

## コロニクス（腸内洗浄）のススメ

エドガー・ケイシー療法の基本  
コロニクスの目的と安全なやり方

Sample

### 第16号の内容

- コロニクスとはいかなる健康法か
- コロニクスが勧められた症例
- コロニクスのやり方
- その他の注意点

編集・発行 NPO 法人日本エドガー・ケイシーセンター

## はじめに

健康増進や病気治療にエドガー・ケイシー療法を取り入れておられる方でヒマシ油パックを実践していない人はまずおられないでしょう。「ケイシー療法」と聞くと、すぐに「ヒマシ油パック」を思い浮かべるくらい、ヒマシ油パックはケイシー療法の定番として広く普及しています。

ところが、エドガー・ケイシー療法を実践しておられる人々の間でも、もう一つの定番であるコロニクス（腸内洗浄）となると、それを実践しておられる人の数はうんと少なくなります。ヒマシ油パックを実行しておられる人ですら、コロニクスとなると二の足を踏んでしまいます。

これははなはだ残念なことであります。

たとえば、9606 件にのぼるフィジカルリーディングを検索してみると、その中でヒマシ油パックが勧められたケースは 559 件であるのに対し、コロニクスはほぼ倍の 1033 件もあるのです。ケイシーは、さまざまな疾病や美容・健康上の問題に対して、ヒマシ油パック以上にコロニクスを多用しているのです。このことから、コロニクスの治療上の重要性・有用性がわかります。

また体質によっては、ヒマシ油パックはコロニクスを併用しなければ治療効果が得られないケースがかなりあります。コロニクスはそれを単独で実行しても、ほぼ確実に治療上の効果が期待できますが、ヒマシ油パックの場合は、それ単独では効果が得られず、コロニクスと組み合わせて初めて有効な治療法となる場合がかなりあるのです。

「ヒマシ油パックを実行したことで、かえって発疹が出た」とか、「ヒマシ油パックをすると、かえって体が疲れる」といったケースは、ほとんどの場合、コロニクスと組み合わせることで解決されます。

コロニクスがこれほど不人気である理由はわからないでもありません。肛門からお湯を入れて大腸を洗い流すわけですから。なんだか大変な感じもしますし、「そんなところからチューブを差し込むなんて、恥ずかしくてできません」という方々もおられます。

でも大丈夫です。ご安心下さい。今はやすやすとコロニクスを実行しておられる人々も、最初はものすごく大きな心理的な抵抗があったのです。しかし、意を決して一度試してみると、「あら、なんだ、こんな簡単なことだったのか」と拍子抜けするほどの手軽さに驚き、また、コロニクスを実行した後に得られるあの爽快感を体験すると、もうコロニ

クスに対する認識が一変します。

私自身、ヒマシ油パックよりもコロニクスの方を先に体験しました。

私が初めてケイシーを知ったのは30年前の20歳の時でしたが、その頃の私は、強烈な偏頭痛にしばしば悩まされていました。初めて偏頭痛の発作に見舞われたのは高校生の時でしたが、その激烈だったこと。それはまさに頭が割れるような痛みで、七転八倒の苦しみです。私の場合、左眼を手で押さえていないと、眼球が飛び出してしまうのではないかと思うほどで、とにかく、左眼の奥がズキーンズキーンと強烈に痛み、その痛みがどんな痛み止めを飲んででも治まらないのです。

三日間は激しい痛みで寝ることも食べることもできず（それどころか頻繁に嘔吐を繰り返し）ひたすらベッドの上で呻いていました。病院に行こうにも、あまりの痛さに起き上がることができないのです。それでも四日目あたりから少しずつ痛みが薄らぎ、やっと病院に行ったのは発作が起きてから一週間後でした。

激しい頭痛と吐き気という症状から、クモ膜下出血が疑われましたが、いろいろな検査の結果、「偏頭痛」であると診断されました。そしてこの偏頭痛には（当時は）有効な治療法がなく、うまく付き合っていく以外に方法がないことも知らされました。そして20歳になるまでにたびたび不意打ちを喰らうように偏頭痛に見舞われ、その度に、嵐が過ぎ去るのをじっと待つような心境で、偏頭痛が通り過ぎるのを我慢したものでした。ですから、ケイシーが偏頭痛にコロニクスを勧めているのを知った時にはびっくりしました。

その頃はまだコロニクスキットなんて便利なものはありません。近くの店でホースと園芸で水まきに使う器具を買って、それで自分なりのコロニクス器具を作り、自分に試してみたのです。

水道の蛇口でホースをついて、そのまま水を直接自分の大腸に入れるという（今から考えれば）はなはだ野蛮な方法でしたが、その効果は絶大でした。それからは偏頭痛がウソのようになくなりました。

あれから30年、いまは便利で安全なコロニクスキットがわずか数千円で買える時代になりました。我が家にも10年は使い込んだであろうコロニクスキットがあり、これがいまも私の腸内洗浄に役立てられています。

皆さんも、ぜひケイシーの勧めるコロニクス方法を習得され、ご自分のみならず周囲の方々の健康増進・病気治療にお役立てください。コロニクスキットの他には塩と重曹とグライコサイモリン（アルカサイモリン）を用意するだけです。美容健康の増進におけるその絶大な効果に、皆さんもきっと驚かれることと思います。

