

トピックス

『第3期・太極拳まるごと勉強会』申込み受付中

4月から始まる「第3期・太極拳まるごと勉強会」の参加申込みを受け付け中です。月1回、第3水曜日の6時半から8時まで、船堀タワーホール会議室で開催予定です。太極拳や気・気功に関するさまざまな問題をご一緒に勉強しませんか。

閑人閑話

『病気を治せない医者』という名著

本屋さんでたまたま目にして購入したこの本にたいへん教えられるところが多かったのでご紹介いたします。題名は『病気を治せない医者』～現代医学の正体に迫る～とかなり刺激的ですが、“病気を治すために活躍されている”現役バリバリの医学博士・岡部哲郎氏が最近出されたご本です。(光文社新書 740円)

同書によると、『岡部先生は東京大学医学部ご出身で東大病院で細胞生理学を中心にがん細胞の増殖や分化の研究に携わる一方、台湾の高名な漢方医である林天定一門に師事し、中国伝統医学を研鑽。その後東大病院総合内科で漢方外来の責任者として診療に当たり、難病への漢方内科治療で成果を上げる。2014年、西洋医学をベースに中国伝統医学による自由診療を行う岡部漢方内科を銀座に開院。』とあります。

同書の表紙カバー裏に、本書の内容が簡明に紹介されていますので、以下に引用します。

『現代医学、すなわち西洋医学は実は治療が苦手——。現代医学では、治療法のほとんどが対症療法に過ぎず、死ぬまで薬を飲み続けて体をコントロールしていくことしかできない。

一方、数ある代替療法のなかで、今、世界的に脚光を浴びているのが中国伝統医学である。この医療は、患者の心身すべてを診る全人的な治療、及び「根治治療」が可能だという特徴を持つ。

西洋医学と中国伝統医学の双方に精通し、難病をふくめて数々の病気の治療で成果を上げてきた著者が二つの医学を比較。特に、がん検診、高血圧、高脂血症、子宮頸がんワクチン、高齢者医療、うつ病などの現代医学が抱える問題を俎上に載せながら、患者にとってベストな医療の選択とは何かを示す。』

と言うことでたいへん明快かと思いますが、同書の中で特に印象に残った個所から二つだけをご紹介します。

高齢者は高血圧が自然 血圧は年齢に伴って上昇するのが自然で、高齢者では160/100までは正常範囲であり、むしろ70歳以上では120/80以下で死亡率が上昇している。(以下、降圧剤で血圧を下げることの危険性、有害性の説明が続く。)

中国伝統医学では抗老化治療がベース 中国伝統医学では疾患は正気【しょうき・「気」あるいは「生命力」】の虚(減少)、つまり生体の恒常性維持能力の低下が有る場合に、病気の原因(邪)が生体を侵犯して起こると考える。

さこうべん

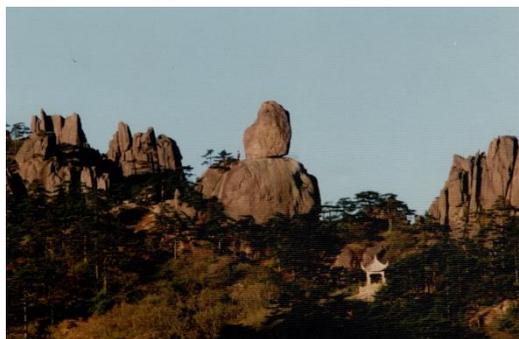
左顧右眄(再開)

【第17話 漢詩に学ぶ・漢詩を楽しむ】

第7回 名山の美 その1

中国には数々の名山があります。長い歴史の中で、とくに評価の高い五つの山を「五岳」と称していました。黄山、廬山、泰山、嵩山、華山が五岳とされています。(ただし、ほかの説もあるようです。) たんに標高の高い山では、チョモランマを始め辺境の地には数多くありますが、五岳はあくまで昔の漢民族の支配していた範囲内で、人々に親しまれ、またあがめられていた山が選ばれているわけです。古来、この五岳については数々の名詩がありますが、まず、安徽省の「黄山」を取り上げてご紹介します。伝説上の王である『黄帝』がこの山上で仙薬を飲んで仙人となったというのがその名の由来とされています。“五

