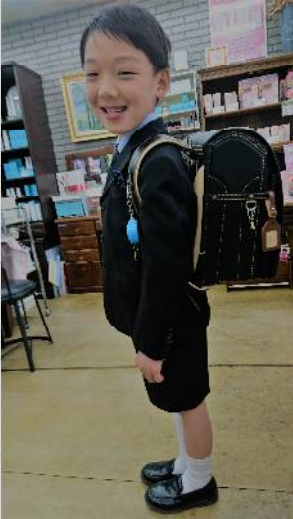




はじめてとらきち君からの手紙を読む方へ、はじめ君とよう君は店長の孫です。多少の可愛いがりすぎは、お許し下さい。



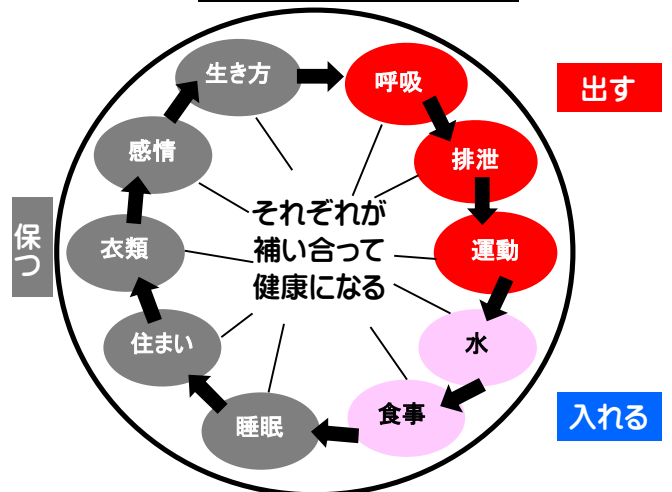
ピッカピカの一年生♪陽光台小学校入学式の帰りに、お店に寄ったはじめ君です。早速お友達ができたようで楽しそう!7歳かあ。孫の成長を見るのは楽しみです、ボクも同じだけ年をとる。これも必然です(^_^)

よう君も、陽光台保育園へ入園です。お試し保育から始まって、時間を段々長くしていきます。最初は、やはり母親が居なくなると大泣きしたようですが、家に帰るとニコニコようくんです。最近では、お店での笑いヨガに参加、「ホッホハハハ、ホッホハハハ」まではできるようになりました。「イエ〜イ」までできたら完璧です。はじめ君は今でもちょっと恥ずかしがり屋ですが、よう君はほぼ産まれたときから店にいますから人見知りはしません。でも、保育園に通い出すと、一緒に居られないのが超寂しいです(一一)

例えば、虫歯になったのは歯が痛くなった時からではありませんね。お菓子を食べたり、歯磨きをきちんとしなかったり、「虫歯になる習慣」を積み重ねてきた結果です。全てに言えますが、「習慣」を見直すことなく、虫歯の治療をしても根本的な改善にはなりません。ですから「結果(症状)」にとらわれることなく、「原因(習慣)」を見直すことが大事です。今の西洋医学は、症状(結果)しか見ないので、治せないばかりか、新たな病気を作ってしまうことが多いのです。

血液が120日程で新しい血液に変わるように、体のほとんどは年齢に影響することなく生まれ変わっています。骨、皮膚、脂肪、筋肉、内臓…等々。実は、1年経つと体中のほとんどが入れ替わり、全く別人のあなたができあがっているんです。なぜか、ワクワクします。

健康でいるための習慣



常に最高の状態に保つためには①出す:体に溜まった毒素を出す②入れる:体に良いものを入れる③保つ:体に良い生活をして健康な状態を保つ。悪いものを入れない事も大事。入れるより出すが先です。例えば血液が汚れていけば、いくら良いものを入れても循環しないし、便秘で腸が汚ければ小腸から栄養吸収ができないばかりか治す力も低下します。

よくアトピー性皮膚炎の方の治療で、免疫を高めるための漢方をなどを使用しますが、反応が良いと一時的に悪化する場合があります。これは瞑眩反応めんげんと言って、一気に体の中の老廃物や毒素を出そうとする生体反応です。東洋医学の世界では、この反応がでると良好と考えます。

健康な肉体を保つ事と同じように感情と生き方を変えるのも大事です。いつもイライラして怒っている生き方よりも、ニコニコ笑っている人生の方が圧倒的に楽しいですね! 病気は感情で良くも悪くもなります(*^_^*)

先月号のとらきち君に「薬では病気は治せない」と薬屋のボクが書きました。「人間は生まれながらにして、100人の名医をもっている」これは、古代ギリシャの優れた医師、ピポクラテスの言葉です。例えば、風邪で熱が出るのは、体を温めて菌やウイルスを殺すため、体温が上がるほど免疫力は高まります。ガン細胞さえも39℃の熱には耐えられないのです。

このガンでさえも、血液の汚れを固めて処理する為の、「浄化装置」の役割を果たしています。なぜなら、食生活や環境汚染などで体に汚れが溜まっていると、体が危機に脅かされるからです。この時、体を救うために体質的に弱い部位に毒を集め、そこにガンを作る事によって他の部位を浄化し健康を維持しようとするのです。

つまり、体で起こる全ての症状は、「あなたの体を健康に戻そうとするため」に起こっています。その症状ばかりに目を向けるのではなく、体全体の健康を意識すること。全ての病気は、体が健康になっていく過程で自然と改善していきます。考え方は、「病気を治そうとするのではなく、健康になろうとすること」なのです。全ての病気は、これまでの「習慣」の積み重ねで起こります。