

健康講座

第4回 病気と心の関係

病気とは、自我や欲に気づくためのメッセージとして起きてくるようです。食事や生活習慣に関連した自我は、指摘されれば理解は出来ます。しかし、心に関連した自我は、妻や夫や親が「あなたは、わがままで思いやりがない」と指摘してくれても、素直に認めるのは難しいものです。指摘されるとプライドが傷ついて、夫婦喧嘩や親子喧嘩になってしまうこともあります。

しかし、病気は自我に気づくためのメッセージなので、「わがままで思いやりがない」という自我に気づいて、行動を変えていくと、病気を本質から改善していくことにつながります。

今回は、「心」に焦点を当て、心のメカニズムと「病気と心の関係」について、具体例も交えながら、わかりやすくお話させていただきます。

講師：若林明彦

1987～97年、代々木の東洋医学の治療院赤ひげ堂にて、竹内信幸師より、東洋哲学、治療、中医学、漢方、気功等を学び、10年間でのべ2万人の治療に当たる。1997年「病気と心の関連性」を医師、医療従事者、医学生に講義するために、国際社会学大学院（オランダ）、フィンドフォン財団（スコットランド）、ノーザン鍼灸大学（イギリス）、デューク大学医学部（アメリカ）をはじめとして、世界各地でセミナーと講演を開催。1998年予防医学研究所を設立。東洋医学のセッション、カウンセリングをしながら、「病気と心の関連性」の解明に取り組む。著作、講演活動にも取り組む。

日時：7月24日（土）

PM2：00-4：00

料金：1000円

場所：予防医学研究所

台東区台東2-26-8-2F

予約：03-3831-0230

又は info@yobou.org

（件名は健康講座でお願いいたします）

