古くて新しい 健康のミカタ 第8回

【前回のテーマは「続々・命の応答」、今回は「変化するもの、させるもの」です。】

MK

さて話を戻しますけど、先ほど朝倉先生は“変化する瞬間”を見てると仰いました。

ここでは人体を見るときに“三次元（縦、横、高さ）”だけではなく、“時間”という次元が含まれ“四次元”になっています。これってとても大事ですね。

AH

人間は単純な構造物ではありません。

これまでお話してきたように、内外からの様々な情報を受信しつつ同時にそれらの情報に対し応答している為、「今という瞬間」と「次の瞬間」ではすでに情報が置き換わっていて、応答する結果に違いが生じてくるので、“その瞬間”と“連続性”を捉えることを大切にしています。

例えば、カイロでもレントゲン撮影をしますが、あの写真に映し出された姿は“瞬間”を捉えたものですよね？

極端な話、「真っ直ぐに立っていた瞬間」に撮影した画像と「体幹を傾けた瞬間」に撮影してしまった画像とでは、そこに映し出された形態はまったく異なったものとなるわけです。ここで単純にその画像を構造的に捉えてしまうと「なぜ真っ直ぐだったのか？なぜ曲がっていたのか？」という理由とその過程は分からない為、“その瞬間のみを切り取った”「真っ直ぐ」だとか「歪んでいる」という形態だけを捉えてしまうので、「背骨が歪んでいることが痛みや不調の原因である」と見てしまうのでしょう。

MK

つまり実際は動的にどんどん変化し続けているんだから、その“変化していること（運動）”そのものを捉えないと、変化しつつある一瞬だけを切り取ってそれが固定されたものだと勘違いすると全体が見えなくなる。だから“変化そのもの”を捉える必要があると。

そして、その絶えざる変化には傾向・法則があるということですね。

AH

そうですね。

ですから最近では機能MRIというものが開発され、脳の測定などその場その場の変化を見て診断することを重要視するようになってきています。

“切り取った瞬間”では生命は捉えられません。生命は“不断の変化そのもの”なので、ある瞬間から次の瞬間への移行（運動）に生命は現れるわけです。

MK

カイロでは神経機能を評価します。カイロの機能神経学が最近注目されてきているのも、さきほどの「生命はある状態から次の状態への移行（変化・運動）に現れる」というミカタが広がってきているからかも知れませんね。

AH

重要なのは変化させている自然の法則・機能そのものを捉えたいということなんです。その“変化させているもの”が本質で、“変化したもの”は本質ではないということなんですよ。それはどこまでいっても結果に過ぎないんです。

でもそれは具体的に“変化していること”を通してでないと捉えられない、という意味なんですよね。難しいかな？（笑）

MK

ええ。（笑） カイロの「生命の三位一体」ってことかな？

我々は通常「変化したもの」しか認識しません。

「変化させているもの」というのは本質・法則ですから、それを取り出して観察することは出来ないということですよね。

AH

そうです。

なので、「体は絶対間違わない」ってこと。正確にはその身体を成り立たせている自然の意志、カイロでいう「イネイトインテリジェンスは間違わないって意味」なんですけど。

だから、たとえば電卓に数字を打ち込むと、

組み込まれている公式にしたがって正確な答えが必ず出ますよね。この弾き出された答えが仮にプラスの数値であれば正常値とし、マイナスの数値であれば異常値と決めているのが我々人間です。

つまり、得られた答えが“不正解”とか“正解”ということではなく、「ある公式（法則）に対して、ある数字を入れたら、ある答えが出ましたよ。」という機能（計算過程）が果たされていることを僕らは診ようとしているんですよね。

MK

たとえば、病気になる要因に対し「正確に病気になった」という答えが弾き出されただけだと。

AH

そう。だけ、のこと。いや～しかし「正確に病気になった」というのはいいね～。(笑)

これを体に当てはめると、生命は美しく完全な公式で、決して間違うことなく必ず答えを出してくれている。だけど、我々人間はマイナスの数値である病気という答えを異常なもの、感情的に嫌だと捉えているに過ぎないだけなんです。

MK

いやぁ・・・　しかし、このミカタは厳しいですよ～（苦笑）

AH

そうだね。(苦笑)

で、その打ち込む数字というものが、いわゆる日常生活における様々な外部情報（要因）であったり心や感情の内部情報（要因）ということです。

アイソレーションテストでいえば、ある動作を取ってもらった時と、その後刺激を入れて同じ動作を再び取ってもらった時の反応が違っていれば、その機能・能力に何らかの変化が生じたと診ます。

MK

つまり“変化したもの”はそもそも本質ではない。“変化させているもの”こそ本質であると。

しかし、本質は“変化していること”を通してでないと認識・理解できないわけですから、我々は“変化する瞬間”に“変化しないもの”、すなわちその瞬間の“能力・機能”を診ようとしている訳です。

●プロフィール

朝倉穂高

1978年生まれ、オーストラリア ビクトリア州立ロイヤルメルボルン工科大学健康科学部カイロプラクティック学科（以下：RMIT）卒の国際基準カイロプラクター。
大学卒業後ニューヨークのカイロ・クリニックに２年間インターンとして勤務、帰国後10年間神保町の治療院で診療、現在「予防医術を広めましょう」をスローガンにして、セミナー、講演活動を中心にナチュラルケア水道橋外来センターにて臨床に携わる。

松浦孝一郎

1976年生まれ、同じくRMIT卒の国際基準カイロプラクター。
RMIT入学前は国内の理系大学付属研究所にて主に結晶学を専門とする研究者の卵。カイロの学位を取得してからは、朝倉先生と同じ神保町の治療院に勤務、現在はナチュラルケア水道橋外来センターを中心に我孫子、神保町の３か所で臨床に携わる。

国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア
水道橋外来センター
☎：03-5805-0927
●受付時間：午前10:00～13:00/午後15:00～20:00
●土曜・祝日10:00～18:00　●定休日/日曜
文京区本郷1-4-7 協和ビル5F
http://naturalcare-chiro.jimdo.com/

