

## 相補的な医療（ヒーリング）Ⅱ

ジム・ブリンクレイ

前回私は、現代西洋医学に対してなぜ多くの不満があるのか、代わりに人々はなぜ代替医療に救いを求めているのかについて、私の考えのいくつかを紹介しました。西洋医学が私たちにもたらした健康に関しての驚くべき進歩についても指摘しました。私は現実の物理的側面において卓越している西洋医学と、現実の感情的、知的、靈的側面で卓越している他の医療方法を組み合わせるのが、医療における最も理想的な方法であろうと、提案しました。そして多くの政府の職員や人望厚い医者達がこの考えに賛同していると、述べました。また他の方法を西洋医学の代わりに用いるのではなく西洋医学と効果的に組み合わせ、相補的な医療方法とみなすのは役立つだろうと、提案しました。

以前西洋式治療とフナ式医療方法を組み合わせるいくつかの方法を紹介しましたので、多くの西洋的訓練を受けた医師が相補的な医療を用いるのを支持しない理由について説明しましょう。医師には厳しい基準が課せられ、集中した訓練を受けます。免許を得るには、長く困難な筆記試験に合格しなくてはなりません。専門医師の資格を得るには、より長く難儀な筆記試験と口答試験に合格しなくてはなりません。10年毎に再認定が必要なので、試験は続きます。

連邦政府(医療保険制度や医療扶助制度関連)の職員、保険会社、州資格委員会によって医療の検査をされる可能性が常にあります。検査の一部として、医師が検証された医療を実践しているのが調べられます。これは指示した診断検査、決定され実施された治療の全てが、論文審査があり高く評価されている学術誌に掲載された、任意抽出の、予想された二重盲検試験によって支持される必要があります。即ち、今日医学は科学の分野と捉えられているので、医師は科学的方法で厳密に支持されている事だけを用いなくてはならないのです。

物理的世界では科学的方法は勿論良く知られており、何が正当かを判断する手段として高く評価されています。しかしながら大部分の医師は、医学が科学であるだけでなく、治療の感情的、精神的、靈的な側面が同様に大切な技能と、十分気づいています。医師は、このような側面を医療行為では公けに取り組むことは出来ません。物理的現実だけを取り扱う科学的方法を用いることになっていて、支持されないからです。しかし多くの医師が、相補的な医療が役立つのに気づいています。少なくとも一つの医学校が実際に代替医療学部を備えています。(勿論私は、相補医療学部と称するほうが良いと感じますが)。さて、フナの相補的医療技術は、科学が基盤の制度が提供する素晴らしい医療を促進するのに、いかに用いられるでしょうか？

ここでの物理的実とは、全てが分断されている現実の側面です。全てに始まりと終わりがあります。いたるところに限界(境界や区線)があります。感情的現実とは、全てがつながっている現実の側面です。あなたが行き考える一つ一つが、宇宙の全体に影響を与えます。限界は崩壊します。知的現実とは、全てが反映である現実の側面です。あなたの夢はあなたの人生の反映なのですが、あなたの人生はあなたの夢の反映でもあります。

一つを変えると他も変わります。限界が消滅します。霊的現実とは、全てが一つである現実の側面です。私たちは偉大な全体の一部であり、同時にその全体です。限りというものはありません。

全てはエネルギーです。エネルギーの一つの形態が意識、つまり思考です。物理的世界に存在する全てが思考の中に最初存在しています。強い(肯定的、否定的)感情を伴った思考は物理世界に結果的に表出されるでしょう。これらの思考は意識的であり、無意識であり、または両方が組み合ったものです。フナの癒し技術では、病気の癒しを含めて私たちが望むどのような物理的現実でも表出するのに十分力がある思考を作り出す為に、想像力を使います。西洋医学では、病気の物理的現実を変えることで癒します。フナの技術では、病気という物理的現実を作り出す思考パターンを健康という物理的現実を作り出す思考パターンに変えて、癒します。

