

【前回のテーマは「身体感覚と文化」、今回は 「型と本質」です。】

AH

心理的な「型」、そんなのあるのか?と。あるんですね。

それは【言葉】です。

古い経典とか古典とかが何故重要かというと、「心の型」だからだと思うのです。

先哲古賢達がその叡智を言葉にして残した古 典、これこそ間違いない「心」だから大事なん です。

MK

よく「軸を作る」なんて聞きますけど、実はこの軸というのは「精神的背骨」のことなんだと思います。実際「精神的背骨」という実体はこの物理宇宙にはないわけですから、それは正確には作るものではなく、結果的に産み出されるというか定まるものだと考えられます。

極論、この三次元の物理宇宙全体が巨大な型 そのものなんでしょうけど、人間にとっては自 然界におけるコンセプト、つまり無形の"本 質"を自分の身の内に呼び込むというか、それ とつながる、1つになる、物理宇宙に表現する ための道、階段、梯子、方式こそが「型」だと 思います。

先に先生が仰った「古典を学ぶ意義」は学習 の本質ですね。(笑)

AH

その通りです。

"本質"というのは言い換えると「帰るとこ

ろ」なんですね。なぜなら、そこからすべての 存在は産み出されたからです。

究極にシンプルで、時代を問わず続く法則、 ここから我々は産まれ、進化して来ました。

でも変わらず存在し続けるからこそ"本質"、 だから、そこから産まれたものは最終的にはそ こに帰る。

その産まれてから帰る「物語」こそが、その 人の「時間」なんです。

どれだけ冒険してもいいし、どんな旅をして もいい、ですけどみんな結局家に帰るんです。

この帰って来るべき家が"本質"なんですよ。 本質は無くなりません、ずーっと続くもの、 つまり帰るべき家は無くならないんです。(笑) むしろ、だからこそ我々は冒険も旅もできる んです。

だから本来は宗教というのは「心のふるさと」、つまり還る場所を示したものであったんだと思うんですよ。

帰る場所があるということが真の安心、つま りリラックスを与えるんです。

でも今の社会というのは還るべきふるさとが 無いし、先に挙げた与えられた価値観というも のがあたかも還る場所のように刷り込まれてい るので、自ずとそこに意識が向いてしまうけど 流行り廃りが経済の浮き沈みがあるたびにその 価値観はいつも変わってしまう。

結局、自分の帰るべきふるさとを持ってないが故に振り回され続け疲弊し自信を無くし心が荒んでいった結果、病気どころか最後は自殺や犯罪に走ってしまうという残酷な結末をたどることになりかねない。

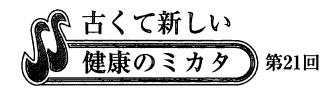
遊牧民も帰るところがあって、遊牧生活して いるんです。



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

3: 03-5805-0927

http://naturalcare-chiro.jimdo.com/



【前回のテーマは「型と本質」、今回は「死と安心」です。】

MK

背骨は、確かに構造的、精神的、運動的にも 「基」ですね。

AH

そうです。詳しくはまた後程述べますが、実際の背骨と肚腰は機能として確かに異なります。 しかし、"帰る"トコロということで言うと同じなんです。

例えば、普通にしていて自分の体って意識します?意識って普通は体の外にあるんですよ。 もしくは身体の外側、目とか鼻とか耳とか、で も本当は意識は帰りたいんです。自分の家に。

それはどこだと思いますか?それが肚腰なんですよ。

人は、自分の家だと認識しているところにいるときが一番リラックスしているんです。所謂 ホームポジションですね。

だから、意識も肚腰から出ているときはよそ 行きの装いなんです。だから、家に帰って家族 と一緒にお風呂に入ってゆっくりご飯を食べて、 テレビでもみて、ちょっと飲んで、みんなでお 布団に入る。

日本人的幸せでしょ? (笑)

MK

白隠禅師の伝えた内観法で唱える

「我がこの気海丹田腰脚足心、まさに是れ本 来の面目、面目何の鼻孔かある。

我がこの気海丹田腰脚足心、まさに是れ我が 本分の家郷、家郷何の消息かある。

我がこの気海丹田腰脚足心、まさに是れ我が 唯心の浄土、浄土何の荘厳かある。 我がこの気海丹田腰脚足心、まさに是れ我が 己心の弥陀、弥陀何の法をか説く。」 はこれのことだと思います。