古くて新しい 健康のミカタ 第9回

【前回のテーマは「変化するもの、させるもの」、今回は「続くものはホスピタリティ」です。】

MK

前回の話をまとめると

“変化させているもの＝本質・目に見えない”“変化していること＝機能・能力”“変化したもの＝物質・目に見える”ということだと思います。

つまり、ここで“本質とは変化しないもの”といえます。さらに“変化しない”とは、言い変えれば“続いていくもの”です。

AH

なるほど。まとめると大変分かりやすいですね。でも、正直分かりやすいと思っているのは、我々だけかも知れませんが・・・。(笑)

これをもっと日常生活に則した形で例えるならば、何百年と続いている老舗企業（商店）の変わらないおもてなしの心や理念が本質で、そこからその本質を表現した商品の製造・生産が機能、それによって提供される商品やサービスが物質ということになりますかね。

MK

そのまま、第一次産業⇒第二次産業⇒第三次産業って感じですよね。

ところで、中小企業白書の「開業年次別　事業所経過年数別生存率」によると個人事業所のまま継続をするような小規模事業では起業して10年で1/10、会社組織化した場合でも1/3しか続いてないそうですが、最近では「続ける」ということが注目されていて、企業でも100年、200年単位で続けようということが言われているそうです。

「グランドデザイン」という言葉をご存知でしょうか？大規模かつ長期に亘る事業の場合、当然、細部の詳細から決定するのではなく、全体の構想・計画をまず練る必要があります。ですから、最近は企業そのもののグランドデザインというものが重視されているそうです。コンセプトと言っても良いかも知れません。

AH

そうですね。

企業というものは当然経営を前提に考えられている訳ですから、利益を上げることは当然必要になってはきますが、このグランドデザインというコンセプトから考えていくと必ずしも莫大な利益を短期間で上げているから凄い会社だとか、儲けが大きいから会社の理念が優れているというわけではないですよね。

MK

何に価値を置くか、その会社や経営者の世界観や優先順位にもよると思うのですが。

企業ですからやっぱり従業員や取引企業、顧客などその企業のみならず、全体の満足度や幸福度といった直接数値化出来ない目に見えない部分の評価が重要なのかなと思いますね。

AH

そうなんです。

ですから、利益の多い少ないだけで、優良かそうでないかを簡単に判断されがちですが、例えばですけど優れた市場調査とそれに基づいて完全制御の工場で作られた“お饅頭”ももちろん素晴らしいですが、室町時代から続く饅頭屋さんの変わらぬ“おもてなしの心”から生まれた“お饅頭”に私たちは感動するのはそこなのではないでしょうか？

MK

小さなお饅頭から、何だかそのお店の心意気が伝わってくるような気がすることがありますものね。そして、その心意気はその仕事の丁寧さ、正確さ、変わらなさに現れます。

そんな仕事に出逢ったら、「いやぁ～　いい～“仕事”してますね～！」と言いたくなりますからね。(笑)

これはお店側が自分を中心にせず、他人、つまりここでは顧客を中心に考えているからです。

面白いのはその意志、ここではお店の心意気が、いい仕事つまり素晴らしい機能を通して、僕の心理的な部分に確かに作用するという点で

すね。

AH

そうですね、我々もその「いい～仕事してますね！」って言われるような仕事をしたいですよね（笑）。

そのためには、松浦先生が先ほど仰った通り、相手の精神状態や心理作用まで意識出来るほどのレベルで結果（物質）を捉える、そして、その視点から機能を評価するというミカタが必要になってくるんではないでしょうか？

“本質が伝わる”結果“心身が動く”そんな仕事ができるようになりたいですね。

MK

いや、まったくですね。

この「いい仕事」というのがとても重要で、ここで「いい」と表現しているのはサービス・商品（物質）を提供する人の“ホスピタリティ”そのものなんです。

本質というのは表現しようとすればするほど、機能・能力の発揮・開発度合が正比例してきますから、実はこのホスピタリティそのものがその人の機能・能力の発揮・開発度合と言っても過言ではありません。

AH

なるほど、ホスピタリティそのものがその人の機能・能力の発揮・開発度合ですか。どんなに取り繕っても、やはり根底に松浦先生のおっしゃるホスピタリティがないと、必ずどこかでボロがでたりしますからね。

MK

そう。そこなんですよ。

ここでお話ししている“ホスピタリティ”というのは“取り繕っている”のまさに反対のことなんです。

その本質を正確に表現しようとすればするほど、能力を発揮しようとすればするほど、ホスピタリティが大事になってくる、そうやって商品でも何らかのサービスでもその中に本気の思いやりやおもてなしの心が表現されればされるほど、それは上質・良質で、透徹するというのか、無駄がなく、ずーっと続いていくものになるんですよね。

●プロフィール

朝倉穂高

1978年生まれ、オーストラリア ビクトリア州立ロイヤルメルボルン工科大学健康科学部カイロプラクティック学科（以下：RMIT）卒の国際基準カイロプラクター。

大学卒業後ニューヨークのカイロ・クリニックに２年間インターンとして勤務、帰国後10年間神保町の治療院で診療、現在「予防医術を広めましょう」をスローガンにして、セミナー、講演活動を中心にナチュラルケア水道橋外来センターにて臨床に携わる。

松浦孝一郎

1976年生まれ、同じくRMIT卒の国際基準カイロプラクター。

RMIT入学前は国内の理系大学付属研究所にて主に結晶学を専門とする研究者の卵。カイロの学位を取得してからは、朝倉先生と同じ神保町の治療院に勤務、現在はナチュラルケア水道橋外来センターを中心に我孫子、神保町の３か所で臨床に携わる。

国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア
水道橋外来センター
☎：03-5805-0927
●受付時間：午前10:00～13:00/午後15:00～20:00
●土曜・祝日10:00～18:00　●定休日/日曜
文京区本郷1-4-7　協和ビル5F
http://naturalcare-chiro.jimdo.com/

古くて新しい 健康のミカタ 第10回

【前回のテーマは「続くものはホスピタリティ」、今回は「ホスピタリティが背骨を見出す」です。】

MK

前回「ホスピタリティ」が能力に関与しているということをお話しました。

「ホスピタリティ」とは「思いやり」「おもてなし」と訳されます。

つまり、人でも物でもなんでもその対象を中心に物事を考えられる、自分以外を中心に運動するということです。しかも、このような姿勢はそのものの持つ能力の発揮度合を非常に高い割合にします。

