

うんよう 雲瑶が教える!

分かりやすくとてもふか〜い

セラピストの
ための

中 医 学

美容 按摩 師 用 中 医 学 入門

連載
第7回

病気の原因

“外因^{がいん}と内因^{ないん}”



先人たちが残した中医学の叡智を大切に、さまざまなセラピーに活かすことができる

中医学の基本を伝えている、中医師の雲瑶さんによる本連載。

今回は、“病気の原因と未病”について詳しく解説します。

文◎雲瑶 雲瑶刮痧中医学院

緑の力強い生命を
感じられる喜びの初夏

5月になりました。暦の上では、もう夏ですね。私の故郷内モンゴルでは、草原の草がグングン伸びる頃。内モンゴルの冬はとても寒いので、初夏は人間にとっても、動物や植物にとっても、緑の力強い生命を感じられる喜びの季節です。モンゴルの伝統的な住居「パオ」でも、冬の間は閉めきつていた天窓を開けて、思い切り外の空気と陽光を取り入れる時期です。日本に来て20年以上が経ちますが、雨が降ると一気に成長する草原の緑の香り、美しい声で鳴く鳥「百霊鳥^{バイリンニャウ}」のヒナを捕まえて育てていた幼少期のこの季節の記憶を、まるで昨日の出来事のように思い出すことができます。

実は、春から初夏にかけては、新しい何かを始めるのに適した時期だと中医学では考えられています。起業、転職、新たな勉強や習い事などを始めると、草のようにグングン成長して上昇すると捉えられているからです。逆に、実りが終わる内側へと収縮する秋や冬は、新しい挑戦は不向きということになります。この考えは伝統的な占いの基盤にもなっているので、何か新しいことを始めようと思っている時には参考にしてみてくださいね。