AH

昔は生活や文化の中に帯を締めるとか畑を耕すという自然と肚腰に意識を回帰させる方法が息づいていたわけですが、今はそれがないので日常である程度訓練出来るように"意識回帰"ということを実践し続ける必要があるということです。帰宅リハビリです。(笑)

MK

帰宅難民は辛いですよね。

AH

一日ぐらいなら帰宅難民でもいいですけど、数日、数か月、数年となると厳しくなります。

被災地で仮説住宅や避難生活を余儀なくされ ている方々のストレスは想像を絶します。

だから、仮設住宅は新品で何不自由ない生活 用品が揃っていてもいつまで経っても満たされ ないのは帰れてないから、ふるさとに。

MK

あと、入院生活で最後に人間が床に臥したい ところはやっぱり我が家なんですね。

だからそういう死に場所がないのも現代社会 の特徴ですよね。

安心して死ぬ場所がないから、常に不安。 「心のふるさと一億総帰宅難民」「一億総ホー ムレス」

AH

だから日本は幸福度が低い国なんですよ。

「我が家」、つまり本心から安心して死ねる場 所がないんですね。

幸福度は物質的豊かさでも数値的な健康でもないんですよ。

MK

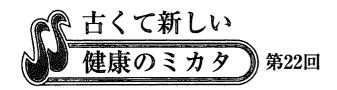
「死んでもいいと思える安心」ということですね。



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

3: 03-5805-0927

http://naturalcare-chiro.jimdo.com/



【前回のテーマは「死と安心」、今回は「精神的 背骨という"実在"」です。】

AH

ですから、"常に我が家にいる"ってことなんです。

"帰ろうと思えばすぐ帰られる我が家がある"ってことなんですね。我が家があってはじめて好きなことが本当に出来るんです。だから、「好きなことやしたいことはなに?」と聞いても反応が無いというのは帰ることの出来る、帰るべき我が家が無いからそもそも反応出来ないんです。

繰り返しますが、「真に安心出来る場所」というのは"ここで死んでもいいな"という死に場所のことなんです。ですから、これを見つけることが非常に大切なんです。これが私の言う「如何に死ぬか?」ということです。

昔だと家とお墓はセットでありましたが、現 代だとお墓と住居が距離的に別な地域にあるの も少なくないですよね。そういうことも現代日 本人の精神的な不安定さを表しているような気 がします。

だから、死ぬことに対して腹を括れた人の逸話を読むと、それは帰るところ、またみんなと会えるところがあったからこそなんだろうと思います。

MK

死生観がポイントになりますね。

AH

少し話は逸れますが、故郷から出たくないと いう人たちの気持ちはここで理解出来ます。そ れは自らが決めた死に場所、それこそが"アイ デンティティ"だからなんだと思います。

だから、田舎だからいいわけでも都会だからいいわけでもなく、便利で住みやすい環境だからいいわけでもないんです。そこがその人にとってのアイデンティティになればどこでもいいんです。

で、この "帰るところ" "我が家" つまり本質 的な自己規定、それこそ真の【中心】なんです。

MK

以前、「(第11回) 背骨と中心」でも少し話題にしましたが、まさに【存在】という概念の本質ですね。 「存在する」つまり「ある」とは如何なることか?という。

【中心】こそ"死に場所"つまりは"生きている"というところなんですよね。

AH

そうそう。そうなんですよ。

例えば、昔の人で自決出来た人がいますよね。 極端な話「ここで死ぬるは本望なり」といって 死ねたのはこれだと思います。ですから「~死 ぬ事と見つけたり」というのは、生きることと は命懸けになれる場所を見出すことというのを 表現しているだと思うんですよ。

腹を括るというのは死に場所を決めること、 本気になるとはここで死んでも良いと思えることなんですよ。

そうすると、その人のすべての意識のベクトルが1つの方向に収束します。この時、中枢神経における抑制が解除されその人の持つ能力が全開になる。これが火事場の馬鹿力の実際だと考えられます。

MK

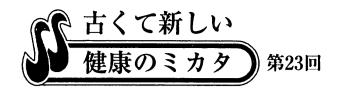
本気で命懸けになれる場所、人、物、時・・・ まさに"精神的背骨"ですね。



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

3: 03-5805-0927

http://naturalcare-chiro.jimdo.com/



【前回のテーマは「精神的背骨という"実在"」、 今回は「真の自由への方向性」です。】

AH

そうです。心安らかに死ねる。眠れると言い 換えることも出来ますが、その安心感覚なんで す。

MK

それがあるからこそ、人間は冒険や旅に出られるわけですね。

回帰するところがあるからこそ方向性が出て くる。一次元から二次元への進化ですね。

AH

ええ。だから逆にそれがないと"目的のない風船"のようになるんだと思います。しかしながら現代社会は方向性などなくてもとりあえずは生きていられますから"生ける屍"になってしまいます。

