

「温故創新の未来プロジェクト」

身体と心のホットステーション「未来カフェ」

幸福を生きる生死の智慧アーユルヴェーダを学ぶ「未来カフェ」「未来スタジオ」

⇒未来カフェ(寺子屋シャーラ、古民家カフェ)を「健幸の里」に！

医療・死生観教育(宗教)・福祉の融合した「健幸の里」

誰も孤独にしない包括的で共生的な未来コミュニティ
全てを否定することのない生き方の智慧を学ぶ場の創生

NPO日本アーユルヴェーダ協会 理事長

一般社団法人日本アーユルヴェーダ学会 理事

医師・医学博士 上馬場 和夫

森山大道 写真家の言葉

過去はいつも新しく、
未来はつねに懐かしい

（温故知新、温故創新の意義）

日本の医療・福祉・教育・経済の問題点と解決策(上馬場案)

- 1) 疫病への正しい対処法を学ばなければいけない: 自然治癒力への正しい対処法
- 2) 凶悪犯罪の増加(引きこもりやこころを病む人達の増加、虐待保育)に対処
孤独感と愛情不足(欲求不満)を感じる人達の増加⇒引きこもり、殺人事件の増加
繋がり感の教育不足、倫理 & 歴史 & 死生観教育の不足(医療者さえにも)
- 3) 少子高齢化と核家族化⇒小児の教育を充実させる必要性
- 4) 医療費高騰と在宅ケアの充実の必要性、ケアラーのケアの普及の必要性
- 5) 生と死の問題(人生会議、死生観と看取り法を医療者にさえも普及する必要性)
- 6) 人種やLGBT、各種障害など、種々の差別を解消する意識変革の必要性
- 7) 医療の経済性(コスト/ベネフィット)とSDGsに沿った未病改善
- 8) 防災教育制度や避難施設自体の不足への対処
- 9) 日本の倫理観の非涵養状態と経済的低迷



1) エコロジカル、2) エコノミカル、3) ホリスティック、4) セルフケア
を満たす「医療を超えた生命の科学」(医療と哲学、宗教を包含)が必要

⇒ 生命の科学アーユルヴェーダ(幸福な生をいきる生死の智慧)の普及

⇒ 温故創新の未来プロジェクト(寺小屋シャーラ、古民家・未来カフェ)の普及による地方活性化

「上医医国、中医医人、下医医病」

孫思邈(そんしばく)『千金方』卷一「診候」、16C

東西融合医学⇒**生命の科学アーユルヴェーダの価値＝国を医す**



1)精神的ストレスによる成人から小児までの身心の疾病への対処

心の病気(鬱、虐待の増加)、震災後ストレス

幼少時期からの愛情教育でストレスに強い人間育成

2)医療費の高騰、高齢者のQOLの低下へ経済的な対処

ITを活用した遠隔予防医療の提唱

家庭での健康的な活動を推進、訪問医療

3)凶悪犯罪の増加:社会の病気への対策

死生観や愛情教育の指導、その理論と日本文化の中での普及(寺子屋など)

スキンシップやベビーマッサージなど、人間間の繋がりを強固にする方法の提唱

医療を超えた生命の科学アーユルヴェーダ Science of Life, Ayurveda, beyond Medicine

生命の科学アーユルヴェーダ

Science of Life (Body, Mind, Soul)

数学 Mathematics

物理学 Physics

統計学 statistics

⇒ 占星術

宗教・哲学

東洋哲学・宗教 Eastern

西洋哲学・宗教 Western

医学・医療 Medicine

東洋伝統医療 Traditional medicine

インド、中国、チベット、ユナニ

Ayurveda, Yoga, TCM, Unani med.

西洋現代医療 Modern medicine

アーユルヴェーダの本質

(日本スリランカ アーユルヴェーダ普及協会 野口氏発表)

アーユルヴェーダは次の理由のゆえに不朽である

それには始めがない。それは自然のものを用いる。自然の明示は不朽である。薬や食事の習慣が違っていてもその原理は変わらない(チャラカ・サンヒター スートラ・スターナ 30-27)

アーユルヴェーダは、特定の社会、国家に従属するものではなく、それは万人の幸福を目指すものである。

アーユルヴェーダには始めもなく、終わりもない。

アーユルヴェーダはいかなる宗教の要求をも満たすものではない。

アーユルヴェーダは特定のいかなる歴史にも属さない

上馬場案
万教同根 (植芝
盛平翁に従う)

生命の科学

(アーユルヴェーダ (広義))
統合医療、ホリスティック医学
(医療を超えた生命の科学)

共通点で共感し、不足を相補いながら3つを統合

インド伝統医学
アーユルヴェーダ (狭義)
ヨーガ

中国伝統医学
漢方、
補完代替医療

現代西洋医学
分子栄養療法

サンスクリット語
ヒンドゥー語
タミール語

中国語
日本語
韓国語

英語
日本語
各国語

内なる情報 (自然治癒力)
生命活動の起源 (生命の知恵)