

健幸タイム



漢字からひもとく

健幸の秘訣・前編

漢字に凝縮された先人の知恵から、健幸の秘訣をひもといてみましょう。

先月号で「豆」という漢字から健幸の秘訣をひもといてみたところ、思いのほか好評だったことに味をしめて(笑)今月はまた違った漢字から健幸のヒントを探ってみたいと思います。

「氣」は、もともと「氣」と書いた

元氣・やる氣・氣持ち・勇氣・氣遣い・氣配
り・氣品・氣質・平氣・根氣 陽氣・氣配・氣ま
ま・氣さく・氣楽・空氣・天氣……などなど、
いろいろな場面に登場する「氣」という漢字。

ふだん目にすることが多いのは「氣」のほうかと思いますが、もともとは「氣」という字を使っていました。「メ」ではなく「米」という字に戻してみることで、先人がこの漢字に込めた想いが、なんとなくくみえてきます。

なぜ「氣」のなかに、米がある？

なかに「米」という字が入っていたことには、主に2つの説があるようです。

ひとつは「米」が日本人の主食としてからだを構成する基本になっているという考え方から。

「稻の語源は、命の根」ともいわれるほど、先人は主食の米に秘められているエネルギーに特別な想いを持っていたと考えられます。

東洋医学では「氣=生命エネルギー」と捉えられているように、先人は米を「生命エネルギーの源」として認識していたのかもしれないね。

ちなみに、「米」という字は、快便の秘訣も教えてくれています。

米が異なると書いて「糞」。つまり、穀物をしっかりと摂ることがお通じをよくするコツということになります。

「氣」は四方八方に広がる

氣のなかの米は生命エネルギー(氣)が四方八方に広がる様子をあらわしている、というのがもつひとつの説。

はじめに挙げた「元氣」や「やる氣」「勇氣」などの使われ方は、こちらにあてはまるでしょう。

歴史学者で北里大学名誉教授だった立川昭二先生は、著書『氣の日本人』のなかで次のように述べています。

「かつて『聞く』という言葉は『氣来(きく)』が語源だった。相手の氣が自分のところまで『来る』から『聞こえる』と考えた」

「相手の氣=生命エネルギーが届くことで声が聞こえる」という考え方をコミュニケーションの基本におくと、すてきな関係が築けそうですね。

参考文献 『健康の基本』(ワニ・プラス刊)

鳴海周平 著

鳴海周平 プロフィール



1971年北海道生まれ。心身の波動を高める製品の開発・普及をおこなう㈱エヌ・ピュア代表。健幸エッセイスト、ヒーラーとしても、ラジオ番組や講演、ブログ、著作などを通じて「こころとからだの健幸情報」を発信している。著書に「医者いらずになる 1分間健康法」(帯津良一氏との共著)「小食・不食・快食」の時代へ(はせくらみゆき氏との共著)(ここまでワニ・プラス刊)「1分間ヒーリング」(徳間書店刊)などがある。最新刊は「運」のミカタ(ワニ・プラス)。

アメーバブログ

<https://ameblo.jp/npure/>

エヌ・ピュア公式サイト

<https://npure.co.jp>



LINE

友達登録
こちらから