ですから、私は安心できる"ホーム"を得ることが出来れば、制度上の拘束があったとしても心身共に自由な状態でいられるのではないかと思います。

なぜなら、コントロールする側であるということは支える側であるということだからです。 自分自身を支えるということは自分自身に関して自由を得ているということに他なりません。

人において最重要である内臓を受け止め、これを支えているのは「腰肚」です。

MK

内臓すなわち「命の質量」ですね。

それを支える始点になっているのは「腰肚」 そしてその質量を支える、または支えに行くべ クトルこそ「背筋」ですね。

恐らく、この"ベクトル"が"意志"なんで しょうね。

AH

そうです。先生が"意志"と表現されたもの、 これなんです。

私は主体的・意識的・自覚的に生きている状態のことを「自己責任」と表現していますが、 これはその意志が1つに統一された状態です。 これが「本当の自分」です。

そして、この「本当の自分」で居続けるには 精神的背骨が必要なんです。というか精神的背 骨こそ、それそのものなんです。

それがないと他者、外界つまり自分ではないと認めたものに自分という存在を規定してもらっているわけですから責任を追及するようになる。「○○が悪い」「○○のせい」これが現代社会の特徴的なところじゃないかと思いますね。

MK

となると、当然物事の判断基準が自分にない、 もしくは弱いので自分ではないものに判断して もらうしかなくなると。

言い換えればホームそして当然生きる方向性 さえもコントロールしてもらわなければならな くなる。

AH

そう、判断が出来ないんですよ。だから必然的 に支配してもらう必要が出るんです。逆に支配し てもらわないと秩序が維持できないんですね。

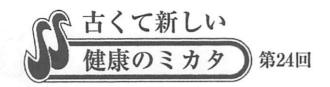
だから実際のところは我々1人1人が精神的 背骨を育てることで自立する。そして、それに よる自然な個性や違いの発揮がないと誰がトッ プになっても制度を変えても、何をしても結局 のところいわゆるネガティブな支配構造は変わ らないんですよね。



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

2: 03-5805-0927

http://naturalcare-chiro.jimdo.com/



【前回のテーマは「真の自由への方向性」、今回は「自分に気づく力」です。】

MK

前回、自然な個性の発揮によって自由を獲得 して行こうとする方向性こそが、本当の意味で より良い社会を作り出す基であるという話にな りました。

AH

うん。時間はかかるけどね。

例えば、今現代の風潮として人の働き方においてノマドライフが優れているようにもてはやされているけれど、もし全員がノマド、起業家になってしまったらお店どころか社会は成り立ちません。

先に挙げた個性とか個人の能力の"違い"というものがそもそも人間に備わった前提であればこそ、身体能力の高い人はスポーツの分野で、文学に精通する人は詩や文章などで、と言った具合に各々が充分にその個性を発揮出来ればこそ、他者に対して価値を見出したり影響を与えることが出来るというものです。

MK

価値論ですね。

古典派経済学における希少性と、その個性の 発揮による効用の大きさでしょうか。

AH

そうなんですよ。

実は現実は違っていて等価値ということなんです。この等価値っていうのはその本質は等しく大切・等しく大事ってことです。

ホワイトカラーとブルーカラー、他人のお母

さんと自分のお母さん、自然界全体でみればどっちも等大切・等大事なんです。

でも、その共通の価値を表現するものが貨幣 しかないというミカタ、考え方が問題なんです。 全然違う。

MK

ですね。

AH

例えば、同じ100円だけど缶コーヒーとシャーペンは機能・能力・次元ではまったく違うものなんですが、これを100円という同じ価値とすることに実はさっき話した目暗まし・落とし穴があるわけです。

だから、「本当は値段なんかあってないよう なものだ」なんていうんですよね。

MK

なるほど。

現代社会では欲求を感情的に煽る膨大な情報によって、自分が本当に欲しているもの、大切にしている事、つまり自分の落ち着きどころ、重心が分からなくなっていることが現代社会のストレスの本質である、と。