生物全般に言えることですが、通常は省エネの為使用してない能力を使用する必要に迫られると、その潜在的になっている能力を使用する、あるいは使用能力の向上が必要になる訳です。

必要に迫られる状況とはそのものが中心、もしくは最優先にしているものが破壊されるかも知れない状況です。

AH

そういうことですよね。

生物にとって普遍的な意味での中心、最優先は生命、つまり“生きるか、死ぬか”ということですね。

人間は野生生物よりもちょっと複雑ですから、当然優先順位というものは各々違います。この優先順位をもうちょっと別の言い方にすると、「その人にとっての“価値観”あるいは“重要度”の高さ」とも言えますよね。

しかし、通常言われている“価値観”や“重要度”というものは大抵が純粋な生命活動ではなく、世俗的な欲求を満たすためのものであることが多いため、目の前にあるのに生命そのものを意識するのは難しいですよね。

MK

自分の【命にかかわらないこと】は当然として、利益にならないと思っていること、利害が発生しないと考えていること、について我々は無頓着になりがちですよね。

AH

そうです。本来【命】こそがもっとも重要なんです。

でも、人は目先の世俗的欲求を満たすために通常よりも意識的積極的にはなるのですが、この欲求はいつまで経っても別の形で出てくるだけで満たされることはないんです。しかしこれでは、生命の持つ本当の能力を引き出すことは出来ず、逆にその能力を封じてしまいます。

ところが、生命の持つ能力が十全に発揮されると世俗的欲求も満たされます。そして、そのためには一見価値のないものに対してホスピタリティを発揮するということを繰り返す必要があるのです。

MK

人間の場合は特にその「欲求が別の形になって出て来る」というところは重要ですね。

AH

現代だと生きているということが、まさに空気のように当たり前過ぎる、一見価値のない、もっと言い方を変えると意識すらしないようになっているということです。

生命として最重要であるはずの「生きること」自体が価値を失っているんです。

MK

言葉にするとゾッとしますが、実感としてどうか？と問われれば確かに薄い気がしますよね。

AH

本当は「生きていること」自体が重要で価値のあるものなのですが、存在することそれ自体に価値を見出す意識を持てないのは、現代ではそれが「当たり前」という前提になってしまっているからなのです。基本的に“死”は病院の中だけで意識し難いですし。

例えば、生命にとって心臓の鼓動は重要ですが、誰も鼓動していることに対して通常意識なんてしないでしょう？

MK

ですね。

AH

でも、たとえば心疾患の経験がある方だと、心臓が動いているということがどれだけ凄いこ

となのか分かるというものです。

でも、脳は“忘れる”という機能も持っているため得魚忘筌という言葉があるように経験・体験から常にこれを肝に銘じておかなければそのことを意識出来るものではありません。ですから、日常で意識するもの全てにホスピタリティを発揮するということを繰り返すんです。

そうして命そのものの価値観に気が付き始めると、いわゆる世俗的な欲求というものは比べようがないほど価値の低いもの、重要度の低いもの、という位置付けになるため、結果として欲求は満たされます。

MK

確かに。観念的に理解するのではなく、体験的に理解するには身体運動としてホスピタリティあふれる行動・行為を繰り返す必要がありますね。

生きている実感、存在感、価値観とは実はこの思いやる、もてなす、つまり“丁重に扱う”という身体運動・身体感覚がキーなんですよね。

AH

そうです。

人って存在を認められない、意識されないと肉体的ではなく精神的に生きていけないんです。“無関心にさらされる”ということは死を意味します。

そういった意味で“意識される”ことで人は能力を増しますが、同時に“意識する”と人は能力を増すんです。ですから、“意識する”ことを積極的に高めたものが“丁重に扱う”ことですから、能力は更に増します。

なぜなら“丁重に扱う”という行為は、自分のみならず他者を含めた“高度な情報処理”だからです。

自分よりも相手の意識における最優先事項つまり存在の中心を瞬時に理解しつつ、それを破損させることなく、その中心としていることを相手よりも先に実現させるための運動を起こす、ということなのですから。

MK

まったくその通りですね。自分よりも他者（物）を最優先とする姿勢。

ここで先生が述べられた中心というのは意識的脊柱、精神的背骨と言えますね。

AH

“精神的背骨” いいねえ～（笑）

●プロフィール

朝倉穂高

1978年生まれ、オーストラリア ビクトリア州立ロイヤルメルボルン工科大学健康科学部カイロプラクティック学科（以下：RMIT）卒の国際基準カイロプラクター。

大学卒業後ニューヨークのカイロ・クリニックに２年間インターンとして勤務、帰国後10年間神保町の治療院で診療、現在「予防医術を広めましょう」をスローガンにして、セミナー、講演活動を中心にナチュラルケア水道橋外来センターにて臨床に携わる。

松浦孝一郎

1976年生まれ、同じくRMIT卒の国際基準カイロプラクター。

RMIT入学前は国内の理系大学付属研究所にて主に結晶学を専門とする研究者の卵。カイロの学位を取得してからは、朝倉先生と同じ神保町の治療院に勤務、現在はナチュラルケア水道橋外来センターを中心に我孫子、神保町の３か所で臨床に携わる。

国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア
水道橋外来センター
☎：03-5805-0927
●受付時間：午前10:00～13:00/午後15:00～20:00
●土曜・祝日10:00～18:00 ●定休日/日曜
文京区本郷1-4-7 協和ビル5F
http://naturalcare-chiro.jimdo.com/

