

人生には見えないものを見る・考える力が必要です



太田東西にとって怒涛の11月が終わりました・・・
日曜日は、講演会、講演会、そして人生初のマラソン！

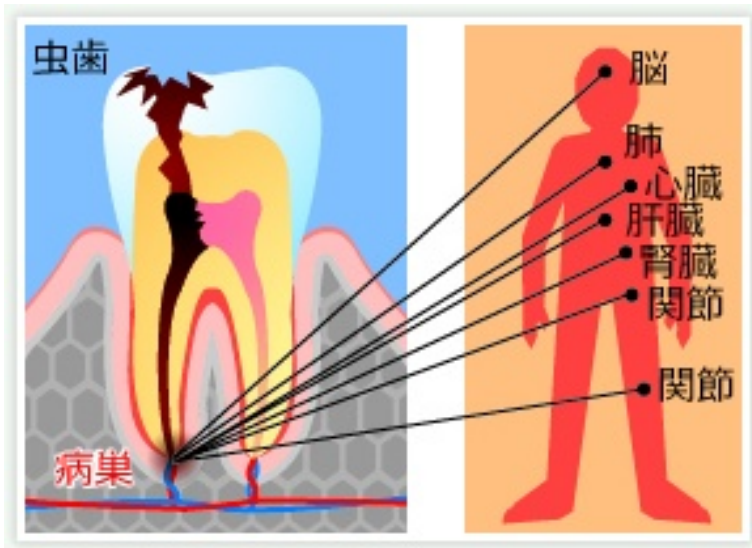
まずは11月6日（日）、『口は災いの元講演会』を池ノ谷歯科医師とともに開催しました。

「今さら歯のことなんか興味ないし、勉強しなくていいよ」
みたいに考えている方、多いんじゃないでしょうか？
以前の私もそうでした。

しかし、そんな歯について軽薄だった自分が、“病巣感染”という病になり
命を落としそうになったことが歯科講演会開催のきっかけでした。

「病巣感染」とは何か？

歯周病、銀歯や詰め物の細菌・カビが、口腔内（口の中）で長年慢性炎症を起こし、あるタイミングで全身の症状として現れる病気です。



信じられないかもしれませんが
「認知症」「脳卒中」「心筋梗塞」
「不整脈」「脂肪肝」「腎臓病」
「関節痛」「リウマチ」「膠原病」
「アトピー」「ぜんそく」「鼻炎」
「頭痛」「めまい」「首肩のこり」
「がん」「糖尿病」
「低体重児」「早産」「不妊症」

病巣感染が関係していることが
わかってきています。

私の場合、前歯の差し歯と右下奥歯に病巣感染がありました。
今から30年前の歯科治療の影響が、平成の今になって、皮膚病という形で
現れたのです。手指に始まって、頭皮、背中、胸、足といった感じで。



幸い、漢方はたくさん持っていますので、すべて試しまし
たが、無効・・・

皮膚科の医師には「異汗性湿疹」と診断され、ステロイド軟膏のみ。

「ひょっとしたら歯から来ているかもしれない」

私の大学の先輩でもある歯科医師&薬剤師の池ノ谷和典先生を訪れました。

結果、前歯の歯槽骨はかなり溶けていて、重症の病巣感染を起こしていました。
およそ3時間に渡る“大手術”。

右下奥歯のブリッジを外してみると、ここにも病巣感染が見られました。
その義歯と銀歯の内側は、びっしりカビで汚染されていたのです！

それから1年半、およそ週1で通院しました。通算およそ60回。
昔の歯科治療の痕跡を、すべてやり直してもらいました。
全部の銀歯をはずして、口の中からメタル（金属）を追放しました。
セラミック、インプラント7本含めて、総額200万円也。

「うわぁ～～そんなにしたの！」と思った方もいらっしゃると思いますが
病巣感染を経験してみて、失った歯の大切をヒシヒシと痛感して思うことは
「高額になったけど、それだけの価値は十分にある！」ということです。

健康に携わる薬剤師ながら、歯・口腔内の重要性に目が行っていませんでした。
病気の根本原因を見つけて、「少ない漢方で複数の症状を一発で治す！」ことを
信条としていますが、その原因の一つに歯・口腔内の問題があるとは自分がそ
れを体験してみて、強く認識できたことです。
そして治療の経過の中で、自らの皮膚病は全快していきました。

当日の講演会でもお話しましたが、多くの人は歯・口腔内に関心がありません。
「歯医者は痛くなって行く所、できれば行きたくない所」「健康保険で安く
済ませよう」「さっさと終わらせてもらいたい」など。

