Dr. Shiggekky のための、蠍座新月の願い事

1. 私は、ミトコンドリアと回復力の研究を深め、まだ言葉になっていない大切な問いを、一つずつ明らかにしていけますように。
2. 私は、臨床で出会う一人ひとりの声を大切にし、その人が望む暮らしを支える医療を実践できますように。
3. 私は、MITO RISING と MitoQure を通して、回復力の考え方を、誰もが自分の生活に取り入れられる言葉で届けられますように。
4. 私は、プラハでの講演に向けて伝えるべき核心を見極め、自分の言葉で、落ち着いて世界へ語れますように。
5. 私は、理念を共有する仲間と出会い、互いの専門性と自由を尊重しながら、長く続く信頼関係を育てられますように。
6. 私は、すべてを自分一人で背負おうとする気持ちを手放し、人に任せること、支えてもらうことを自然に受け入れられますように。
7. 私は、成果を急ぐ気持ちに気づき、自分自身の睡眠、休息、楽しむ時間も大切にできますように。
8. 私は、これまで積み重ねた経験を土台に、新しい発見によって自分の考えを更新する柔軟さを持ち続けられますように。

Dr. Shiggekky の今回の願いを一文にするなら、

「私は、回復力の本質を深く探究し、信頼できる仲間とともに、その知恵を社会へ届けながら、自分自身も回復できる生き方を育てていきます。」

武本重毅（Shigeki Takemoto, MD, PhD）
聚楽内科クリニック／MitoQure

© 2026 Shigeki Takemoto / MitoQure

