

『初めての方へのご説明』

(氣道HP掲載の音声データを元にした文章です)

皆さんこんにちは。

この音声は、私たちの整体指導をお受けになりたいと考えている方へのご説明の音声になりますが、氣道の考え方にご興味ある方もどうぞご利用ください。

私たちは、『氣道』——つまり自然と共にあり、その運びによって現実生活を生きること——を提案し、様々な活動を行っていますが、整体指導もその一つです。

ことに健康ということに関して、私たちがいわゆる世間一般の考え方と異なることの一つが、症状を敵にしていない、ということだと思います。

東洋医学的な考え方をしている方は、「自然治癒力があるから、こんな症状くらい何もしなくても治るよ」という言い方をしますけれども、同時に、『症状即療法』という言葉があるとおり、症状自体がそのまま治療なんだと、つまり、症状が役立っているんだ、という考え方もあるんですね。

例えば、体に合わない食べ物を食べたら吐く、ですとか、下痢をする。

そういうことも冷静に考えてみると、体が健康を保とうとして健気に働いている姿だ、ということが出来ますよね。

また、例えば風邪を引いて高熱を出すといったことも、原因はいろいろでしょうけれども、いったん古くなった体をご破算にして、新しくなる一つのきっかけでもあるわけです。

そういう「自然破壊力」と言えるようなものも、「自然治癒力」の一つの形と言えます。

そして、「自然破壊力と自然治癒力というのは同じ力なんだ」と言ったのが、整体指導をまとめ上げた野口晴哉という人なんです。

また、例えばインフルエンザですとかコロナウイルスなどは、一般的にはウイルスがあればどんな人でもかかってしまうよ、という言われ方をしますけれども、体の面から見るとそうとも言いきれません。

つまり、そのようなウイルスにかかれるお体というのには特徴があるんです。

そして、そういう体でなければ、まわりにどんなにたくさんのウイルスがあってもそのウイルスを引き込むことができない、ということになります。

だったら、最初から体を整えていたらどうなるのでしょうか？

どんなにウイルスがあっても、それらの症状にはかかれない、ということになりますよね。

ですから、私たちはまず、体を整えましょうということを提案しています。

そうすれば、外のものを必要以上に恐れる必要はなくなるはず。

一方で、では、そういう症状にかかるということは、残念なのか？不幸なのか？というと、そういうことではありません。

ある体の状態の方が、あるウイルスを引き込み、症状を出すとして、熱を出したり、咳をしたり。

そういう症状を薬で止めないで、うまくケアをしながら経過させていくと——私たちは、経過という言葉を使っているんですが——うまく経過させていくとどうなるかということ、最終的には生まれ変わったような弾力のあるお体になっていくんです。

私たちは症状を通してより良くなっていくようにできている、と思わざるを得ません。

ですので、症状にはかかってもラッキーだし、かかれなくてもラッキーだよ、という立場を私たちは取っています。

言い方を変えますと、体の自然性を大切にしている、という立場ですので、そのような意味で、服薬やワクチン接種をなさっている方に関しては、今後おやめになるご意向をお持ちの方のみ、整体指導のご予約を承らせていただきます。

ただ、それはドクターや薬を否定している立場では全くない、ということをご理解いただけましたら幸いです。

役割分担の違いだと考えていますことを申し添えさせていただきます。

では、私たちがやっていることというのは何かというと、ここまでお話ししましたとおり、症状治し、つまり、症状を敵にして、症状を無くそう、ということではなく、ただ、その方を『整体』という状態に戻していく、ということだけです。

『整体』というのは、別名『自然体』とも申していますが、それはその方にとって一番自然な状態、その方の元々の力、いのちの力が、十全とこの個体の中を巡っている状態、と言うことができます。

そして、その整体という状態に戻っていく力、より良くなるようにする力、いのちの力というのは、死ぬ四日前まで、私たちの中をいつでもいつでも働いているわけなんです。

ですので、大切なのは、その元々、いつも、既に働いているその力を邪魔しない、余分なことをしない、ということだと考えています。

ですので、私たち援助者がやるということというのは、交通整理くらいのものだと考えていただけたらいいかと思います。

ですので、整体指導——私たちは整体することを整体指導という言い方をしているんですけども——その整体指導の時間も、かなり短いと思っていただけていいかと思います。

特に、熟練の指導者ほど短いと言われていて、先ほど出てきました野口晴哉という人は、数十秒から数分だったと言われていています。

いわゆるドミノ倒しのようなもので、私たちがやることは、最初の一枚のドミノを倒すだけなんです。

そうすると、残りはその人の力でもってドミノが倒れていく、つまり、相手の方に余分な負担をかけないで、相手の方の中にある元々のいのちの力によって、体が整っていく、ということが、とても大事なことだと考えているんですね。