私は、コロニクスが日本国民に普及されるなら、日本における医療費が2~3割は削減されると思っているくらいです。コロニクスをわれわれの健康の習慣にいたしましょう！

光田 秀

## 第1章

# コロニクス（腸内洗浄）とはいかなる健康法か

コロニクスを正しく効果的に行うには、まずコロニクスがいかなる治療法であるか十分に理解しておく必要があります。

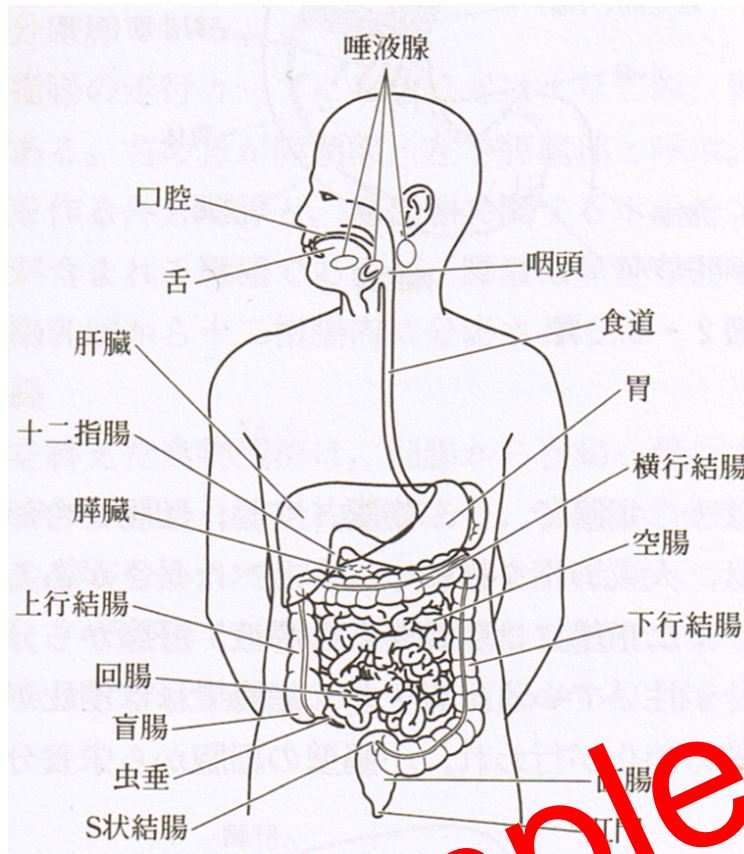
コロニクスは、英語で正確にはコロニック（大腸の）イリゲーション（洗浄）と呼び、その名の通り、水圧をかけて肛門から溶液を注入し、大腸をきれいに洗浄するという治療法です。

では大腸（上行結腸、横行結腸、下行結腸、S状結腸）を洗浄することがどうして健康増進・疾病回復に有効なのでしょう。それを理解するには、人体における食べ物の消化・吸収・排泄までの一連の流れを把握しておく必要があります。

次の図は、人体における消化系を流したものです。口から入った食べ物は、食道を通過して胃に入り、さらに十二指腸、小腸と進んでいく間に消化・吸収されていきます。そして栄養分を吸収された残りカスは回腸から大腸（上行結腸）に送り出され、横行結腸、下行結腸を通るうちに徐々に水分を吸収され固形化し、最終的に便としてS状結腸と直腸のところに蓄えられます。

消化吸収が適切に営まれていれば、大腸も良好な環境を維持することができますが、現実には、食生活の乱れや、ストレスやさまざまな要因によって、消化系の働きは乱されることが多く、とりわけ、大腸は（ケイシーが言うところの）さまざまな毒力にさらされる傾向にあります。

たとえば、小腸で十分に消化されなかったものが大腸に入ってくると、それがさまざまな腐敗菌の温床となり、それらが硫化水素やアンモニアなどさまざまな有害物質を発生させます。ケイシーの考えでは、それらの有毒物質は大腸内の粘液に溶け込み、それが大腸の粘膜を介して体内に吸収され、それらが血流に運ばれて人体のさまざまな部位を毒素で汚染することになります。



大腸の環境が悪いと、体内に毒素がめ入り、さまざまな器官や組織を損ない、多くの慢性疾患や、さらには難病・重病の引き金になってしまいます。そのため、体内毒素の蓄積が疾病の原因になっているケースでは、ケイシーは治療の一環として大腸全体を洗浄するコロニクスを勧めました。また健康維持のためにもケイシーは年に数回コロニクスを行うことを万人に勧めています。

コロニクスはきちんと手順さえ守れば、安全かつ効果的に行うことができます。とりわけケイシーが重視したのは、溶液の温度を体温にすることと、洗浄用の溶液には塩と重曹を溶かし、仕上げの（最後に使う）溶液にはアルカリ性のうがい薬であるグライコサイモリン（日本ではアルカサイモリンとして入手可）を溶かしたのを使うことです。ケイシーは、塩と重曹を溶かした溶液を使うことで炎症を抑えつつ大腸の毒素を含んだ粘液を効果的に洗浄し、またグライコサイモリンを溶かした溶液を使うことで腸内の腐敗菌を殺菌できると主張しています。

ケイシーが教えてくれたこれらの点に留意して、コロニクスをマスターしてください。きれいな大腸は必ずや皆さんの健康に計り知れない恩恵をもたらしてくれるはずです。