したがって、このストレスから解放されるには 大きくは社会の構造そのものを変化させてスト レッサーを少なくする、小さくは個人的なストレ ス耐性を高める為に精神的背骨を再創造する。

要するに「なにが自分にとって重要なのか?」を考える努力が必要だということですか? AH

考える努力というか、気付く為の努力ですね。 自分を知っていく・感じていくこれが意外に 難しいんです。それは積み上げていくトレーニ ングではなく、「あ」っと気づくことなんです。 その気付く力を私は「体感力」と呼んで皆さ んにお伝えしています。

お体の痛み・不調 相談するなら安心の国際基準カイロプラクティック治療院へ

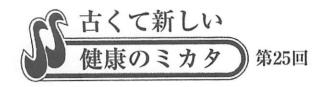


●ナチュラルケア水道橋外来センター(担当 朝倉穂高:AH)

電話番号: 03-5805-0927 文京区本郷1-4-7協和ビル5F



●ハーモニーカイロプラクティックオフィス(担当 松浦孝一郎:MK)



【前回のテーマは「自分に気づく力」、今回は 「体感力の養成①」です。】

AH

つまり、そういう自分を感じる・認識する習慣を身につける必要がある。なぜなら、情報というのは一瞬一瞬で流れ去っていくので。

情報は自分の外からやってきて、自分の中に入る時、フィルターを通るんです。これが網様体賦活系 (RAS) です。これを通るとたちまち自分の中に感情・思考・感覚として立ち上がります。

問題はこの時に立ち上がるモノ。

つまり記憶です。

これを認識するには意識の機能・構造を予め 理解しておかないと、立ち上がった記憶そのも のが自分ではないと理解できないんです。

つまり、記憶とは本来の自分ではない他者で あるということを認識が出来ないということです。

だから、自分の内に無尽蔵に湧き上って来る 感情・意識・思考・感覚に向き合うこと。これ がもっとも重要なんです。

MK

問題というのは「気づくだけでよい」と。しかし、その気づきを得るのは現代の我々には非常に難しいですね。

問題が起こってくれば人間はそれを変化させ ようともがきます。その、もがく行為にまたフィ ルターがかかってさらにこれをいじろうとする。

AH

そう。結果をね。

立ち上がって来たものは結果なんで、実際は 放っとけばいいんです。 というか、基本放っておくしかない。

なのにそれを無理矢理変化させようとするから問題が次の問題を創るんです。大きくなる。

MK

そりゃあ、困ったことや嫌な事は何でも「ふ ーんっ」て眺めてられないですよ。(苦笑)

AH

うん。まあ。(苦笑)

でも、実際はそのメカニズムに気づいて、それを理解すること、それこそが解決方法なんです。

だから、臨床で患者さんによく「その問題に 気付いた時点で半分は解決してますよ。」と言 うんですが、「じゃあどうしたらいいんです か?」と聞かれます。

そうすると「いや気づくだけで良い。なにも しないでください。」と言うんです。

MK

うーん。まあ。(苦笑)

でも、ここのところはとても重要なポイントですよね。仏教や古来の様々な修行・修道法でも同じことが言われてます。

AH

これが、先ほど言った意識の機能と構造を理解していると「そうなんだ」と理解することが出来るけど、その機能と構造を身体感覚で持たないとそうだとは理解出来ないので、やっぱり具体的解決方法を模索・思考します。しかし、それでは問題は根本的に解決しないし結局悩みは尽きない。

MK

見えない世界を身体感覚で理解、納得する。 いわゆる"腑に落ちる"という感覚ですよね。

日常生活の中で、その自意識の機能と構造を 繰り返し学習することで、「気づく力」を養う んですね。

お体の痛み・不調 相談するなら安心の国際基準カイロプラクティック治療院へ

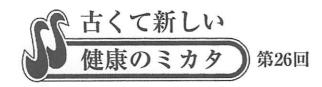


●ナチュラルケア水道橋外来センター (担当 朝倉穂高: AH)

電話番号: 03-5805-0927 文京区本郷1-4-7 協和ビル5F



●ハーモニーカイロプラクティックオフィス(担当 松浦孝一郎:MK)



【前回のテーマは「体感力の養成①」、今回は 「体感力の養成②」です。】

AH

そうなんです。

ここで最も重要な点は"精神界と物理界をどう繋ぐか?"なんですよ。

私がセミナー等でお伝えしているのはここな んです。

先生は先ほど「腑に落ちる」という表現を使われましたが、この「腑に落ちる」の感覚というのは実は高度な身体感覚なんです。単なる「分かりました。」「納得しました。」じゃないんですよ。