古くて新しい健康のミカタ 第11回

【前回のテーマは「ホスピタリティが背骨を見出す」、今回は「背骨と中心」です。】

MK

前回朝倉先生が述べられたのは、“中心”というものが意識の方向性によって変化してしまうものであるということですね。

“中心”というのは人においては「構造中心」「運動中心」「精神中心」という３つが考えられます。

一般的には構造中心つまり物質的な中心としての背骨がよく話題の中心になると思います。

しかし、中心という概念は実は流動的で常に移動、変化してしまいます。

単純な力学であってもどこを中心に見るか？という議論は重要になりますが、それは視点つまり観察者、被観察者、第三者の意識によってどうとでも変化します。

なので、特に“人”を見る場合はこの精神中心を把握することが大変重要だと先生は仰ったんだと思います。

AH

そうですね。

ちなみに皆さんにとって、そもそも「背骨」ってどんなイメージなんでしょうか？やっぱり、構造的な支柱なのかな？「背骨は大切な大黒柱です」なんて言葉がありますからね。

ところが、背骨というのは単純な「柱」ではないんですよね。まず前提としてこれを理解して頂く必要があります。松浦先生が仰った通り、時々刻々変化していく中心の集合体なのだということを考える必要があります。

いわゆる「背骨＝大黒柱」説？が一般人ウケとしてまかり通った認識になってしまっているため、つい我々の意識は背骨の歪みや傾きといった単なる構造物としてのミカタしか持てなくなってしまうことに隠れた落とし穴があるのです。背骨が単純な構造的な支柱というミカタが拡大解釈された結果が、「歪みを元に戻せばいい」、だから“骨盤矯正”や“骨格矯正”というような歪みをもとに戻そうとする発想が生れてしまうのです。

MK

シンメトリーが真理だというのは一見誰が見ても正しいように思いがちですが、実際はそう単純ではないんですよね。見た目アシンメトリーでも機能的にバランスが取れていることが実は重要です。

もちろん基本的な形質としてある程度決まった機能の中でのことではあるんですが、身体全部がある瞬間には指先が中心となって動いたり、鼻先が中心になったり脳や心臓が中心になることもあるわけですが、これなどはまさに機能的にバランスを取ろうとする結果です。それは人体がある時、ある場所、ある姿勢のまま固定された置物、つまりただの物体ではないということなんですよね。

AH

大黒柱という表現は、構造物つまり動かない固定されたものとして考えれば、柱という非常に重要な働きである力学的な支えという機能のみを考えるモデルは分かりやすいのですが、松浦先生が仰った通り、人間は固定された物体ではなく、そもそも動くもの（＝生命）という重要な視点が欠如したままの議論が世の中には多い気がします。

ちょっと考えれば分かりそうなものですが、我々も大学で解剖学や生体力学などを勉強しましたが、やはり、固定した考え方なので、これでは本当の意味で人間をミルことはできませんよね。

むしろ、解剖学の本に出てくるようなまっすぐな姿勢で立ってることなんて、実生活においてほとんどありません。ない状態のものを学問的にとらえても、実生活とつながっていなくてはあまり意味がありませんからね。

MK

特殊論と一般論は科学的には分けて考える必要が当然ありますが、実際一般論的な議論は最近になってですよね？

有名なところでは仙腸関節は動くのか？動かないのか？とか。

AH

では、たとえばですけど、妊娠中のお母さんだとどこが中心になっていると思いますか？

それは背骨ですか？

MK

それは、お腹でしょう。

AH

うん。そうだね。もっと正確にいうとお腹の“赤ちゃん”なんですよ。

お母さんの構造、運動、精神の中心は赤ちゃんなんですよ。

一生懸命に育とうとしている赤ちゃんの居る「お腹」を「中心」にした動き、中心にした動きというのはそれを守る動きのことですよ。そしてその心は赤ちゃんを丁重に扱う、つまり自分ではない他者、ここではお腹の赤ちゃんの快適さを最優先としているということです。

これが「ホスピタリティが発揮されている」の実際ですが、一般的にそこまで意識化出来ている人は少ないかも。

MK

いや、まったくですね。

それに、２人目とか３人目になると観察する余裕が出て、そこで気づく人もいるかも知れませんね。

AH

そう。だからお母さんも最初からそうであったか、といえばそうでもないんです。

妊娠初期には妊娠したことすら気が付かないわけですから。でも、普段から自分の身体や体調の変化に意識を向けている人は、いつもとは「何かが違うぞ？」とその微妙な変化に気が付くことができます。妊娠初期の兆候には、人それぞれありますから、一概にこれこれの兆候があったからと言って妊娠したとも決定づけることはできません。しかし、目に見えない、意識では感じ取れないところでは既に身体は応答しています。だから、尿検査をすれば、「陽性反応」が確認できるわけです。

受精した瞬間に、ホルモンの変調が起こるからです。そこから段々と様々な変化を体感し、実際にお腹も大きくなり、そこに命の質量が感じられ、胎動を感じ、出産に至るまでの間に、先に挙げた３つの構造、運動、精神の中心を育みながら母親へと変化していくんだと思います。

MK

まったくですね。その人その人にとっての「命の“質量”」を支えているものこそが実は「本当の“背骨”」と言えると思います。

●プロフィール

朝倉穂高

1978年生まれ、オーストラリア ビクトリア州立ロイヤルメルボルン工科大学健康科学部カイロプラクティック学科（以下：RMIT）卒の国際基準カイロプラクター。

大学卒業後ニューヨークのカイロ・クリニックに２年間インターンとして勤務、帰国後10年間神保町の治療院で診療、現在「予防医術を広めましょう」をスローガンにして、セミナー、講演活動を中心にナチュラルケア水道橋外来センターにて臨床に携わる。

松浦孝一郎

1976年生まれ、同じくRMIT卒の国際基準カイロプラクター。

RMIT入学前は国内の理系大学付属研究所にて主に結晶学を専門とする研究者の卵。カイロの学位を取得してからは、朝倉先生と同じ神保町の治療院に勤務、現在はナチュラルケア水道橋外来センターを中心に我孫子、神保町の３か所で臨床に携わる。

国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア
水道橋外来センター
☎：03-5805-0927
●受付時間：午前10:00～13:00/午後15:00～20:00
●土曜・祝日10:00～18:00　●定休日/日曜
文京区本郷1-4-7　協和ビル5F
http://naturalcare-chiro.jimdo.com/

古くて新しい 健康のミカタ 第12回

【前回のテーマは「背骨と中心」、今回は「背骨と本気」です。】

MK

前回、「命の“質量”」を支えているものが「本当の“背骨”」というお話になりました。

“質量”とは慣性質量と重力質量の２つの定義がありますが、地球の１Gという一定の重力環境では「重さ」というと分かりやすいと思います。

“支える”、“動かす”、“受け止める”この３つの運動に人は「重さ」という感覚を感じるわけです。しかし先にお話しした通り、この３表現には純粋な物理作用では無く多分に意識の作用が入っているところが重要です。

