

平成30年2月再版

体質を常態と病態に分けて食物を効率的に摂る法
五臓機能の強化法を日常食品によって行なう方法
臓象理論による食養生法の理論法則と応用法を詳述

臓象理論 五行別食事療法

張 明澄 著 A5判・並製

定価 三,二四〇円 (税込) 送料 六〇〇円 (前金・代引共)



★健康指導をする方は、食物五行生尅による活用法を指導してみませんか？
★難病に手をやいている人は、臓象による食養生活用法をやってみませんか？
★現在病気に苦しむ人は、一度、五行による食品を選んで食べてみませんか？

本書は、専門家（医師・薬剤師・漢方家・食養生家）にも、一般の人にも、役立つ食事療法の書です。臓象理論による五行生尅で病気を治療を行なう方法が公開されています。日常に使用されるありふれた食品ですから、誰でもすぐ応用できます。

■食品で何らかの病症を治したい場合、病状がどの五行にあたるかを決め、その五行にあたる食物を用いることにより、いかなる病気も治る、というのが臓象理論です。この理論は、漢方医学の原典『金匱要略』にくわしく説かれている治療法で、これを食物に用いたのが本書です。

■人間の常態の体質を「熱寒・実虚・燥湿」に分け、さらに病症の体質を「気血・病向・五行」に分け、個人差を重要視して食物を選ぶ方法です。

■日常の食品も「産地・季節・形態・気味・色彩・処理」の原則により、「温涼・補瀉・燥潤・気血・五行」に分け、食物の特性と治療効果を病人の体質と対照させる活用法が説いてあります。

■これまでの俗説のように、生野菜がよいとか、血液をアルカリ性にするといとか、玄米がよい——などという民間療法的な食養生とはちがひ、五行の生尅と漢方理論を縦横に活用した画期的な食品応用治療書です。

☆☆☆☆ 目次 抜粋 ☆☆☆

序論——人間の体質を分類する諸条件／常態の体質の分類法（熱寒・実虚・燥湿）／病態の体質の分類法（気血・病向・五行）／食物の性質を決定する諸要因／食物の性質の分類法（温涼・補瀉・燥潤・気血・薬向・五行）／食物の性質の決定法（産地・季節・形態・気味・色彩・処理）

本論——穀物類／まめ類／いも類／野菜類／魚介類／鳥獣類／果実類／油脂類／海藻類／調味品類／嗜好品類／漢方薬類

補論——臓象食事法の実践／水系機能強化法（感冒・腎臓病）／火系機能強化法（血圧・心臓病）／木系機能強化法（肢痛・肝臓病）／金系機能強化法（喘息・皮膚病）／土系機能強化法（糖尿病・胃腸病）

附録——診断の方法（熱寒の分けかた・実虚の分けかた・燥湿の分けかた）

☆再版記念割引☆

期間：平成30年5月31日迄

- ① 一般の方 2,910円・10%引
- ② 特別会員・五術購読者 2,590円・20%引
- 講習生・グリーン会員

送料 600円 *価格は税込

『五行別食事療法』 内容一部紹介

まえがき

食事療法といえば、日本ではバカの一つおぼえのように玄米、にんにく、梅干、ハトムギを、体質による区別を無視して多量に摂取する方法が実行されているが、結果的には、玄米による浮腫、にんにくによる貧血、梅干による高血圧、ハトムギによる冷え症など、副作用が後を絶たない。

もともと食べものは生薬とおなじく自然物質であり、その効果のよしあしは、体質と症状によつて決定される。漢方の治療において証がやかましく言われるのもそのためであり、体質無視の食事療法は、ちょうど証をみない漢方とおなじである。

本書は『食べる健康法』『食べる治療法』『体質別の食餌療法』という順序で拙著によって食事療法を勉強してきた読者が、食事療法の最高峯を究めようとするための研究書であり、臓腑と五行の理論によつて体系化された食事療法の最高法則を説明したものである。

読者が本書によつて食事療法の最高峯に到達されることを願つて止まない。

木病に土の補性食品を加える理由は、土の補性食品によつてからだの土が強まれば、土は水を剋すから、からだの水が弱くなつてダメになる。

からだの水がダメになったら、水が剋す火が強くなり、火が強くなれば、火が剋す金が弱くなる。からだの金が剋されたら、金がダメになり、金がダメになったら、金が剋す木が強くなり、からだの木が強くなるということは、木病がなおるといふことである。

これは木病をなおすのに土を補することの理由であり⁽¹²⁾、虚タイプの木病ならこの方法でよいが、実タイプには使えない。

以上のことをまとめてみると、次のようになる。

- 1、虚タイプの木病をなおすのに、木の補性食品だけでなく、土の補性食品もいれる。
- 2、土の補性食品によつて体内の土が強くなる。
- 3、からだの中で土が強くなるために、水が弱くなる。
- 4、水が弱いために火が強くなる。
- 5、火が強いために金が弱くなる。
- 6、金が弱いために木が強くなる。
- 7、木が強いために木病がなおる。

臓象食事法の実践