

第 36 回中国文化セミナー開催報告

3月1日(木)に「第36回中国文化セミナー」を開催しました。「中国文化セミナー」は、日頃中国ビジネスに関与されています皆様、普段とは少し違った視点から中国をご理解いただくことが出来るよう、中国の文化・伝統・習慣や生活などについて紹介をし、体験いただくことを提案しています。

今年は、「漢方」をテーマとし、株式会社誠心堂薬局代表取締役の西野裕一先生に「活き活き暮らすための中医学の活用法～血流でわかるあなたの養生法～」と題した講演をいただきました。



日時：2018年3月1日(木) 16:30～17:30

場所：フォーラムミカサエコ 7階ホール

講師：西野裕一氏

参加人数：16社、38名

<講師プロフィール>

株式会社誠心堂薬局代表取締役。

薬剤師・鍼灸師・国際中醫師認定A級・北里大学薬学部卒・東京医療福祉専門学校鍼灸科卒・一般社団法人日本中医学会理事・世界中医学連合会常務理事・中国漢方普及協会会長。

漢方、鍼灸を始めとする中医学の有用性を啓蒙・普及させる活動に尽力。

～講義内容～

中医学というのは中国の伝統医学ですが、建築、住宅と何か接点があるのかと考えました。昨年のセミナーで風水のお話があったようですが、風水と人体を流れる気というものが非常に共通しています。人体には経絡があって、気血が流れています。風水も同じで風が気を巡らせませす。水があればそこに気が溜まります。風水は地形によるアセスメントなので、自然界の流れと建築あるいは建物、部屋がどのように繋がっているかという環境アセスメントの学問だと思えます。その中であって共通するのは五行学説、例えば色(五色)、方向(五方)、季節(五季)等と自然界は繋がり人間は繋がっているということです。建築や住宅においては風水で、人体においては中医学ということになります。

中医学とは

中医学のことを語る前に、まずは東洋医学と中医学は何が違うのかとよく言われます。中医学は中国に起源をもつ伝統医学のことです。例えば、流れとして韓国の韓医学、或いは日本における漢方があります。「漢」というのは漢字、漢文など中国という意味で、「方」は方技または方術の略で医学の意味です。つまり、漢方とは中国の医学のことを言います。また、東洋医学というのは中医学だけではなく、インドのアーユルヴェーダ医学やギリシャのユナニ医学といった医学の総称です。或いは西洋医学と分けた形で考えるのが東洋医学です。

扁鵲(へんじゃく)の逸話

今から3000年くらい前の春秋戦国時代に「扁鵲」という有名な名医がいました。そして、司馬遷の史記の『扁鵲倉公列伝』に扁鵲の逸話が残されています。扁鵲は500年くらい生きていたことになっているので、一人の人ではなく数人の方がそのようなことを残したのだろうと言われていています。

この逸話ですが、扁鵲が斉の国に行った時に、王様の顔を見た瞬間に王様に病気があることを察しました。そして、「王様は今病気ですが、今は体表にとどまっていますので直ぐに治療した方がいいです」とアドバイスしました。王様は、扁鵲は治療費が欲しいだけだと思い断ったのですが、その後、また王様の顔を見たら病状が進んでいたため、「王様、体表から内臓の方に病気が進んでいますので早く治療した方がいいです」と指摘したところ、王様は怒ってしまったのです。その15日後、遠くから王様を見た扁鵲はすぐに立ち去りました。おかしいなと思った王様は扁鵲を追いかけて理由を尋ねたところ、「病氣

が体表にある時は漢方や鍼など色々な方法がありますが、今は骨髄にまで至っているのもう治すことは出来ません」と答えました。結局王様はその5日後に体調を崩し亡くなりました。その頃、宮廷に務める医者は王様が亡くなると殺されてしまう。だから、扁鵲は慌てて逃げようとしたということです。三国志の曹操に仕えていた鍼と外科の名人華佗も結局曹操に殺されてしまいます。ですから、医者として仕える者は昔は命がけだったようです。

この後、漢方の歴史について、現代にも通じる扁鵲が唱えた病気が治らない或いは治しにくい患者のタイプ「六不治」のお話や三国志の時代に書かれた『傷寒論』という本、そしてそれを実証する「弁証論治」についてのお話をいただきました。そして、日本の漢方の歴史について、漢方が5~6世紀頃に朝鮮を経由して伝わり、遣隋使や遣唐使の小野妹子や鑑真によって普及していったこと、そして、丹波康頼という人が『医心法』という日本最古の医学書を書くのですが、この丹波という人は、昭和の大俳優、丹波哲郎さんの家系だというこぼれ話の紹介もありました。



今回の中国文化セミナーでは、セミナー開始前に誠心堂薬局様から中醫師の先生やスタッフの方々にお見えいただき、参加者全員の血流測定をしていただきました。西野先生のお話の後半は、事前に測定した血流データや波形を見ながら個々の血流タイプ別の養生法について、説明やアドバイスをいただきました。

冒頭で言った風水と同じ様に、体の中の血流は気で流れています。気は血の帥、血は気の母と言われていて、気は血液を巡らす車輪のようなものです。だから、血液は気の方に沿って流れるのですが、色々な要因によってすぐ変化を受けます。気の流れが順調かどうかは血の流れを決めていると言えます。気にエネルギーがなければ、血液は流れません。気がストレスなどによって流れが悪くなっていると血が流れなくなるということです。

- <波形について>
- ① 気虚型 (気が不足するタイプ)
 - ② 血虚型 (血が不足するタイプ)
 - ③ 陰虚型 (水の足りないタイプ)
 - ④ 気滞型 (気の流れが滞るタイプ)
 - ⑤ 瘀血型 (血の流れが滞るタイプ)
 - ⑥ 痰湿 (水の流れが滞るタイプ)

上記の中医学で言う六体質の特徴を個別に説明いただき、参加者のタイプ別に対策や食べ物などのアドバイスがありました。例えば、気虚型の特徴として、倦怠感とか息切れ、風邪を引きやすい。血管の反応性が悪いので花粉症にもなりやすい。冷え性、アレルギー疾患、頻尿にもなりやすい等々。その対策として、気虚型は体を温める力が弱いため、朝は温かいものを食べる。また、食べても消化吸収出来ないことがあるため、ポイントとして加熱をすることとキノコ類や山芋を多く食べると良いなど。

そして、講演終了後は限られた時間ではありましたが、西野先生と血流測定をいただきました白先生に個別の相談にも応じていただきました。たくさんの方が列を作って並んでいる光景に、皆さんの健康に対する意識が高いこと、そして健康の大切さというものを強く実感しました。

文化セミナーの内容については、会報誌「日中建協 NEWS」No.233号(2018年5・6月号)に詳しく記載しています。