岳中の第一”とも“黄山を見ずして山を語るなかれ”とも称せられています。俗に七十二峯、三十四洞、二十四溪などとも言われるようにすこぶる変化に富み、常に雲を吞吐しているところから、古来水墨画・山水画の絶好のモデル地として知られています。また世界遺産に登録されている山でもあります。



【上；飛来峯】

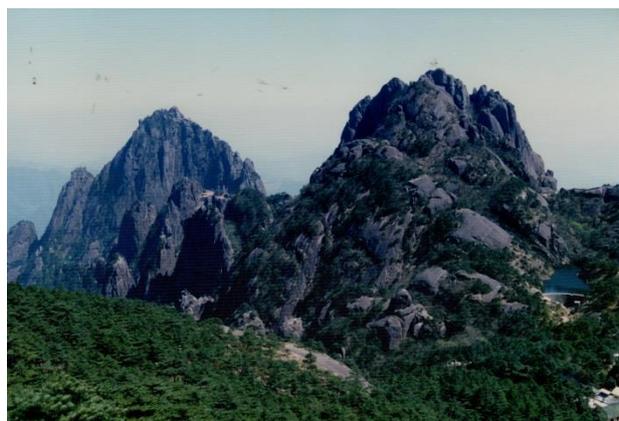
黄山の一つの屹立した岩峯の上に不安定に乗っかっている「飛来峯」という奇石を詠った歌をご紹介します。

飛来峯	飛来峯	明・楊補(生没年不詳)	(意訳)
何来一片雲	何より来る一片の雲	どこからか飛んできた雲が	
化石栖峯面	石と化して峯面に栖む	石に化けて峯の上に棲んでいるようだ	
百丈無皴痕	百丈 皴痕無く	足元は百丈ほど切り立って、ひび割れも無くつるつるだ	
趾虚通一綫	趾虚 一綫を通す	しかも断崖は狭い隙間で向かい合っている	
欹傾不自安	欹傾 自から安からず	岩はひどく傾いているので不安だ	
非根豈能眷	非根 豈能く眷さんや	根を下ろしていないのによく落ちないものだ	
翼翼半欲去	翼翼 半ば去らんと欲し	まるで飛び立とうとしているようでもあり	
如懷故山恋	故山の恋を懐くが如し	故郷の山を懐かしんでいるようにもおもえる	
側身臥其前	身を側えて其前に臥し	その直下に身を横たえると	
瞑目骨已戰	瞑目して骨已に戦く	あまりの怖さに戦慄が走る	
相戒勿爾触	相戒めて爾を触れる勿れ	お互い岩に触らぬようにしよう	
下久意始善	下りて久しうして意始めて善し	下山して初めてほっとした	

「飛来峯」は「飛来石」とも呼ばれていますが、高さ10メートル、重量600トンの巨岩です。

この黄山には、もう25年前になりますが、1990年5月に登りました。山上のホテルに連泊して、あちこちの嶺に登り、また朝、昼、夕と刻々と変化するその奇景を満喫しました。連峰の鞍部まではロープウェイで登るのですが、そこから先は延々と続く石段と山道を登ったり、下ったり、ときには断崖をへつたりと、奇路、難路の連続でしたが、今となってはとても懐かしい思い出です。

【左が天都峰、右が主峰の蓮花峰(1860m)】



【始信峰の大岩壁】



旅をうたい拳を詠む 熟年文化祭で「金賞」受賞

さる2月11日～12日に開催された江戸川区熟年文化祭に応募していました、下記の短歌が「金賞」を受賞し、江戸川区長の表彰状と副賞として「さぬきうどん」一箱を頂戴しました。初応募の昨年は「銀賞」だったので、いちおう面目が立ってほっとしました。

機内食和と洋二人で分けあいて傘寿を祝う旅のフィナーレ