次に、私たちの整体指導がどのように行われるかというと、『愉氣』——愉快の愉に、気持ちの氣と書いてゆきと読むんですけれども——愉氣によって行ってきます。

愉氣というのは、簡単に言いますと、気持ちを向けることです。

私たちは何か痛いところがあるときに自分で手を当てたり、また相手の方を擦ったりしたくなるような本能がもともと備わっていますが、それを技術として使っていると言ってもいいかもしれません。

そして、愉氣による整体指導の一番の特長というのは、依存が無い、ということなんです。

受ければ受けるほどに、どんどんお体が敏感になります。

例えば強い刺激ですとか、お薬というのは、どんどん強い力でないと効かなくなりますね。愉氣はその反対なんです。

受ければ受けるほど体が敏感になって、少ない刺激でもって大きく変わっていく、ということができるようになります。

ですので、私たちが月に1回か2回くらいを目安に体や心を育むお稽古事として使っていただくことをお勧めはしているんですけれども、同時に近くに手当てをし合える方がいらっしゃったら、是非やり合っていただけることをお勧めしています。

また、愉氣による整体指導の効果というのは、受けた直後に感じる変化もあるんですけれども、ひと眠りした後ですとか、四日後、七日後、十日後、二週間後、というふうに時間をかけて変わっていく部分とがあります。

ですので、整体指導を受けてご本人が忘れた頃に「あれ、なんか変わったなあ」と気づく方がけっこう多いのも特長かもしれません。

そして、こういう愉氣による整体指導を初めてお受けになる方は、特に最初の三回で大きく変わられる方がかなり多いので、最初の三回は可能であればなるべく詰めてお受けになることをお勧めはしています。

目安としては、十日から二週間と考えていただくとういのですが、お体によっても違いますので、具体的には当日担当指導者へお声かけください。

また、稀に整体指導を受けた後に、好転反応といって、体がだるくなったり、眠くなったりですとか、風邪を引いたような感じになったり、昔の古傷が痛んだり、というようなことが出てくる方がいらっしゃいますが、整体指導を受けた後でしたら、それはより良く変化している経過中なんだ、というふうに思っていた

だいて、安心いただけたらと思います。

ただ、どうしてもご心配な場合は、整体指導を受けて一カ月以内でしたら、個別のご相談にも乗らせていただきますので、事務局にお電話いただけたらと思います。

ただ、ご回答までに少しお時間をいただくこともございますので、その点ご容赦ください。

次に、整体指導を受けた日の注意点を申し上げます。まず一つ目は、整体指導を受けた日は、お風呂を避けてください。少なくとも、八時間は開けられるといいです。

理由はいくつかあるんですが、大きくは二つあります。

一つは、その方に必要な処にピンポイントで刺激を与えている場合がありますので、お風呂に入るとそれが体全体が緩んでしまって勿体ない、ということが一つ。

二つ目は、氣というものが、水に溶けやすい性質があるようなので、その意味で勿体ないというところがあります。

ただ、例えば汗をかいてお風呂に入らないと気持ちが悪くということもあると思いますので、その場合には熱めのお風呂にさっと入ったり、熱めのシャワーをさっと浴びていただくのは大丈夫です。

また、整体指導を受けた日は、目を酷使したり頭を使ったりということは避けてください。

また、そういうことをしたくないというふうになることが普通だと思いますので、そのご自身の体の感覚に従って過ごすことをお勧めいたします。

ここまで、私たちの基本的な考え方や、整体指導についてお話しさせていただきました。

各道場での実際の受け方については、当日ご説明させていただきます。

最後になりましたが、症状治しではなく、「ご自身の体や心を育てていくお稽古事」として、さらには「自然とともにあり、その運びによって、楽に楽しく生き生きと生きていきたい」と願う皆様に、私たちの整体指導やその他の講座をご活用いただけましたら幸いです。