

つくほ治療院新聞

通巻71号



11月1日は『古典の日』!!

日本の古典として有名な書物の一つとして『源氏物語』がありますが、この物語について『紫式部日記』に記されたのが1088年11月1日。それから千年の時が過ぎた2008年に、今後11月1日を『古典の日』とし、国民が広く古典の意義を再認識し、古典に親しんだり、古典を心のよりどころとなるようにと、法律で制定されました。

古典とは、文学・音楽・美術・演劇等々ありますが、我々鍼灸にも古典はあります。分かり易く習得しやすいか、最近では古典を無視した現代医学に基づく刺激はりが多く目につきますが、日本の鍼灸は、6世紀頃に日本に伝えられ、古典に基づき、独自の発展を遂げてきました。東洋医学の主な古典書として、まず『黄帝内経』の『素問』『靈樞』が挙げられます。素問は東洋医学の原典となる人間の生理・病理・診断・治療・養生法などが記載されています。また靈樞は『鍼経』とも呼ばれ、鍼医学の基本となる人体の組

織や機能、鍼の具体的な運用方法について述べられています。次に日本において素問・靈樞と合わせて三大古典と称される書物に『難経』があります。これに基づき治療法が確立されたのが『経絡治療』になります。

この他、漢方治療の原典とされる『傷寒雑病論』、気の流れる『傷寒論』、ツボの位置について記載されている『十四経發揮』などがあります。

ドイツ帝国の初代首相ビスマルクの残した言葉に「賢者は歴史に学び、愚者は体験に従う」とあります。自分一人だけの考えや治療法ではなく、先人が残してくれた古典書があるからこそ、経絡治療は存在します。そんな古典に親しみ、歴史に学び、治療に活かすことで、皆様の心のよりどころとなる古典に感謝したいと思えます。



二十四節気と七十二候

(「くらしのこよみ」より)

日本には美しい四季があります。春、夏、秋、冬…折々の豊かな表情は日々の生活に彩りを与えます。日本人は昔から季節感を大切にして暮らしの中に取り入れてきました。

そのよりどころとなったのが、『二十四節気』です。地球から見た太陽の通り道「黄道」三六〇度を十五度ずつ二十四に区切り、その一つ一つに節気を配して四季の移り変わりを表したものです。一つの節気は十五日程度になります。

また、二十四節気の一つ一つをさらに三区分し、季節の風物を言葉で表現したものが『七十二候』です。こちらはだいたい五日単位で、その季節の特徴的な自然現象を意味する名前がつけられています。

立冬

(十一月八日)

暦の上では、まさに今が冬の始まりです。北国から初雪の便りが届いたり、冬の季節風が吹き始めるのもこの時期です。

「今朝の冬」という季語がありますが、これは立冬の日の朝のことです。

第五十五候 山茶始開(つばきはじめてひらく)(十一月八日～十二日)

ツバキ科の花には大きく分けてツバキとサザンカの種がありますが、冬の初めに先駆けとして咲くのは、山茶花(さざんか)です。垣根にぼつりぼつりと花をつけ始め、冬の訪れを予感させてくれます。ツバキ科の仲間には、種類によって開花時期がさまざまです。春までの長い期間をかけて咲き分けます。同じツバキ科でも、サザンカとツバキは、花の形は非常に似ていますが、花弁の散り方に違いがみられます。

季節のたのしみ 酉の市

11月の酉の日に行われる鷲神社の祭礼を酉の市といいます。境内には縁起物の熊手を売る屋台が出て、商売繁盛を願う参拝客で賑わいます。



11月						
○印はお休みです						
日	月	火	水	木	金	土
						1
②	③	4	5	6	7	8
⑨	10	11	12	⑬	14	15
⑯	17	18	19	20	21	22
⑳	㉑	25	26	27	28	29
㉓						

