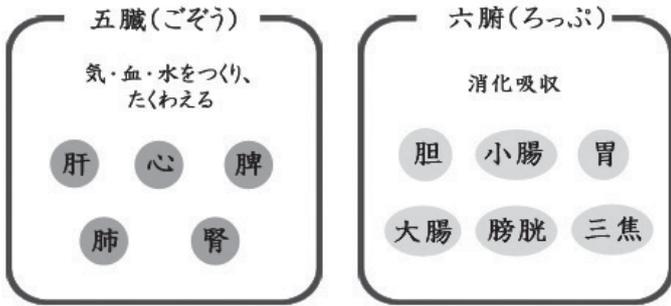
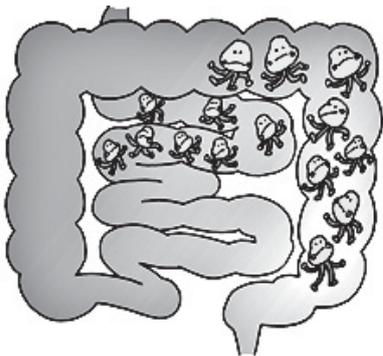


● 五臓六腑(ごぞうろっぷ)働き ●



それにしても、なぜ五臓六腑でしょうか？五臓五腑ではダメなのでしょう。消化を司る意味で、他の五腑では説明のつかない「働き」が、どうしても「あり・必要」なのかも！？

そこで新三焦説です。「三焦とは腸内細菌叢のことであり」。そのように考えれば、消化吸収したものを五臓へ渡す役割が見えてきます。腸の内容物は単なる食物残渣ではなく、腸内細菌叢が手掛ける加工処理物なのです。



腸内細菌は数百種類、数百兆個もいます。彼らの中には人体にとって好ましい細菌と、そうでない細菌とがいます。好ましい細菌が増えているときは、体調もよく元気で、好ましくない細菌が増えているときは体調が悪く、肌艶も悪くなることがわかっています。

そうです！健康で美しい肌になるには、良い腸内細菌が増える食事が大切。逆に、病気がちで、顔色がいつも悪い時は、悪い腸内細菌が増える食事になっているときです。

働きとしての腸内細菌は、常に自ら意思をもって作業しています。処理しきれないぐらい過剰な食物が入ってきたら、下痢させて先に送り流します。気にいらぬ食物ばかりの時は、仕事を放棄してふてくされてしまいます。つまり、便秘になるのです。体調や肌艶の良し悪しとは、そういうことなのです。

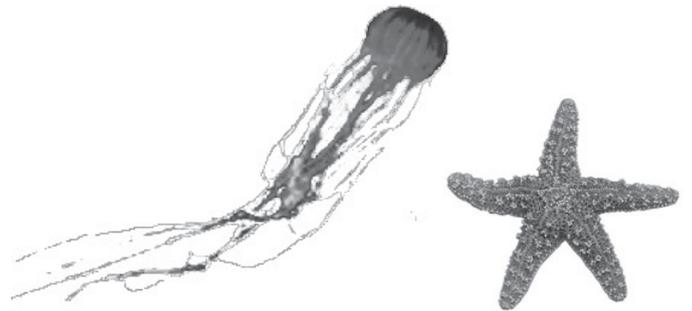
また、腸内細菌たちと腸の組織は緊密にタッグを組んでいます。腸内細菌が作りだした人間にとって必要な代謝物を、適宜「作って！」→「がんばるね！」、「もう要らないよ！」→「水と塩を吐き出すよ・・・」というぐあい。

腸は脳に先んずる

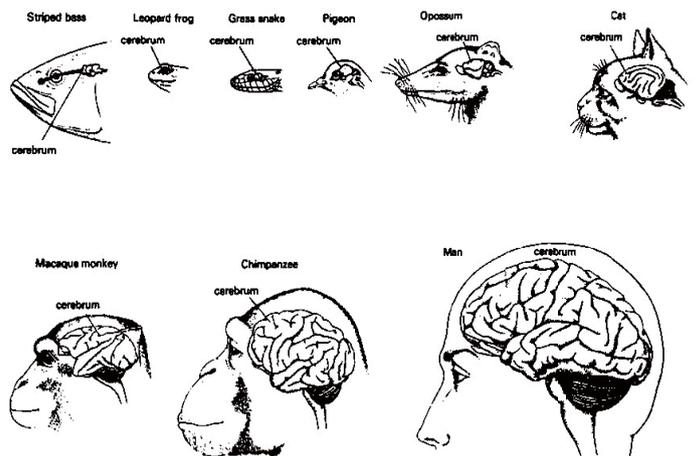
現代では、常識として「脳が思考を司る」といいます。古い時代には、「心は心臓にあって、心臓で考える」と考えていました。脳が考える器官だとは考えずに、心が考える器官だと考えていたのです。そして、その心がどこにあるか？という問題に至ります。

