

# 意識と知識

---

## 意識と知識

市川治療室 No.32/1993.01

かつてルモンド紙極東総支配人のロベール・ギラン氏が「無知こそ諸悪の根元である」と言いました。

「不健康や病気も諸悪のうちに入る」といえば極端でしょうか？

人間も下等動物も食物がなくては生きていられません。が、食物が下等動物にとって空腹感を解消するための必要物であるのに対して、人間においては健康維持のための必要物であるという点で大きな相違があります。

人間には下等動物が食物を摂取するときとは違う『意識』があるということでしょう。

健康維持・健康のレベルアップのために『意識』を持って食品・栄養摂取を考える人は少なくありません。

そして『意識』は各人の持っている『情報=知識』に基づくため、個人個人で『意識』の種類や実践方法などは異なります。

たとえば菜食主義、無農薬野菜、減塩食、断食、高タンパク食・高ビタミン食、コレステロールを気にして卵を食べないことなど、『意識』の現われ方は数多くあります。

各自の持っている『情報=知識』が、健康・不健康を決定するといっても過言ではないでしょう。

『意識』の基礎となる『情報=知識』を得る方法として自分の、又は他人の経験をもとにした情報（経験主義）は理解しやすく有効なものであることは否定できません。

しかし、私は栄養・食品の問題についての『情報=知識』は、科学的なものほど多くの人に当てはまる可能性が高いため良い、と思っています。

ノーベル賞受賞者でビタミンCの発見者、ナチスに抵抗し続けた科学者アルバート・セント=ジェルジュは、科学について次のように言っています。

「科学とは真理を追究するものであり、真理の追究は聖なる作業です。……正直にまともに考え、人間の連帯を目指すのが科学の精神です」

今年も科学の精神を追求して『意識』の基になる『情報=知識』として科学的な情報をお伝えしたいと考えています。

---