MK

感受性や洞察力の強い方だと「物理界だけでなく精神界にも注目しないといけないんじゃないか。」と認識されている方は少なくないですが、精神界には物理界のように客観的な座標を設定することが難しいですから、もし精神界と物理界を明確に接続させられるとしたらそれは画期的なことです。

AH

そうだと思います。

でも、実はこれは私が発見したことでも新しいことでも何でもないんです。これまでに多くの先達がこれを指摘しているんですが、一般にはなかなかその文献や資料や教えに触れる機会がないので、新しく感じるかも知れません。

MK

目新しいことではないと。

AH

そうです。

ただ、古伝の表現のままだと現代の我々では

あまりにも臨場感を高めさせ辛いので、理解で きないですね。

なので、ある程度意訳というか現代人である 我々の認識に一致させる必要があります。

この認識というのが体感なのです。

MK

なるほど。

AH

以前に「腰肚文化」のお話をしました。

MK

第19回「身体感覚と文化」の回ですね。

AH

そう。

あの時「肩の荷が下りた」「胸を張る」「肩で 風を切る」などという言葉をご紹介しましたが、 これが俗に云う【身言葉(身体言語)】というも のです。

高岡英夫先生が著書「ハラをなくした日本 人」で紹介されてから、徐々に広まった感のあ る語です。

カイロプラクターとしては身体言語反応と表現したいこの話は、先にも述べたように心が身体に影響を及ぼすということは、言い換えると身体も心に影響を与える訳です。

現代は心の機能を解析するにあたって情報学 の分野で研究が進んでいます。

心、心理、精神を情報として取り扱い、その構造と機能を明らかにしようという試みです。

ここで心を情報とした場合、先の心と身体の 相互関係からすると実は身体も情報と言えます。 MK

心という情報が、身体という形態の異なる情報に影響を及ぼしているということでしょうか?

AH

そうです。

ですから、精神界と物理界をつなぐ接点こそ、 実はこの体感つまり体性感覚に他ならないと考 えられるのです。

お体の痛み・不調 相談するなら安心の国際基準カイロプラクティック治療院へ

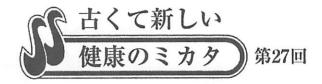


●ナチュラルケア水道橋外来センター(担当 朝倉穂高:AH)

電話番号: 03-5805-0927 文京区本郷1-4-7協和ビル5F



●ハーモニーカイロプラクティックオフィス(担当 松浦孝一郎:MK)



【前回のテーマは「体感力の養成②」、今回は 「心身一如と体感力」です。】

MK

なるほど。「体感」というのは物理学情と精神宇宙をつなぐ接点で、その"つなぐちから" を【体感力】と表現されているんですね。

AH

そうです。

先生が仰られた通り、物理宇宙と違って精神 宇宙では座標を決定することが難しいんですね。 ですが、我々自身のこの身体を座標にすれば問 違いありません。

ここでポイントになるのが、座標の接点が基本的にはある程度一致するところなんです。

古伝にいうところの経絡・経穴(ツボ)やチャクラ、丹田などは精神宇宙におけるこの代表的なものだと思います。

MK

いわゆる"軸"とかもですね。

AH

そうです。

でも、ここで重要なのはそれらは"体感力"を養成した結果、認識できるという点です。

MK

以前(第9回)に"グランドデザイン"の話が少し出ましたが、それと同じですよね。

第12回でナメクジウオの話が出ましたが、この物理宇宙の物理法則から生み出された地球生命圏における動物はウナギのような口、腸管、肛門という矢印型を基本として、そこから四肢が生み出され、それが結果我々の基本フォルムを表現している訳ですが、意識も同じくグランドデザインがあって、それが物理体である我々の肉体と一致する部分があると。

AH

いよいよ核心に近づきましたね。w

MK

脊椎動物だと大雑把に頭、胸、腹、背骨という4つの単位が考えられますが、形状は異なっても人間以外の他の脊椎動物にもそれら軸や丹田、チャクラ、経絡などが存在すると考えられますね。

