

温篤新聞

通巻95号



「目に見えるもの 見えぬもの」

皆さんは『目に見えないもの』を信じますか？

唐突な質問に首をかしげてしまいかもしれませんが、スポーツ好きな方は、目には見えなくとも「試合の流れ」があるのを感じるのでないでしょうか。

また、愛だの恋だのこれまた目には見えませんが、贈ったり贈られたりした経験はあるのではないのでしょうか。

愛だの恋だのはまやかすだけ！なんて厳しい声も聞こえそうですが(笑)、お正月などに神社に行くと、目に見えない神の存在に手を合わせた経験は誰しもあるのではないのでしょうか。

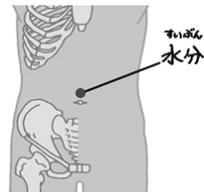
医食同源

水

胃腸の働きを高め、体内の水分の巡りを良くしてくれます。高血圧、夏バテ、むくみなどを予防し、疲労を回復して、気分のイラつきなどの緩和が期待できます。血中コレステロールの酸化を抑制し、動脈硬化を予防する働きがあります。



今月のツボ **水分(すいぶん)**
東洋医学でいう「水・かす」を分ける場所にあたる事からこのツボ名が付けました。腹部の診察では、むくみがあるかないかを調べるために重要なツボです。
場所は、お臍の上へ指幅一本分ほど上がった所にあります。ここを押さえて上下に動かすと下腹部に鈍い痛みが走ります。



腸が鳴って腹痛がする、胸が苦しい、腹が太鼓のように固く張る、食欲がない、胃腸が冷える、などの症状の他、冷えからくる背中や腰の痛みにも効果的です。また水分穴は利水をコントロールするツボとされ、胃内の停水、胃下垂、排尿困難、水っぽい下痢、むくみ、夜尿症などの治療にも用いられます。

い、目に見えない「気」というものを扱って毎日治療に励んでいると「もしかしたら、形あるものより、目に見えない形無いものの方が大切なのではないか」と思うようになりました。

あそこが痛い、どこそこが凝るとかは結果ですので、その結果を治療した方が、有難みもあるし満足感があるかもしれません。結果が変わるのでから…。

しかし、結果になる前に治療が行えたのなら、平穩無事な生活が送れるのではないのでしょうか。それが東洋医学に言われる『未病を治す』だと思っております。

現代医学は可視化する医学とも言えると思います。身体の中の状態をレントゲン・MRI・CT・血液検査などで画像や数値にする事で、身体の状態を把握し治療していきます。これにより病状が発症する前に治療する事が可能ですが、検査結果に出ているという事は、既に形になっ

てしまっているとも言えなくもありません。

これは身体だけのものではなく、世の中の現象にも言え、形あるものよりも目に見えない形の無いものによって動いているようです。それが見えたり感じられるようになると混乱やトラブルの原因が分かるので事前にその芽を摘んでおくことができ、平安に過ごすことが出来るのではないかと思います。

まだまだ上手く言葉にしきれない部分が多いですが、私の短い臨床経験から、本当に大事なものの形が無いのではないかと。耳にも聞こえる領域と聞こえない領域があるのだから、目にも見えない領域があっても不思議ではないのではありませんか。今日この頃です。



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。こちらは大抵五日本単位で、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。

二十四節気

夏至

(六月二十一日)

冬至とは逆に、一年で一番昼が長く、夜が短くなる時期です。梅雨の盛りでもありますが、気温の面ではまだ真夏という感じはしませんが、日照時間はこれから冬に向かって少しずつ短くなっていくのです。

『自分の不完全さを自覚する』

私たちは、法律を破るような罪を犯したり、不正を働く事などは別にしても、心の中では悪事を考え、人を憎み、恨むことがあるのではないのでしょうか。その場合、たとえ口に出さなくとも、心の中で大きな罪を犯していることになるかもしれません。

善い行いをしていると思っても、善い心ではない事があります。心の中でいろいろな過失や罪を犯しているといえます。そう考える時、私たちは人間としての不完全さを自覚することが出来るでしょう。自分も不完全な人間であると自覚した時、他人の過失や不正を許すという心が生まれてくるのです。そこから、人を思いやる心が芽生えてくるのではないのでしょうか。

「一日一話」より

七十二候 (六月二十一日～二十五日頃)

乃東枯(なつがれくさかぞの)

乃東(なとう)または夏枯草(かこそう)の異名をもつ植物

野草は、毎年冬至の頃に芽を出し、夏至の頃に枯れます。これから真夏にかけて、野山ではいつそう木々の緑が深まり、色鮮やかな夏の花も開花しようという時期なのに、ひっそりと枯れていく珍しい花に心を寄せた、古人の



自然へのまなざしを感じさせる言葉です。



季節のたのしみ

竹酔日

竹が酔う日と書いて「ちくすいじつ」と読みます。中国では、陰暦5月13日(現行暦で6月下旬)に竹を植えるとよく生長するとされ、この日を竹酔といいました。なぜかこの日は竹が酔っぱらっていて移植されても気づかないのだとか…。

奈良の大安寺では、6月23日に竹供養が行われます。生活に密着してきた竹に感謝し、青竹を供養するもので、この日にふるまわれる笹酒にはがん封じの効果があるといわれています。



6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	23	24
25	26	27	28	29	30	

誠に勝手ながら、6月20日(火)はお休みさせていただきます。

執筆余話

お陰様で開業12周年を迎える事が出来ました。やっと最近目先の形や結果に捉われる事なく患者さんの『身体』を治療する事が出来るようになってきたかなと感じる今日この頃です。気というなんとも言えない存在を操って治療していると東洋医学の奥深さを痛感させられる日々です。まだまだうまく表現出来ていませんが、うまく伝える事も私の仕事だと思っております。これからも日々精進して参りますので、宜しくお願い致します。

反対に現代科学の利便性の恩恵にあずかるWeb予約システムですが、誠に勝手ながら6月中旬頃にサイトが変更になる予定です。決定の際は改めてホームページにてお知らせさせていただきます。御来院の方には直接お伝えもさせていただきます。慣れるまでご不便をおかけするとは思いますが、ご理解の程よろしくお願ひ申し上げます。