AH

仰る通りです。実際の質量による「重さ」と、精神による「重さ」は違いますが日常生活でこの区別が出来る人は少ないのではないかと思います。それは、先ほど松沛先生が仰ったように“支える”“動かす”“受け止める”ということは情動に関わる運動の現実だからです。

「会社を支える。」「人の心を動かす。」「悩みを受け止める。」など、前回「精神中心」の話が出ましたが、人では「重さ」が意識で変化するんです。この意識的な「重さ」の中心、つまり“重心”こそ前回の話で出ました「精神中心」なんですよね。

「どこに重きを置くか？」なんて普通に使いますが、まさにこれのことです。

MK

ええ。まさにその通りですね。

この「最も重要だと思うこと」、つまりその人にとっての「命」を支える運動（姿勢・意志）が結果的に背骨を形成する。つまり背骨というのは重心に対する支持のベクトルに沿って結果的に形成されるものだと僕は考えています。

それは生物・生命の目的・意図する方向そのもの・・・　つまり整体法にいう「欲求の方向性」のことです。つまり「欲求ベクトル」とでも言いましょうか。ただ、このベクトルは重心を終点として始まり、始点があとから決まります。

AH

うん。つまり確固不動の自分という原点（始点）が始まりではなく、対象としての重心があってはじめて自分が確定するんですよね。

他があるから自が生れる。進化する。

MK

そうそう。まさにそれです。

で、より原始的な生物では単純に食欲・性欲など、その欲求をシンプルな運動として表現しますが、単純比較で情報量が原始的生物よりも圧倒的に多い人間では、それをより精神的な運動として表現しますね。

AH

そうそう。ナメクジウオみたいな原始的な生物って、要するに餌という重心めがけて飛んでいく“矢”、“管”。まさに「ベクトル」だね。（笑）

人間の場合は特に“社会”でそれを表現するわけですけど、現代社会は過去と比較して生物としての人の本質とはかけ離れている上に想像を絶する程の圧倒的に膨大な情報（重心）の濁流だと思います。実は我々人間はその情報の「重さ」に耐えられなくなっているんじゃないかと思うんです。

MK

確かに自分の重心（命）を定めようとしても、現代社会という情報は人間にとっては歪で単調なのに膨大です。それが圧倒的なスピードで流動し、かつ明滅しますからね。

AH

うん。それは無制限に流入する、もしくは強要させられている情報側の問題だけじゃなくて、それを「受け止め」「支え」「動かす」はずの人間の側にその為の「精神的背骨」が無くなっている、もしくは弱くなったことも「重さ」に耐えられない原因なんじゃないかと。

MK

「自分という存在を確定させられない」という無意識下のストレスはキツイですね。

AH

そう、辛いでしょう？

現代人は過去類を見ないほど色々な不安やストレスを抱えています、それは自身の本質と乖離した“社会”を受け止められないことが原因の１つだと思うんです。

だから、様々な問題を抱えた現代社会の「重さ」を受け止めつつ主体的に生きていける人になるには、まさに「精神的背骨」を再生、創り直し、これを強化することが必要なんじゃないかと僕は思うんです。

たとえば「お金」なんていうものは実在がないでしょう？実体はないでしょう？

MK

株、為替、紙幣、とかですよね。概念というかシステムですかね？

今じゃ電子マネーとかだから情報といってもいいのかな？

AH

そうそう。みんなこの実体、実在がないものに苦しんでるんですよね。

さきほど先生がチラッと仰ってましたけど、社会的な重心って実は意図的にぼやかされてると思うんです。だから、そもそも重心を合わすこと自体難しい。

だからこそ、イメージとかではない、実在生命としての支え「精神的背骨」を再発見し、強化する必要があるんです。

MK

なるほど、そうですよね。重心に意識の焦点を合わせることで“軸”つまり「背骨」が出来ますから。

背骨というのは先に簡単に説明した通り、重心と自身の支持力を一致させることで統一された力線に沿って自然と形成されます。つまり欲求ベクトルを統一するということですね。この結果出来た軸が背骨としての機能を発揮し始めた時、その人の本来のパフォーマンスが自然と発揮されます。

しかし、現代社会では情報が氾濫し過ぎていて、自分が「本当に大切にしているもの」を自分自身で認識することが難しいため、結果的に本来の能力が発揮出来ない。つまり「本気が出せない」状況だと言えます。

◉プロフィール

朝倉穂高

1978年生まれ、オーストラリア ビクトリア州立ロイヤルメルボルン工科大学健康科学部カイロプラクティック学科（以下：RMIT）卒の国際基準カイロプラクター。

大学卒業後ニューヨークのカイロ・クリニックに２年間インターンとして勤務、帰国後10年間神保町の治療院で診療、現在「予防医術を広めましょう」をスローガンにして、セミナー、講演活動を中心にナチュラルケア水道橋外来センターにて臨床に携わる。

松浦孝一郎

1976年生まれ、同じくRMIT卒の国際基準カイロプラクター。

RMIT入学前は国内の理系大学付属研究所にて主に結晶学を専門とする研究者の卵。カイロの学位を取得してからは、朝倉先生と同じ神保町の治療院に勤務、現在はナチュラルケア水道橋外来センターを中心に我孫子、神保町の３か所で臨床に携わる。

国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア
水道橋外来センター
☎：03-5805-0927
◉受付時間：午前10:00～13:00/午後15:00～20:00
◉土曜・祝日10:00～18:00　◉定休日/日曜
文京区本郷1-4-7　協和ビル5F
http://naturalcare-chiro.jimdo.com/

古くて新しい 健康のミカタ 第13回

【前回のテーマは「背骨と本気」、今回は「精神的背骨の弱化」です。】

MK

前回は、現代社会という膨大な情報が我々が「本気」になることを妨害しているだけでなく、その「本気」になれないことに我々自身耐えられなくなっているというお話になりました。