AH

そうなんです。

実際は脊椎動物以外にもあり、また肉体の内 外にも意識は及ぶので、それは空間にも・・・

MK

あー先生、それは早すぎ。w

ま、実際「風水」なんかそれを使ったもので すよね。

AH

先生も早すぎ。w

でも、そうなんです。

ちょっとイデア論的に聞こえるかも。

MK

話を戻して。w

とにかく、軸や丹田、チャクラなどは結果的 に生じるもので、先生の提唱される"体感力" を養成することがキーになるわけですね。

AH

そうです。

分かりにくければ「感性」と思って頂ければ 理解しやすいかと思います。

なので、頭、脳でいくら思考しても「腑に落 ちる」は得られないんです。

これこそ意識と肉体の一致ですから。

この意識と肉体の一致に真の納得、疑いの無い世界、つまり安心があるんです。

実はこれこそが、"究極の健康"を見出すキーになると思うんです。

MK

"体感力"を養成する結果、意識と肉体が一致する。

そして、それが納得・得心・安心、つまり疑いの無い、疑う余地の無い、疑う必要の無い状態を得るキーになる。

お体の痛み・不調 相談するなら安心の国際基準カイロプラクティック治療院へ

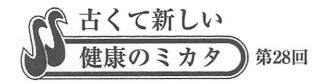


●ナチュラルケア水道橋外来センター (担当 朝倉穂高:AH)

電話番号: 03-5805-0927 文京区本郷1-4-7 協和ビル5F



●ハーモニーカイロプラクティックオフィス(担当 松浦孝一郎:MK)



【前回のテーマは「心身一如と体感力」、今回は 「"健康"というコンセプト」です。】

MK

前回、心と身体の一致が真の納得、得心、安心、安堵という意識状態を生み出し、その状態がその人その人の「健康」という概念のキーになるというお話になりました。

AΗ

そうです。

まず、「健康」という概念についてはご存知 の通り世界保健機関(WHO)憲章の前文に "Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity." とあります。

訳すと『身体的・精神的・社会的に完全に良好な状態であり、単に病気あるいは虚弱でないことではない。』となりますが、ここでのポイントは健康とは「病気でない」「痛みがない」「障害がない」ということではない、ということです。

MK

健康の観方、つまり【健康観】ですね。

AH

「健康視」というのは、健康に対する価値視 や価値基準の事ですが、"医学的な面"と"価 値観的な面"の両面から観る必要があります。

なので、健康観は個々人でその人の属する国 や地域、社会、文化、性別、年齢、身体状況等 でそもそも異なるものです。

MK

カイロプラクティック大学では特に「QOL (クオリティ・オブ・ライフ)」という概念を 勉強しましたよね。

QOLという概念は人生や社会生活の質のことですが、要するにその人がどれだけ人間らしい自分らしい生活をおくり、人生に幸福を感じているか、ということだったと思います。

科学的な進歩によって「病気は治っても患者 は死んだ」という話は有名ですよね。

AH

そうです。「幸福論」というのは有名ですが、 ここではあえて【幸福観】でしょうかね。

幸福という概念は、精神、肉体、人間関係、 仕事、環境、教育、趣味、レクリエーション等 の状態・状況、ちょっと細かくいうと国家、つ まり人権・自由がどれだけ保障されているかな ども加味されます。

MK

最近では健康という言葉よりも「ウエルネス」という言葉をよく見る気がします。

このウエルネスという概念は、1961年にアメリカのハルバート・ダンによってWHOの健康の定義をより踏み込んで、広範囲な視点からの健康観を意味する言葉として創られたものですが、簡単に言うと多角的なアプローチによってQOLを追求していく活動ということになるかと思います。

AH

そうですね。「その事実をどう見るか?」に よって「その人の真実は変わる」という前提に、 本質的な健康というコンセプトを見出そうとい うのがこの「健康のミカタ」なんですよね。w

お体の痛み・不調 相談するなら安心の国際基準カイロプラクティック治療院へ

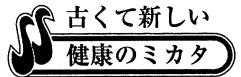


●ナチュラルケア水道橋外来センター (担当 朝倉穂高:AH)

電話番号: 03-5805-0927 文京区本郷1-4-7 協和ビル5F



●ハーモニーカイロプラクティックオフィス(担当 松浦孝一郎:MK)



第29回

【前回のテーマは「"健康"というコンセプト」、 今回は「認識が産み出す宇宙」です。】

MK

「事実をどうミルか?」というのは実際、本 当に複雑で深いですよね。

たとえば、私が今、余命宣告受けたとしたら「死にたくない」って悩み苦しむと思うんですけど、その問題の根本的な解決というのはやっぱり"ある程度平均寿命と言われている年齢まで生きて納得できる形で死にたい。"ということになると思います。