誠に勝手ながら、11月13日(木)はお休みさせていただきます。



《そうだったのか東洋医学!!》

年を取る事とは…

沖縄県の西表島の西2 km離れた所に「外離島」という無人島があります。この島は一応無人島扱いになっているのですが、20年以上前から一人で住んでいる人がいます。完全自給自足生活ではないようですが、78歳だということに皮膚にはツヤがあり、声もハキハキして、いたって健康といった様子ですが、身体は痩せ、皮膚は垂れ下がりがシワシワです。これは病気でしょうか？いや、むしろこれが健康に年を取るといふ事かもしれません。

我々の業界で最近話題となっている物に「美顔鍼」というのがあります。これは、顔面部に鍼を刺す事によって代謝促進・血流改善等を促し、シワやくすみ等の肌トラブルの改善を目的とした治療法です。いつまでも若く美しくありたい女性心理は十分理解出来ますが、これは自然に逆らうという事にならないでしょうか。自然との調和を目的と

患者さんの声

以前よりたまに不整脈があり、自分では何となく予兆に気づくのですが、そのような事を医者さんに伝えても、中々わかって頂けなかったです。つくば治療院にお世話になって驚いたのは、この自分しかわからないうはざった予兆が見事に融診であられ、かつ治して頂けます。今日は肝虚です、と仰った時がそれにあたります。今ではお悩みなと思つたときに早目にこゝらでお世話になる事で不整脈が解放されました。格にありがとうございます。

つくば市 50代 男性

©Disney



した東洋医学では、顔は皺くちやだけツヤのある肌の、笑顔が似合うおばあちゃんみたいのを目指しています。吹き出物や口内炎のような疾患も、目に見える出てきた症状を抑える治療ではなく、多くは胃腸の負担や免疫力の低下から表れるものですから、そちらを整えて、結果的に出てきた吹き出物や口内炎を治していくのが東洋医学の発想になります。

また、よくある相談に「痩せるツボってありますか？」とあるのですが、これもまた気持ちはお察ししますが、好きなだけ食べ、運動もしないで痩せられるという都合の良いものはありません。但し、代謝が悪い方などは鍼をして代謝が良くなると痩せる事はよくあります。

国に推奨される栄養素を摂らなくても、不必要に菓を飲まなくても、孤島に住む住人は「自然には従うが人には従わない」のがポリシーのもと、生きてる実感を味わいながら元気に生活されています。



『北風と太陽』

インソップ物語の中に「北風と太陽」という話があります。北風と太陽が、旅人の着たコートを脱がそうと競い合った結果、冷たい風を激しく吹き付けた北風よりも、温かい日差しを優しく当てた太陽が旅人のコートを脱がすことに成功したという話です。

一般にこの話の中の北風は、冷たく厳しい非難を、太陽は、温かい思いやりや賞賛を表しているといわれています。つまり「思いやりを發揮する側が相手の下に立って支える」という心づかいが望ましいのです。「理解する」という英語は「アンダースタンド(understand)」で「下に立つ事」を示しています。下に立って支える心づかいで思いやりを發揮してこそ、それが相手に素直に伝わり、理解され、お互いの心が通じ合うのです。

「一日一話」より

旬のくだもの

西洋梨

原産地はヨーロッパ南部から西アジアです。梨の木を神聖なものとしたゲルマン民族の言い伝えでは、大晦日かクリスマス前の日に少女が梨の木をゆすると犬の吠える方角から未来の婿がやってくるとか、お産の時に後産を梨の木の下に埋めると次には女の子が生まれる等といわれています。

日本には明治初期に入ってきたが、当時は風土嗜好に適さず、一般に賞美されるようになったのは大正や昭和になってからです。



執筆余話

以前から思っていた事なのですが、テレビでやっているアンチエイジングのピフオーアフターを見ると、いつもアフターの方に違和感を覚えていました。最近、我々の業界誌の美容鍼特集されており、やっぱりアフターの方が不自然に見えてなりません。女性にとつては、いつまでも若々しくありたい気持ちは重々承知はしていますし、自分自身も年は取りたくないと思っていますが、草木が育ち、花が咲き、散り枯れるのは受け入れるのに、人間だけが逆らうというのは、無理があるのかもしれないね。

