

陰陽一對 (いんよういつつい)



あれっ？ 太田先生がいつもの定位置じゃない！
な、なにがあったんだ？
だれだ？ 太田先生に説教している白衣のじいさんは！

じいさん、太田東西かわら版7月号に出ていた
太田先生のお父さんじゃないかっ！！

日頃、体を動かそうとしない不精なお父さんが
熱中症になって、気力体力どんどん下降して
死にかけた・・・という記事だった。

お父さん、あの時、
さんざん息子さんから「ダメ出し」出されていたけど、今回は立場逆転、
いったい何があったんだろう？



3年ぶりのギックリ腰

10月17日(木)、人生最大の痛みに見舞われました。
再び「四つん這い生活」になるとは・・・(泣)

今回

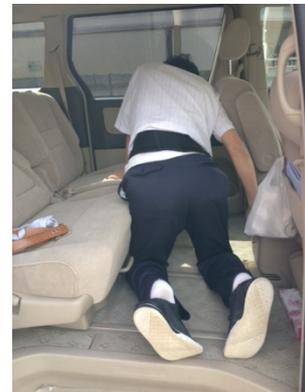


3年前



とにかく、ギックリ腰の辛さは、なった人にしか分かりませんね・・・
強烈な電気ショックで下半身に力が入らなくなり、崩れ落ちながら同時に
激痛も味わうといった感じです。
その激痛が「いつ襲ってくるのか？」
ギックリ腰とは“不安と恐怖”に苛まれる病気です。

翌日、漢方相談は臨時休業しました。
とにかくひどかったのです！
整骨院からの帰り、動けなくなりました。
車から降りようとする、激痛が襲ってくる・・・
妻が「冷静に」写真を撮ってくれていました(笑)
2日間、四つん這いで風呂場で排尿しました・・・
(もはや犬です)



3年前にもギックリ腰の記事をかわら版に記しました。
「なぜ病気になったのか？」
「自分の考え方生き方にどんな問題があるのか？」
今読んでも、立派なことが書いてあります(笑)

それから反省し、毎朝のウォーキング、腰痛予防体操、筋トレ、整骨院など
努力してきました。しかし今回、またしても・・・(泣)
なぜ繰り返すのか？
再度、検証してみます。

根本には仕事のストレス（座業で、悩みの相談を受ける）があるのでしょうか
ではこの仕事を辞めれば、腰痛にはならないのか？

そんなことはありません。

漢方相談の仕事が悪いのではなく、自分の「性分」が問題なのです。

「動き過ぎる！」「頑張り過ぎる！」「熱中し過ぎる！」

「過ぎる性分」が原因。その性分が身体を酷使してしまうのです。

振り返ればギックリ腰は必至でした。

両親の結婚50年（金婚式）のサプライズに
500mlの缶ビール50本、マンションの6階まで

一気に一人で運びました。（赤線のルート）

「私も運ぶよ」という妻を振り切って・・・



その次の日は、ピザと蕎麦

両方、一度に作りました（粉からこねて）

「私も手伝うよ」という妻を振り切って・・・



その次の日は、愛犬を連れてドライブ

往復300km運転しました。

「運転代わるよ」という妻を振り切って・・・

病に伏した夜、妻が言いました。

「最近、みよ～に元気だったよね」 言い得て妙（みよ～）です・・・（涙）

そして後日、すっかり元気になった父から言われました。

「安静が一番、じ～～～っとしていることが大切だよ！」

「日頃、無理し過ぎだよ、もっとゆっくりしなきゃね！」

今年6月、病気の父に言いました。

「日頃、怠けて運動しないから筋肉量が低下してバテたんだよ！」

「自分の老い、死を考えていないから、一気に落ち込むんだよ！」

息子と父、

その考え方生き方、正反対なのでした・・・（苦笑）

息子の妙薬は「父の生き方」

父は病院や薬に頼って健康増進しようとするタイプ
自ら何かをしようとしないうる静かなインドア派

私は積極的に何かをして健康増進しようとするタイプ
安静に過ごすのが下手な行動的アウトドア派

とかく世間では、父のタイプは批判されやすい。
奥さんの「夫在宅ストレス症候群」の原因だって（笑）

今月号のタイトル「陰陽一対」

みなさんのご家族も、きっと相反するタイプで構成されているのでは？
「せっかち&のんびり」「おしゃべり&無口」「社交的&内向的」
「自分に厳しい&自分に甘い」「消費&節約」「暑がり&寒がり」などなど
夫婦も、親子も、きょうだいも、不思議と違ってはいますよね。

東洋医学の思想で「陰陽論」というのがあります。
「万物、相反するものから成立している」という考えです。
相反するものが集合して、一つになっている。
だから「これが絶対正しい！」ということはないという教えです。
陰陽のバランスを取るのが漢方で、陰陽の犯人捜しをするのが西洋医学。

およそ離婚の原因は「価値観の不一致」
夫婦ゲンカ、親子ゲンカの原因も「考え方の不一致」
でも陰陽論で言うと、その相反するもの同士が惹かれあうようになっています。

自分と違うタイプを「否定」するのか？
それとも
違うタイプから「学ぼう」とするのか？

健康長寿も、幸せな家族も
「違うタイプから学ぶ」
その謙虚さと柔軟性がカギのようです。



お父さ～～ん、ありがとう～～～～
無理しないように、頑張り過ぎないように心掛けますね！

（逆にお父さんは息子を見習って、行動的積極的に行動するんだよ！笑）