それに関連する「精神的背骨の弱化」についてもう少しお聞きしたいと思います。

AH

そうですね。それは、以前にもお話ししました通り、経済的な豊かさが原因の１つだと私は考えています。

近代、我が国は高度経済成長を果たしました。もちろん物質的な豊かさを求めてという部分は大きいと思いますが、物質的豊かさを追求した結果、物で溢れた身の回りの生活、そしてその便利さに“考えなくてもよくなった”んです。

MK

「考えなくていい」というのは大変重要なキーワードですね。

AH

ええ。生活そのものが機械的、自動化していく、つまり自身の能力を使わなくなったこと。肉体も精神も使わなくていい。それが当たり前になってしまった結果、日常生活における諸要素に対して関心度・重要度が低下したんです。つまり「有難み」がなくなったんです。

で、そうすると「支えられる側になる」という構造的変化が起こります。つまり何かに依属している状態です。「支える必要がない」から精神的背骨も当然弱化していく。

実はこれが一番の問題ではないかと私は思います。

MK

つまり「主体的に生きていない」という意味ですね。しかも我々はそれをある意味で強要されています。

大きく言えば世界的な経済、小さく言えば身近な豊かさ・便利さ、そういった“自分ではない”情報に支配されているということですよね？

AH

うん。だから豊かさイコール幸福度にならないんですよ。

我が国はこれだけ物に溢れ、便利で何一つ不自由の無い生活が出来ているはずなのに、幸福だと思えないんです。幸福度が低い国になってしまっています。

それと、松浦先生が仰ったように「主体的に生きていない」ということは、つまり生き甲斐が無い、当然やりたいことも見つからないし、見つけようとも思わない。しかもいつの間にかそれを快適に感じ始める。すると、いつまで経ってもその自身にとっての快適な領域から出たいと思わなくなるんです。

今の子供達に夢ややりたいことがないか？と聞いても「別に」とか「めんどくさい」とか答えにならない答えが返ってくることがある。子供達のモデルになるはずの大人が何もやりたくないし、何がやりたいのかわからず苦しんでいるのだから当然です。そのような人たちを大勢見かけます。

MK

やっぱり受動的に生きているというのはある部分では楽でいいですけど、どこまでいっても楽なだけで充実感はない。しかも意図的にそれを“自分の意思であるかのように思い込ませる”のが大量消費社会のキモでしょうからね。

国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア水道橋外来センター
☎：03-5805-0927 http://naturalcare-chiro.jimdo.com/
● RMIT大学卒 国際基準カイロプラクター AH：朝倉穂高 MK：松浦孝一郎

古くて新しい 健康のミカタ 第14回

【前回のテーマは「精神的背骨の弱化」、今回は「続・精神的背骨の弱化」です。】

AH

ええ。“受動的に生きる”つまり“高い視野の目的を持ってない”ということはある意味楽なんですけど苦しいんです。

「流されるのはイヤだけど、流されるのは楽」なんです。でも、ある日「あれ？流されてる。」と気づいた人が「この流れに乗ってちゃマズイよ！」と言うんだけど、大抵この気づく人って変わり者扱いされますよね。(笑)

MK

大きなパラダイムに気づくのって難しいですよね。

これ、古いけど映画「マトリックス」ですね。「なんだか変だぞ・・・」って。

AH

そうそう、「マトリックス」。うん、だから悪いわけじゃないんです。

現代だとSNSとかが発達してますから、比較的気づき易いですよね。そういうことに気づいた人がすぐ声をあげて情報をシェア出来ます。

でも、それは逆に間違った情報もすぐに拡散出来ます。そういった情報は人間の情動を煽りやすいため、矛先を間違えると情報の暴走、パニックにつながる可能性も孕んでいます。

そういう情報共有による社会情勢の変化が世界規模で起こるのも現代の特徴の１つかも知れないですね。

MK

ええ。極端な話、世界中の１人１人の欲求のベクトルがグルグル輪になるのとは逆に、一致すると既存のパラダイムを全人類にとっての正価値方向へシフトさせられる大きな力にもなり得るし、逆に犯罪組織とか反社会的集団にもなり得るわけですよね。

先に朝倉先生は「高い視野」ということを仰いましたが、それを前提とした“インフォメーションリテラシー”が重要で、それがないと結局自己抑制が効いてしまう。

AH

そうそう。先生の仰った通り「情報の評価」がないことが一番怖いです。入ってくる情報を自ら考え判断していくことが欠如していく。放棄すると言った方がいいかな。

そうすると主体性を持った自分の情報ではないので「誰が言ったのか？」に頼りがちになります。情報が独り歩きしていく危険性も孕んでいて、良い意味で情報が広がれば良いケースもあるけれど、そもそも情報に良いも悪いもないので、自ら考えず「誰が発信したか？」ということだけを判断基準にし易い状況というのは、現代社会の課題が大きく顕れた結果のように思うんです。

MK

社会性とか民族性もあるでしょうけど、「みんな（社会）が言ってるから」「偉い学者さんが言ったから」「有名人が言ったから」「神様が言ったから」ですかね？

AH

そう。言い方は悪いですがそれは洗脳の初歩になり得ます。

そしていつの間にかそれがその人の“信念”に変わっちゃうんですよね。

国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア水道橋外来センター
☎：03-5805-0927 http://naturalcare-chiro.jimdo.com/
● RMIT大学卒 国際基準カイロプラクター AH：朝倉穂高 MK：松浦孝一郎

古くて新しい健康のミカタ 第15回

【前回のテーマは「続・精神的背骨の弱化」、今回は「自立」です。】

MK

前回、前々回と「精神的背骨」の弱化が現代の社会問題につながっているというお話しでした。

有史以来続く人類の支配-服従関係、権威主義の成立を「背骨」をキーワードに軽く触れました。

AH

そうですね。社会の構成単位は当然人ですから社会科学についても身体論から述べることが出来ます。そういった観点から「世界観」はとても重要です。

なぜなら、臨場感が強いほど人間はそれを現実として認識するからです。それが事実でなくても臨場感の強い方を現実とするんです。ですから、当然自分にとって臨場感が強い方に欲求は向かいます。そうすると相対的に認識する事実に対して俯瞰性が下がります。つまり、その俯瞰性の低下が精神的自由度も下げているということになるわけです。

