

## JaMママから一言、、、

残暑お見舞い申し上げます。まっさて、今年の夏は根性もん！でも、負けないもん！

未だに、韓流ドラマ見ながらウルウルしている私ですが、そのキッカケとなった「冬のソナタ」でヨン様や涙の女王チェ・ジウが泣くシーンにはびっくり！彼等ポロポロと涙をこぼすだけでなく、鼻水もズルズル流しているのをぬぐおうともしないのです。日本だったら鼻から口元を手で覆うとかするでしょう。でも、流れるままなのです。自然体と言えばそれまでなのですが。

涙は鼻に抜けて粘膜に吸収されますが、大量に涙が流れると吸収しきれずに鼻水として出てしまうそうです。目と鼻はつながっているのです、泣くとどうしても鼻水が出てしまいます。そう！ヨン様のあれは鼻から出た涙だったのです。美しい！！

女性の方が男性より3倍近く涙を流す回数が多いそうですが、それはホルモンに関係しているそう。女性の方がプロラクチンというホルモンを男性より60%も多く持っているそうです。このホルモンは母乳に関するものですが、涙腺の細胞にも含まれるそう。女性の涙は母乳のごとくかけがえのないものか？涙は、心に溜め込んだ怒りや悲しみを洗い流すと同時に、自らを癒す作用があることがわかっています。

子供の頃、母は、「男の子は泣くのは3度まで。赤ん坊の時。親が死んだ時。自分の子が亡くなったとき。」よく弟に言っていましたが、泣くのをこらえるのはあまりよい事とは言えなそう。

心の健康のためにも、たまには思いっきり泣いてみましょう。・・・泣き言はいつも言ってますが・・・テヘッ。

2006・Aug 28th