AΗ

そうだね。個々人の"納得"、つまり、その 人のミカタです。

また、それには"時間"という概念がとても 大切になります。

時間とは変化ということなんですが、 例えば手技療法ではどれだけ肉体に時間をかけても らったかが満足度になり得ると思います。

実際長いこと臨床をやっていると抽象度が高くなって(本質的なアプローチ)"時間をかける=満足"の式が成立しなくなるんですけどね。

MK

つまり、ただ変化すれば納得が得られると。 AH

そうそう。実際、長時間の刺激でなくとも、一瞬の刺激でも身体や意識に変化は起きるんです。 MK

でも、その一瞬の変化に納得しない人もいますよね。つまり、時間をかけないと物理体とし

ての身体は変化しないって思っている人。

AH

そうなんですよ。

繰り返しになりますが、その身体と意識にギャップがあるという事実がポイントなんです。

逆に意識が変化すれば身体に変化がなくても 満足度は非常に高くなるんですよね。あくまで 経験的にですが。

また身体のみの変化より意識の変化の方がより効果が持続し易いように思います。それに意識が変化した場合あとで身体もそれに追いつくように時間をおいて変化していくんですね。なので、これもあくまで自分の経験的にですが、人って確かに意識が主体だと思うんですよ。

MK

認識論的観念ってなかなか対象化するのが難 しいですが、現実的にはそれがポイントですよ ね。

この連載の核心部分です。

AH

そう、意識は変化し難いんです。一度構築された認識が壊れて新しい世界が創造されるのですから。

MK

あーなるほど、ゲシュタルト崩壊。w

スポーツや音楽、芸能、宗教の世界ではよく 言われることですが、確かに心をコントロール するのは難しいですからね。

そういば今回のリオのオリンピックでも日本 勢がかなり活躍されたましたが、観ていて選手 の心の動揺が身体に如実に現れている場面が 多々ありました。

AH

だからこその「体感」なんですよ。w

お体の痛み・不調 相談するなら安心の国際基準カイロスラクティック治療院へ

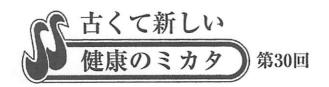


●ナチュラルケア水道橋外来センター (担当 朝倉穂高:AH)

電話番号: 03-5805-0927 文京区本郷1-4-7 協和ビル5F



●ハーモニーカイロプラクティックオフィス(担当 松浦孝一郎:MK)



【前回のテーマは「認識が産み出す宇宙」、今回は「新しい認識が新しい自分」です。】

MK

前回、その人の認識が自身を含めた内外の世界である。というお話しから、その「世界」を広げていくことが、実は本質的な健康づくりであり、そのキーポイントになるのが「体感」という話になりました。

一般的に我々がよく見る"健康"という記号は、あくまである1つのコンセプト、ミカタに 過ぎないということになります。

AH

そうです。これを絶対視してしまうのが一番 の問題になります。

ですから、前々回でも触れた通りこの「ケンコウ」という語は如何なる定義というか意味なのか?というのは改めて詳しく見た時に、非常に曖昧で漠然としたものであるということが分かります。

で、実際に現実の自分の身体でそれを感じようとしたときに、自分にとっての「ケンコウ」というものが病院で、スポーツジムで、福祉施設で、ホスピスで「ケンコウ」と言ったときのものとは全く似ても似つかないものだと気づくんですよね。

MK

以前(第17-18回)に取り上げましたけど、 自分の中にある情報が本当に自分の内側から湧 き出したものなのか?外側から来たものなの か?ということに通じますね。

AH

まったくその通りです。

世にあふれる健康に関する情報は非常に豊富 ですが、それをいきなりそのまま自分に当て嵌 めたり、使用してしまってはいけないんです。 個々人の認識の仕方次第でどうとでも異なって しまう不確定なものであるというところがポイ ントなんですね。

