

五行説

「心」の季節は

立夏(5月6日前後)～土用の前日(7月18日前後)

蘇せいシリーズ 2 (心系)

「蘇 しん 仙」



夏は心臓の季節です。漢方では、心臓は精神の中枢でありすべての生命活動は心臓により統率されていると考えられています。

この心臓に病変が生じると、動悸・恐怖・不眠・健忘(物忘れ)・胸苦しさ・意識の混迷、あるいは、よく悲しんだり、また笑いが止まらないなどの精神状態の乱れとして現れてきます。

心臓は、血液を循環させ脈の働きを司る主要な臓器で、心臓の異常は顔色の変化になって現れます。血液の流れが悪くなると、顔本来の色調を失い、青くなって光沢がなくなります。

また、“心は舌に開孔す”と言われており、心臓に病変があると、舌は赤くなり、もつれて言語不能の状態になり、味覚の異常となって現れることがあります。

す。心臓の季節(夏)の味は苦味(にがみ)で、色は赤です。夏には意識してニガウリやアスパラガス、大葉、ギンナン、ミョウガなど苦い味を摂りましょう。この大切な心臓を手助けしてくれるのが蘇せいシリーズの「蘇しん仙」です。高温多湿の過酷な環境の中で元気に過ごすためにも、この時期だけでも「蘇しん仙」の力を借りるのも利口な方法といえるでしょう。