

자연 치유력이 가장 좋은 의사다.

Everyone has a doctor in him or her; we just have to help it in its work. The natural healing force within each one of us is the greatest force in getting well. (Hippocrates)

모든 사람은 자신 안에 자신만의 의사를 고용하고 있으며, 우리는 그 의사가 제 역할을 하도록 도와주기만 하면 된다. 우리 각자의 몸속에 있는 자연치유력은 병이 나아지는 데 가장 큰 힘이다. (히포크라테스)

모든 자연의 이치가 그러하듯 우리의 몸도 원래 상태를 회복하고 유지하고자 하는 회복력 또는 복원력을 가지고 있습니다. 즉, 우리의 몸은 상처가 나거나 질병이 생기면 자신을 치유하고 건강한 원래의 상태로 유지하고자 하는 자연 치유력을 가지고 있습니다.

그러나 이 자연 치유력은 스스로 작동하기보다는 우리가 도와주었을 때만 작동을 합니다. 우리의 몸은 스스로 의사의 역할을 하지만 그 의사가 적절한 처방을 하고 바른 치료를 하도록 돕는 것은 우리 자신의 마음입니다. 몸과 마음은 하나이기 때문에 우리의 마

음이 몸을 작동하도록 역할을 하는 것입니다.

자연 치유력은 병이 나올 수 있도록 하는 최고의 힘이며, 이 최고의 힘을 움직이는 것은 우리의 마음입니다. 마음과 몸이 조화를 이룰 때 우리의 몸의 회복력은 증가할 것입니다.