

温篤新聞

通巻173号



『人生を変える一鍼を目指して…』

いつまでも暖かく秋を味わう間もなく冬が訪れ、気がつくともう今年も終わりを迎えようとしています。今年も経絡治療へのご理解と温篤へのご愛顧いただきありがとうございます。

一般的には鍼は痛いもの、灸は熱いもの、というのが鍼灸治療に対するイメージかと思えますが、当院が行う経絡治療は気の調整を行い治癒力を高めることが主目的であるため、一般的なイメージとは相違しております。

長く当院に通われている方にとっては、今や心地良く受けられるこの治療法が常になつているかもしれませんが、思い出している方もいらっしゃるかもしれません。意味を知った私は、経絡治療に出会い、この言葉の

「下医は病気を治す、中医は病人を治し、上医は未病を治す」という言葉があります。これは「並み以下の医者は病気を治療し、並みの医者は病になつた人を治療し、優れた医者は病気の前段階で治療するので病にならない」という意味です。

東洋医学に「下医は病気を治す、中医は病人を治し、上医は未病を治す」という言葉があります。これは「並み以下の医者は病気を治療し、並みの医者は病になつた人を治療し、優れた医者は病気の前段階で治療するので病にならない」という意味です。

医食同源 蓮根

高熱やのぼせ、気分のイライラを鎮める働きがあります。また、のぼせによる鼻血を止める作用もあります。ビタミンCが豊富で、肌の新陳代謝を活発にして、シミやソバカスを防いでくれます。ペクチン、ヘルセルロースなどの食物繊維が多く、便秘の解消にも役立ちます。煮て食べると、胃腸の働きを良くしてくれます。



今月のツボ 合谷(ごうこく)

このツボは親指と人差し指のちょうど分かれ目の窪みにあります。合谷という名称は、その窪みがまるで谷のようであり、そこから身体の中を巡る活力となるエネルギーが湧き出ている事を表しています。



場所は、手の甲を上にして指を開きます。そのまま指をグッと反らせ、

親指と人差し指の付け根の骨と骨とが接する部分に取ります。幅広い症状に活用され、頭痛、歯や歯茎の痛み、口内炎、喉の腫れ・痛み、発熱、疲れ目、耳鳴り、神経痛、鼻血、胃炎、腹痛、下痢、便秘、喘息、てんかん、心身症、ニキビ、抜け毛、円形脱毛症、高血圧などに用いられます。

病を治療し、患者さんが病になり症状に振り回される事にならないよう上医を目指して精進していこう思うと共に、患者さんのお役に立ち、いつの日か患者さんの人生を変えられるくらいの鍼を打てる治療家になりたいと願ったのを思い出します。

当時の私には、漠然とした目標でしたが、今年はこの経験を見せて頂き、その真意がわかった気がします。

ひとりは3年ほどの不妊治療を続けていたけれども、なかなか子供を授けられない方が、当院に来て下腹部の冷えが改善されるや否や、すぐに妊娠に至りました。今後無事出産し、母となる事で人生が変わっていくと思います。

ひとりは2年ほど東京から治療に通われていた方が、今後も治療を継続し易くするためにつくばへの移住を決断されました。故郷を離れ治療を継続する事で、今後の身体や人生が変わって

いくと思います。

ひとりは鍼灸師の資格を有した患者さんで、当院に来院し経絡治療を受けた事で感銘を受け、私の所属する学術団体の東洋はり医学会に所属されました。経絡治療家となる事で今後の治療家人生は変わり、様々な患者さんを治療していく事で、また他の患者さんの人生を変えていくのだと思います。

その他にも継続して通われている方にとっては鍼灸治療が日常にある人生なんて予想してなかったでしょうから、人生が変わったと言えるのかもしれません。

その分責任は感じ身の引き締まる重いですが、その一本一本が痺れるくらいの緊張感・責任感を持つて来年も治療に努め、多くの方の人生を豊かに変えていきたい所存です。



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。

その抛り所となったのが、『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付けられています。

二十四節気

冬至

(12月22日)

1年で一番昼が短く、夜が長い時です。そしてこれを境に、少しずつ日脚が伸び、春の訪れを待ちわびる人々の気持ちも高まります。



『心を開く鍵は自分が持っている』

人間は思い込みや先入観で判断すると、視野が狭くなり、物事を正しく見る事が出来なくなります。

帰国子女で漢字が苦手なAさんは、以前、市役所で書類の中の比較的やさしい漢字を事務員に尋ねたところ、ずいぶんげんな顔をされ、嫌な思いをしたそうです。欧米では、さまざまな点で個人差があるのは当たり前で、互いに自分の考えを述べ合う事を前提に対人関係を進められますが、日本では「誰でも同じはず」と思い込んでしまいがちです。

思い込みで誤解や失敗を招かないように、相手の立場や考え方を尊重し、自分自身に心のゆとりを持つことが大切ではないでしょうか。相手の立場を思いやる事で、相手の心も開かれます。心を開く鍵は私たちが持っているのです。

「一日一話」より

七十二候 (12月22日〜26日頃)

乃東生(なつかれくさしようず)

花の形が矢を入れる容れ物「鞆(うづぼ)」に似るところから名付けられた植物「藪草」は、夏になると花が枯れ黒くなるため、「なつかれくさ」と称されます。また「夏枯草」「乃東」と呼ばれる事もあります。

夏から冬にかけて一旦その力を弱めた太陽が、冬至の日を境に少しずつ再生していく様と、あらゆる草木が枯れ果てていくこの季節に、この草だけが芽を吹き始める姿が、寒さの中に春への希望をもたらす共通のイメージを醸し出します。

季節のさかな

河豚(ふぐ)



河豚といえば毒が話題の中心

になりがちで、大阪では「当たったら命がない」とのシャレから鉄砲の略語の意で「テツ」というとか、千葉県の方では富籤と同じで「滅多に当たるものか」という心で「トミ」というなど、楽しい呼び名があります。

毒素は、主として卵巣や肝臓などに含まれ、天然のものに比べて養殖したものの方が毒性は低いとされます。

「てつちり」と俗称する鍋物は主にあら部分を用い、豆腐、きのこ、春菊などと共にポン酢醤油で食されます。

干したヒレを焦がすくらいまで火で炙ってコップに入れ熱燗を注ぐ「鱈酒」は、冬場ならではの日本酒の楽しみ方です。

12月

○印はお休みです

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
③	4	5	6	7	7	8
⑩	11	12	13	14	15	16
⑬	18	19	20	21	22	23
⑳	25	26	27	28	29	30
㉓						

誠に勝手ながら、12月31日～1月4日はお休みさせていただきます

執筆余話

年が明けた頃はまだコロナの分類が2類相当で色々制限がありました。5類のなる事で元の世に戻ると信じていましたが、コロナだけでなく、冬に流行すると専門家が言っていたインフルエンザが夏から流行ったり、プール熱や溶連菌など、様々な感染症が猛威を振るいました。

その上、ウクライナ戦争に終わりが見えないだけでなく、イスラエルでも戦争が始まったり、相変わらずの燃料費高騰の影響で物価高は続いたり、増税メ○ネは人気取りの政策ばかりで、相変わらずの大変な1年だったのではないのでしょうか。

そんな今年も多くの治療の機会を頂き、ありがとうございました。皆様の健康の一助となれていれば幸いです。

2024年が皆様にとって幸多き年になる事を願っております。