どこか三焦の話と似ていませんか。働きはあるのですが場所が・・・。

現代的には「脳が考えている」としても、脳が心と同じだと言ってもいいのでしょうか？クラゲやヒトデには脳が存在しないといわれます。脳がなければクラゲやヒトデは考えずに行動しているのかというと、そうとも言い難い。ちゃんと餌のある場所を求めて、効率よく移動します。



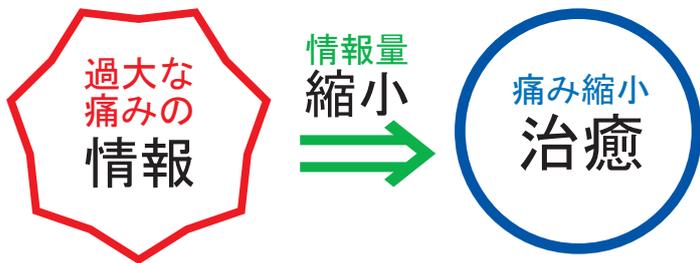
動物である以上、まずは食べることが先。食べるための手段と構造がなければ生命を維持できません。その能力は脳がなくとも腸は知っている！事実、発生学的には腸が先で脳はずっと後に発達しています。



生物進化に伴う脳量の変化 左から魚、カエル、ヘビ、鳥、フクロネズミ、ネコ、マカクサル、チンパンジー、ヒト

腸と腸内へ棲みついた細菌群とが互いの利益のために共生している間に、やがて脳量を増やし機能を発達させて、もっと自分に都合の良いからだを知恵を組み込むようになってゆく。霊長類の最上位にいる私たち人間の脳は、現代人男性で1400～1500グラム程度、女性は1200～1250グラム程度まで大きくなりました。

痛みの信号がオーバーヒートする→免疫系統を担う視床下部の血流が悪くなる→免疫と血液循環の両方が低下する、という図式なのです。このような状況なので、一時的に痛みの信号を脳へ送る途中でブロックして、痛みの情報量を減らすことで治癒へ導こうとしているわけです。



繰り返しになりますが、無用あるいは有害な情報が自分の脳を侵襲するほど情報過多になると精神も歪むし、ときに病気になったり、犯罪に巻き込まれたりもする。痛みの情報も悪循環に陥るほど過大になると、病気は治りにくくなる。精神、ホルモン、免疫が正常であること、若々しい健康を保つには、余分な情報は入れない・避ける・遠ざかることが大事。

腸内環境のことに戻ります。現代人は必要以上に食べ過ぎる人が多い。食べ物も情報と考えれば、脳への情報過多の話と同様に、情報を処理しきれない＝病気がちになる、と同じ図式になりますね。

食べ物の例でいうと、もう一つ。現代食は簡単便利に調理できるという点では都合がよいのだけれども、過剰な加工食品や食品添加物をたくさん使う食品群が増えていきます。昔の食品といえますか、先祖代々、何百、何千年も食べなれた食品とは違う食品、からだ的に過去データがない食品には要注意！からだ知らない情報は処理できなかったり、処理を間違ったりしますよ。その先にあるのは、やはり「病気」です。

健康と元気、若さを保つには、食べることにしても、いらない情報である食品、健康を損ねる食品は控えたいものです。



イベント



←[名古屋]2014/7/21

シンポジウム「われわれは、どこから来て、どこへゆくのか」

13:00～「自我～その不可思議なもの」

[講師]たいようクリニック院長 佐藤 俊夫

14:00～「胎内記憶からみえてくるあちらの世界」

[講師]池川クリニック院長 池川 明

15:35～シンポジウム「われわれは何者か」

【日 時】2014年7月21日(月・祝) 開演13:00(開場12:30)

【会 場】ウィルあいち ウィルホール (名古屋市東区上堅杉町1 TEL052-962-2511)

【参加費】一般2,000円

イベント



←[名古屋]2014/9/23

W講演会「笑う門にソレは来る」医師も証明、笑いの効用

13:40～「癒す医療と笑いの力」

[講師]高橋ファミリークリニック院長 高橋 信雄

15:10～「あなたの笑顔 なにより薬」

[講師]元気で長生き研究所所長 昇 幹夫

【日 時】2014年9月23日(火・祝) 開演13:30(開場13:00)

【会 場】ウィルあいち 大会議室 (名古屋市東区上堅杉町1 TEL052-962-2511)

【参加費】一般2,000円