生坂政臣著 日本医事新報社 外来カンファで学ぶ診断推論
- # 『薬なしで生きる』 岡田正彦著 技術評論社 薬は、飲まなくても寿命に差はない
- 『医療が病を作る』 安保徹著 岩波書店
- # 『トリガーポイントブロックで腰痛は治る！』 加茂淳著 風雲舎 運動器疾患は筋痛症である
- # 『森の診療所の終の医療』 増田進著 講談社
- # 『心病める人々』 石川信義著 岩波新書
- ・岩波新書には読みやすく役に立つ本が多い
- 『神経内科』 『現代ウィルス事情』 『腸は考える』 『からだの設計図』 『痛みとのたたかい』
- 『新型インフルエンザ』 『カラー版細胞紳士録』 『信州に上医あり』 『生活習慣病を防ぐ』 など

### (6) 闘病記

- # 『椅子が怖い』 夏木静子著 文芸春秋
- # 『認められぬ病』 柳澤桂子著 中公文庫
- # 『1リットルの涙』 木藤亜也著 幻冬舎文庫
- # 『死にたくない！』 川上宗薫著 サンケイ出版

### (7) その他

- 『養生の実技』 五木寛之著 角川
- 『健康問答』 五木寛之・帯津良一著 平凡社 本音で語る現代の養生訓 (2も良い)
- # 『医療人類学入門』 波平恵美子著 朝日新聞
- # 『脳はなぜ「心」を作ったのか』 前野隆司著 筑摩書房 「私」の謎を解く受動意識仮説
- 『経験の政治学』 R.D.レイン著 みすず
- 『私の自然観』 今西錦司著 講談社
- # 『犀の角たち』 佐々木閑著 大蔵出版 仏教は他の宗教より数学生物学に近い
- # 『鎮守の森』 宮脇昭著 新潮文庫 人の手の入らない本来の自然の姿

※昔の文献を読む時に気をつけたいこと

古武術の研究をしている人(若い頃の甲野善紀氏)の話では、古い武術書には、武術家本人が書いたものよりも、当時のインテリであるお坊さんに書いてもらったものが多いそうです。当時の武術家には本を書けるだけの文章力を持つ人が少なかったせいだろうとのこと。そのため、武術とは関係のない空理空論や心構えが中心のものが多くなるそうです。実践しながら読んでいき、試して確かめ、武術に関係のない空理空論部分などを除き、武術本来の姿を見付けていく必要があるとのことでした。心構えが書かれている部分は、特に注意しないと、お坊さんのお説教を鵜呑みにする危険性が高いそうです。

私は鍼灸などの養生の技術に関しても同じ様な事が言えるような気がしています。そういう意味で、古い文献を読む時は、深谷伊三郎先生が『名家灸選積義』で、また、藤木俊郎先生が『素問医学の世界』で、橋本敬三先生が操体を作り上げていく過程で、されているような読み方が良いように思います。

そして、鍼灸などの養生の技術では、現在の文献を読む時にも同じような注意が必要なものも多いように思っています。