じゃあ確定したものはないのか?というと、 それこそが自分の身体感覚から湧き出したもの なんです。

もちろん、厳密にはこの身体感覚すら人間は 意図的に作り出してしまうことができるので、 自然と湧き出したものか?そうでないか?には 注意が必要なんですが。

MK

「意図して作り出す」のではなく「自然と産 み出される」というのがポイントですね。

AH

そうなんです。それが一番。いたいところか も。w

それには、この現実である三次元空間とのポイントになる自分の身体、そしてココロとの接点である「体感」なんです。

そして、この「体感」を通して自分の内側にある新しい感覚を発見し体験するんです。その新しい世界の認識が、その人のパラダイムをより大きなパラダイムにシフトさせるんですよ。

自分の足でしっかりと、自然に近づいていく という感覚です。

MK

なるほどですね。

今の自分をリアルに変えたいとするなら知識を 集めることではなく、如何に生の日常における身 体感覚を変化させるか?ということなんですね。

AH

そうなんです。

ですから、私の「"体感力"セミナー」では自身の内側に眠る深い身体感覚を体験すると同時にそれを瞬時に変化させる方法と、更にそれを習慣づけることで新しい世界観を得る為の具体的方法を【A&Hセンスシフティング】と呼んでお伝えしています。w

お体の痛み・不調 相談するなら安心の国際基準カイロスラクティック治療院へ

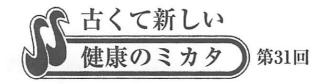


●ナチュラルケア水道橋外来センター (担当 朝倉穂高:AH)

電話番号: 03-5805-0927 文京区本郷1-4-7 協和ビル5F



●ハーモニーカイロプラクティックオフィス(担当 松浦孝一郎:MK)



【前回のテーマは「新しい認識が新しい自分」、 今回は「ネガティブメンテナンスとポジティブ メンテナンス」です。】

MK

朝倉先生、この度はアクティベータ・ネットワーク・ジャパン(以下ANJ)15周年記念(アメリカ本部は50周年)功労者賞受賞おめでとうございます。

AH

ありがとうございます。

短い間でしたがANJのスタッフとしてお手伝いをさせて頂いて、やはり今の自分があるのもアクティベータ・メソッド(カイロプラクティックの施術法の1つ)と代表の保井先生のお陰であり、本当に感謝しています。

今回そのパーティーで功労者として表彰して 頂きましたが、この感謝の気持ちを患者さんと 社会に返謝しなくてはならないと思います。

MK

今回、先生はセミナーにも受講者として参加 されていましたが、どうでしたか?

AH

そうですね。今回のセミナーでは比較的新しいアメリカの研究データが多数追加され、アメリカのヘルスケアの動向が伺えました。やはり、今後日本でももっと積極的に"ウェルネス"の研究・啓蒙の必要があると感じました。

MK

まさにこの連載で取り上げているところですね。 AH

ええ。具体的な例だと、最近は患者さんにネガティブな動機(痛みや不安)からの健康行動ではなく、もっとポジティブな動機から行動し

てもらう為には、どうすれば良いだろうかと思 案しています。

なぜなら、私の施術のゴールはまさにこの "ウェルネス"の概念に近い、「健倖 (ケンコウ)」という言葉で表現しているコンセプトだからです。

「健倖」というコンセプトを具体的なメソッドとして表現しているのが「体感力」です。その一部はこの連載で、全貌はセミナーで発表しています。

MK

音は同じですが「健康」とは漢字が異なりま すね。

AH

そうです。私の提唱する"健倖"とは【病態・病状の有無に関わらず、現在のありのままの自己を受け入れ、思考・行動の制限なく、自らの自由な意志のもと、心の底から湧き上がる感謝の念と多幸感に包まれ、自他ともに喜びを感じあえる状態】を表現したものです。

また、この状態は「真の自立・自律」という ことです。

自身以外の何かに自分を支えてもらう、つま り他に依存するのではなく、「自らが自らを支 えることによって実現する"幸福"状態」とも 言えます。

ですから、私の目指す施術のゴールとは、その動機がネガティブではなく、ポジティブな "メンテナンスケア"なのです。

MK

「自らが自らを支えている」、これって案外盲 点ですよね。

人は大体何かしらの価値観や他人、お金、立場、組織などなどに依存しているところがありますが、実は自己という存在は何物にも依存せず、自己のみで自己を規定できる得るんですよね。

AH

そうなんです。

お体の痛み・不調 相談するなら安心の国際基準カイロプラクティック治療院へ



●ナチュラルケア水道橋外来センター (担当 朝倉穂高:AH)

電話番号:03-5805-0927 文京区本郷1-4-7協和ビル5F



●ハーモニーカイロプラクティックオフィス (担当 松浦孝一郎:MK)