MK

単純に俯瞰性の高低差に社会での支配-服従関係、支配-被支配構造が見える気がしますね。

先生は先に「欲求は色々な形で出続ける」というお話をされましたが、俗に３S政策と呼ばれるものが例として分かりやすいですね、より俯瞰性の低い欲求を意図的に作り出してをこれを追い掛け回させることで本当の自分に気づかせない、そしてそれを自分だと思い込ませるシステムって、前回も例に出しましたが、まさに映画「マトリックス」ですね。(笑)

で、これに反対の方向性が「自分に気づく」つまり「自分とはなにか？」という方向性に気づいて、真の意味で「本気」になるつまり主体的・能動的になる。

この“自立した状態”では当然依存させられないので支配構造が成り立たなくなります。

AH

「自立」というキーワードが出てきましたね。

生物として「生命というものに気づくと本気になる」と我々が言っているのは、要するに「命懸け」の状態なんです。

そしてこれは、原始生物であった時の食うか食われるかの関係性に関連しています。

皆さんご存じの通り、自然界の動物の赤ちゃんは生れてすぐに立つんです。

で、立てないというのは死を意味するんです。

人間の場合では取り扱う情報量が野生動物とは比べ物にならないくらい膨大なので、種を保存する為に“社会”を形成したわけです。この社会というのは言い換えれば秩序化した情報なんですね。

なので、人間が「命懸けになっている」「本気になっている」という状態も「自立してる」ってことです。

MK

この自立を支えているのが精神的背骨ということですね。

ここで言う「自立」が成立するには２つのポイントがあると思います。

AH

先生、それは次回にしましょう。(笑)

国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア水道橋外来センター
☎：03-5805-0927 http://naturalcare-chiro.jimdo.com/
RMIT大学卒 国際基準カイロプラクター AH：朝倉穂高 MK：松浦孝一郎

古くて新しい 健康のミカタ 第16回

【前回のテーマは「自立」、今回は「事実と現実」です。】

MK

前回、途中になりましたけど「自立」には2つのポイントがあって、それは「生命に関わる」ということと「アイデンティティに関わる」ということです。

もちろんこの2つは相互関係にあるわけですが、そこに共通するのは「事実」と人が認識している「現実」は得てして違うということです。何故なら、「現実」というのは「事実」に関係なく、その人にとっての“臨場感”によるからです。

AH

仰る通りですね。「生存にかかわる事かも知れない」と連想させられるようなことであれば人は反応します。例えば、「事実どうなのか？」より「分かりやすい不安感」の方に人は強く反応します。

ですから、肉体的精神的どちらからでも構わないんですが「安全・安心だよ」と感じさせたり、思い込ませて危機感を麻痺させれば本気になれない。つまり自立できない。

実は現代社会の問題はその恵まれ過ぎた物質環境と情報環境による生命力そのものの低下と、自身の存在を哲学しなくなったというところにあるのではないかと思います。

MK

あとからあとから無限に湧いてくる分かりやすい“感情的”な不安を煽る情報に反応してしまう為に、本当の「自分」がわからないってことですね。

生命としてではなく、作られた自分の身の可愛さ、現状の居心地の良さによって支配されているというのは実際耳が痛い話です。

AH

先生が仰ったように「自分とはなにか？」について本気で探究させない、考えさせないということです。その為に“偽りの自分”を与え続け、それを居心地の良さにすり替えるんです。

MK

理解する努力、姿勢・意志を剥奪するってことですね。

AH

そうです。

たとえば、最近のUSPつまり消費者の購入理由になる価値提案というのは、売り手側がその商品を欲しい人に対して適切に告知して集客をしているように見えますが、本当は「消費者の幸せを考えて私たちはこの商品を提供しているんですよ」とあたかも相手の為の慈善事業であるかのような思い込みを消費者の心の中に創り出すんですよね。

さらに、USPの売りとして事前に売り手側が相手の欲しい欲求までを事前に文書化、つまり記号化するということは買い手側は一切何も考えなくてよい、むしろ考えさせない構造になっていて、単純に「感情だけで行動できる仕組みを提供している」ということで、これは本当に見事な支配構造であると言えますね。

国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア水道橋外来センター
☎：03-5805-0927 http://naturalcare-chiro.jimdo.com/
● RMIT大学卒 国際基準カイロプラクター AH：朝倉穂高 MK：松浦孝一郎

古くて新しい 健康のミカタ 第17回

【前回のテーマは「事実と現実」、今回は「偽りの自分」です。】

MK

前回、現代人のストレスの原因に大量消費があるという話になりました。

精神的背骨とはその人にとって最も重要だと考えていること、その支持力であり方向性です。つまり、その人にとっての「正しさ」であり「信念」と言い換えることもできます。

ですから、「精神的背骨の弱化」とは本心とは関係なく意図的に刷り込まれた正しさによる「本当の自分でないストレス」と言えると思います。

そして、それはよく目にする抽象度の低い情報に現れていると言えるのではないでしょうか？

AH

そうですね。

それに関連して、昨今では小学生でも分かる簡単な説明が大事だというような風潮があります。もちろん「誰にでもわかる」というのはある意味でとても重要だと思います。

しかし、精神的背骨を強化するという視点からだと、古典や専門書などを読むときに読み辛い表現や文体、難しい概念などを、何とか読みこなそう、出来るだけ理解しようとするような努力の方向性が必要だと私は考えています。

単純明快であることを前面にしている現在のメディアなどは、実はそれ自体が無意識的な支配になっている可能性も有り得るということに気が付かなければいけないと思います。

MK

耳触りのよい単純なフレーズやキャッチコピーなどもそうでしょうか。古いですけど「一億総白痴化」などと言われたこともありますよね。

「読み取る」というのは非常に重要ですよね。文章や文字の裏にある作者の意図を読み取る努力、読みこなす努力はその人の世界観を拡げます。でも、その過程を飛ばしても構わない、というか無視してしまうと自分の世界観から出ていけなくなりますよね。