健康で長生きしたいなら、そうした古い考え方を見直す必要があります。
「歯医者は痛くなって行く所ではなく、痛くならないために行く所」という
『予防歯科』の考えに変わる。漢方と同じく、続ける目的は『予防』です。
しかし、そう頭ではわかるけど、人間、一度痛い思いをしないとなかなか
『予防』に時間とお金を使えないものなんですね。

200万円あったら、歯よりも新車・新居購入を考えるのが世の常でしょう。
でも、歯・口腔内が悪くなって食べれなくなったら、生きていけない。買った
新車も乗れなくなる、新居にも住めなくなるというのに・・・
経済優先の私たちの価値観も、そろそろ見直す時期に来ていると思います。

ところで、なぜ私がそんなに悪い歯で、しかも病巣感染になったのか？
歯磨きの習慣がない、自堕落で不衛生な人間だったのか？

接客業ですから、食後は歯磨きもしていました。上等の歯ブラシと歯磨き粉。
でも、どんどん歯が悪くなる。グラグラしていく。
どうして気掛けてケアしているのに、歯の調子が悪くなるのか？
それが体質なのか・・・ 老化現象なのか・・・ あきらめるしかないのか？
いえ、きちんとその答えはあったのです！

昭和時代の歯科治療で、歯がどんどんダメになっていったのです！

「えっ、歯医者に行って、歯がどんどん悪くなるって、どういうこと？」

池ノ谷先生が解説してくださいました。

昭和の頃、虫歯は「削る」「詰める」「かぶせる」がスタンダードだった。

そして最後は、歯も神経も「抜く」。

それがとんでもない間違いだったことに、平成の今歯科医師たちが気づき始めた。

たとえばブリッジ。最初は良くて、両隣の歯に慢性的にストレスがかかって、やがて3本とも抜ける・・・



虫歯を削って詰めて銀歯をかぶせる。

患者もそれで治ったと思う。しかし、削って詰めた接着面や銀歯の裏側には、細菌・カビが発生してコロニーをつくっていく。

それが歯肉炎・歯周病を引き起こし、やがて歯がぐらつき、根元から抜けてしまう。最後は、総入れ歯となる・・・



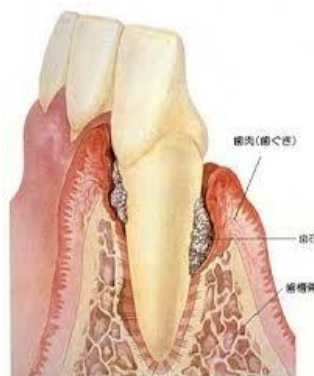
歯というのは、目に見える部分が3割、目に見えない部分が7割なのです！

私たちは、目に見える部分の3割の歯を見てしっかり磨いているから大丈夫！だと錯覚、勘違いしているのです。

しっかり歯を磨いているつもりでも、その下の7割に慢性炎症と感染症が起きている。

歯周病菌・銀歯の裏側は、目には見えません。

見えないから、意識がいかない。結果、ある日突然、歯が総崩れする。



池ノ谷先生は昭和時代の歯科医師としての自分を猛省、恥じたそうです。

歯を治すべき自分が、逆に患者の歯をダメしていたとは・・・

でもそれが、さらに自分の探究心・向上心になったとおっしゃいました。

歯科治療に限らず、今の医療の常識は、時が経って「非常識」になることも多々あります。だから、目に見えないものを見る・考えるセンスを持って「自分の健康は自分で守る」という『予防』の意識が大切なのです。

アシュール新発売記念講演会&公開セッション



翌週の日曜日、11月13日。

『Ashur』（アシュール）の命名とパッケージのデザインをしてくださったスピリチュアルカウンセラー、ソフィアエムートさんをお迎えしてアシュールとマーヤのお勉強会&ソフィアさんの公開セッションを行いました。

アシュールとは、マーヤの次に創作した漢方食品です（薬ではありません）。先の歯科記事と関係があって、自らが病巣感染になったことがアシュール創作の動機となりました。（アシュールの詳細はここでは割愛）