僕が学生の頃の話ですが、世界中のあらゆる“答え”は教科書（もしくは何かの文献）に書いてあると本気で思っている学生がかなりいたことに衝撃を受けた記憶があります。しかもそれは教職課程の教員志望の学生でした。

また、情報には意図があります。重要なことはその意図を汲み取ることだと思います。

なので、単に「情報を持っている」「知識がある」ということと、実感や体験を通じて体で「理解している」、「認識している」、ということには大きな差があると思います。

AH

ですね。つまり「非言語的情報」とその「伝達」のことですが、私はこれを端的に「体感」と表現しています。これはこれから先大変重要なキーワードになると思います。

なぜなら、それが我々の不自由な精神を自由に導くものだからです。

国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア水道橋外来センター
☎：03-5805-0927 http://naturalcare-chiro.jimdo.com/
RMIT大学卒 国際基準カイロプラクター AH：朝倉穂高 MK：松浦孝一郎

古くて新しい 健康のミカタ 第18回

【前回のテーマは「偽りの自分」、今回は「続・偽りの自分」です。】

MK

前回、現代の我々は自身の本来の意志とは関係のない情報を膨大にインプットされ続けており、それが「本当の自分ではない」という拒絶反応を起こしているという話になりました。

これは更に各世代・社会における発達段階・理論から見ると非常に重要なものが見えてきます。

AH

例えば不要なアプリが勝手にインストールされていて、それがバックグラウンドで勝手に動いて、その結果不具合が起っているスマホですよ。架空請求なんかもそうですが、要するに“クラッキング”です。

恐いのは、その勝手に動いているアプリが「本来のOS」つまり「自分自身」だと思い込むことです。つまり現代では本来のOSが快適に起動・動作すること自体が困難になってきているんです。

MK

なるほど。

つまり「本気」になるために、まずは「偽りの自分」という不要アプリ「疑似OS」のアンインストール、同時に「本来のOS」をきちんと起動させる必要があるということですよね。

朝倉先生は、その為に意識・精神等のソフト面から行うのではなく、肉体即ちハード面からのアプローチが有効であるという意味で「体感」だと仰ったのでしょうか？また、それが我々の精神を自由にすると？

AH

そうです。正確には「本気」が「自由な精神」なのです。

実際は両面からアプローチするのですが、ソフト面が強調された感のある現代だと、ハード面すなわちフィジカルからのアプローチを強調するべきだと考えています。

僕は浮世絵が趣味なんですけど。

浮世絵を眺めていると当然江戸時代だって厳しい規律とか社会的束縛の中搾取されてる部分はあったんだと思うんです。

でも、実は「幸福度」自体は今よりも高かったんじゃないか？と思うことがあるんですよね。想像ですけど。

それは、浮世絵に描かれている江戸時代人の姿勢、体勢に現れてますよね。

「長崎大学電子化コレクション」では写真もあります。明らかに現代人と違う。

で、その違いというのは恐らく「腰肚文化」なんじゃないか？と考えています。齋藤孝先生がその著書で触れられて結構認知されたと思います。

この腰肚がきちんと成立しているから幸福度は高かったんじゃないかと。

MK

腰肚が幸福度に関係していると。

AH

うん、この「腰肚」が実はこれまでお話ししてきた「精神的背骨」と関係するんです。

では、この「腰肚文化」と「精神的背骨」の関係性についてお話をする前に、現代社会における日常を例にしてちょっとお話ししてみようと思います。

国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア水道橋外来センター
☎：03-5805-0927 http://naturalcare-chiro.jimdo.com/
RMIT大学卒 国際基準カイロプラクター AH：朝倉穂高 MK：松浦孝一郎

古くて新しい 健康のミカタ 第19回

【前回のテーマは「続・偽りの自分」、今回は「身体感覚と文化」です。】

AH

私たちの普段生活の中で主には何か良いことがあったり、嬉しいことが続いた日には体も快適で軽やかになった日というのがあると思います。逆に嫌なことや落ち込んだことが続いた日には気持ちだけではなく体まで強張り重だるくなったという日があると思います。

MK

ありますね。

AH

プラシーボ、ノーシーボ効果として知られますが、心理状態と身体は密接に関係しています。

心が積極的であるほど体も軽くなる、心が消極的であるほど体も重くなる、つまり心理状態と身体感覚は連動していることを実感できる事例だと思います。こういう経験は誰しもあるはずです。

前者を「身軽である」、後者を「荷が重い」という言葉で表すように人間は心理的負荷が加わるとあたかも現実的つまり身体感覚として重さを感じるようになります。

実はこれが肩こりの原因になったりするわけですが、その心理的負荷が解決されたり解放された時に「肩の荷が下りた」という言葉で表現されるように、実際に肩が軽くなった経験をされたことがある方もおられるかと思います。

この話は心が体に影響を及ぼしていることを日常生活の中から抜き出して考えてみたものですが、逆に体が心に影響を及ぼしていることも当然あるわけです。

例えばですが、「胸を張る」という言葉や「肩で風を切る」などという言葉があるように、特に何かあったわけではないけれど、実際に胸を張って歩いてみるとそれだけでとても清々しい気持ちになったり、なぜか自信が湧いてくるような感覚を体験出来ます。逆に下を向き肩を落として歩いていると、なぜか消極的な気持ちになったり不安な思いが頭を過るという体験も出来ます。

このように実際に心と体どちらが先ということではなく、互いに常に連動しているのが実際です。

そこで、腰肚文化ですが。

姿勢や態度を積極的な状態にすれば、心も自然と積極的になるということを昔の人は経験的に知っていたのではないか？ということなんです。

子供の内から家族や地域の大人と触れ合っていると自然と身につくような積極的身体文化が日本にはあったのではないかと思われます。

MK

それは、日本の伝統文化にある様々な“型”、“構”、“作法”と呼ばれるものですね。お次第、段取りとかも・・・

AH

そうです。

軸、スジ、芯、これこそが「精神的背骨」の正体です。

また「型」というものは身体的なものだけでなく、実は心理的な「型」も存在するのです。

国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア水道橋外来センター
☎：03-5805-0927 http://naturalcare-chiro.jimdo.com/
● RMIT大学卒 国際基準カイロプラクター AH：朝倉穂高 MK：松浦孝一郎