ソフィアさんは2回目の来崎。
今回は会場の皆さんにお話を聞いてもらう形式ではなく、双方向のやり取りを企画。
『ソフィア姐さんの公開セッション』を実施。

主なテーマは
「婚活」「進路」「子育て」。
ソフィアさんから、魂のアドバイス。
笑いあり、涙ありのセッションとなりました。



人間誰でも悩みを抱えて生きています。

「病気」「お金」「仕事」「家族」「人間関係」「老後」など。

インターネットで検索すれば、いろんな知識はたくさん得られます。

しかし、それで悩みを解決できたという人をあまり見聞しません。

逆に、情報・知識がどんどん増えて、余計に混乱して迷って不安になったり。

直接ソフィアさんに相談してみて、目の前で
答えをもらっていかがでしたか？

どうして涙が自然にあふれたと思いますか？

それは「信頼できる人に相談する」という行為が

「自分を解放する」ことになったからです。

しかも、公開です。腹が座ったんですね（笑）

さらけ出せたから、素の自分になれたんです。

自分の悩みを、周りの人が真剣に聞いてくれた。

自分の身に置き換えて、いっしょに涙してくれた・・・

た・・・

これ以上の場はないですね！ ソフィアさんは『慈母観音』のようでした。



皆さんには今度はソフィアさんのような生き方をしてほしいと願っています。

自分の辛かった経験を隠すのではなく、自分をオープンにすることで、辛い渦中
にある人たちを励まし、勇気づけられる立場になってほしい。

辛い経験が誰かの役に立った時、それが自分が自分を認めてあげた時だから。

人の心の悩みは、「人の心」を持ってしか解決できない。

傷ついた人は、「温かい人」によってしか癒されない。

それこそが人間の真の存在価値だと、改めて実感した講演会でした。

休日に家族や仲間で「楽しかった～」「うまかった～」もいいけれど、たまには
自分の人生を真剣に考える、自分に向き合う時間も大切です。



かんなんしんく なんじ たま 艱難辛苦は 汝を珠にす

～苦勞なき人生に喜びはない！～



続いての11月20日の日曜日は、人生初のマラソン（10km）に挑戦！

「太田先生、陸上の経験あったんですね」

いえ、まったくありませんよ！ 走るの大嫌いで、テレビで駅伝中継を見て
「走ってるだけで、何がおもしろいんだろ？」 全く関心ありませんでした。

それがジムにあったランニングマシンに目が行って、ちょっと走ってみた。

いろんなスピードが試せて、走行距離や消費カロリーも表示される。

何度か利用していると、「あれ、今日はもっと走れるかも？」となって

最初10分でバテていたのが、30分走れるまでになった！

3ヶ月続けていたら、お腹周りがスリムになった！！

週2ペースで走っていた8月、長崎ベイサイドマラソンの募集を目にした。

物は試しだと応募した後、とんでもないことに気づいた！

関門（制限時間）があって、初心者にはハードルの高い大会だったのでした～

ある問題に直面した時、対処の仕方はおおよそ2つ。

『その問題に立ち向かうか？』 『その問題から逃げるか？』

自分のペースで気持ち良く走ろ～～と安易に考えていた自分。

一転して、その選択に立たされた・・・ 本番まで3ヶ月ちょっと。

自分の心身が健康なのかどうかは、こういう時に試されると思います。

「年だし、体力ないし、足腰痛めたら大変だし、絶対無理！」となるか

「できないかもしれないけど、おもしろそう！やってみるか！！」となるか。

あるお客様が、体重69kgから54kgのダイエットに最近成功されました。

3ヶ月で15kg減！！ 『マーヤ』で見事、スリムになられたのです！

「え～～～っ、私もマーヤ飲んでいるけど、全然痩せませんが？」

そう思ったあなた。何かを飲んで痩せるという考え、捨てましょうよ！（笑）

そのお客様、ほぼ毎日30分ジョギングして痩せたのです。

そしてダイエット成功の感想をおっしゃいました。

「走れるか最初とっても不安でしたけど、マーヤを続けて飲んできたおかげでやってみよう！と前向きに思えたんです。なんとかなる、と思えたんです」

「痩せるには何キロ何時間走らないと」じゃないんです。きついかもしれないけれど「とにかくやってみよう！」 そのチャレンジ精神が大切なのです。

ジョギングはウォーキングと違って、自分の心身の成長を感じれる運動です。

まずは5分から始めてみる。徐々に15分、30分、1時間と、時間も距離も長く走れるようになってきます。その時、自分の気力体力向上を確信できます！

自信というのは、辛い出来事を乗り越えられた時に、できた！という達成感を実感した時に得られるもので、『自信が持てる本』を何度読んでも持てません。健康も同じです。健康になれる情報を目にしても、それを行動に移さなければ健康にはなれません。

ジョギング、マラソンに限らず

辛いこと・嫌なこと・めんどくさいことから
すぐ逃げずに、自分の目標・理想を掲げて
何事にもチャレンジしてみましよう！

艱難辛苦は汝を

“健康”“^{いざな}幸せ”に誘います！