フナ原則の一つは「全ての力は内から出る」です。ですから、全ての癒しは内から生じます。誰かが西洋医学や手術の助けによって良くなったとしても、実際の癒しは患者によってなされるのです。医者や全て他の治療師は同様に、実際には癒しを促進するだけです。全ての癒しは患者によってなされる。患者が容易に習って活用できるので、フナは相補的医療方法として理想的です。ヒーラー、家族のメンバー、友人、そして患者をサポートする他の人々も同様に、当人に代わって習って活用できるし、自分自身が患者の病気で傷ついたのも治せます。では、フナの簡単な癒し技術を二つ検討しましょう。

フナでは自己を三つに、即ち無意識に記憶する意識(ku)、意識的に決定する意識(lono)、超意識で創造する意識(aumakua)と捉えます。ク(ku)は身体意識です。病気(dis-ease;心地良くない)を作り出すのに関わる一方で、身体の癒しに直接関わっている私たちの一部です。全ての病気は緊張と弛緩の調和が取れていない、とみなされます。緊張しているのは私たちの生活では普通ですが、弛緩(ease;心地よさ)へと取って代わられるべきです。持続された緊張は心地良くない(dis-ease)感情をもたらします。長時間継続されると、結果的には身体的な病気を引き起こします。起こる前に非-身体的方法で解決されるのが望ましいのです。

フナの最も力がある技術の一つは、ク(ku)とやり取りをすることです。最も簡単な方法は、自分自身と語る事です。風邪にかかりそうであせつフェミン(鎮痛・解熱剤)や抗ヒスタミンや充血をとる薬などを飲む代わりに、静かな場所に座り自分自身と話しをしてみてください。自分自身に何のストレスが病気を起こしているのかを尋ねてください。職場での問題、家族間で生じている何か、恐怖や罪悪感を覚えさせるあなたという存在の内にある何か、または自分がうまくやっていく能力に対する不信なのかもしれません。過度のストレスを引き起こしているのが何かに気づいたら、それに対して何をするのかを客観的に決断してください。病気は一時的な逃避になっても、問題を解決しないのを思い出してください。あなたが問題をまもなく解決するので、そうしたら褒美をあげるとク(ku)に約束してください。この褒美は身体的な何か、例えば好物、海岸で一日寝るとか、マッサージです。しばらく続けていると、風邪の症状が以前より稀にしか起こらないのに気づいて嬉しくなるでしょう。症状が出ても、ク(ku)に風邪は問題に取り組みには最も効果的ではないのを思い出させるだけで、数時間で病気の進行をおさえるでしょう。薬瓶を開ける必要さえ全くなくなるかもしれません。

もう一つのフナ原則は、「エネルギーは注意が向く方へ流れる」です。人間とは物理的、そして霊的エネルギーの伝達装置です。私たちはエネルギーを宇宙から取り入れ、増幅し、目的を達する為に方向付けをします。この原則を癒しの為に容易に用いられます。この次身体のどこから痛んだら、試してみてください。まず、パワーポイントを選んでください。思考する意識の代表としての頭のとっぺんや、感じる意識の代表としての臍でも良いです。胸の中央、肩、腰、手のひらなど数箇所でも結構です。痛んでいる箇所から出来るだけ離れたパワーポイントを選んでください。選んだパワーポイントに意識を集中し、息をゆっくり吸い込んでください。そして痛む箇所に意識を集中し息をゆっくり吐いてください。これを四回繰り返してください(言葉にはとても力があります。ハワイ語ではハ(ha)というのは4を意味しますが、息も意味します)。

息を吸う時にはパワーポイントに、息を吐く時には痛む箇所に意識を集中するのを忘れないでください。それから、痛みを再評価してください。軽減しているのに驚かれるでしょう。練習すれば驚くほど早く痛みがなくなるでしょう。痛みというのは勿論、ク(ku)がストレスを受けている意味なのです。ストレスの原因を突き止めて手当てをしないと、他の箇所が再び痛んだりして、表われてくるでしょう。

他により上級で効果があるフナの癒し技術があります。私が好んでいるのは、カウリケ訳注1です。これはエネルギーを移動させるより上級な方法です。不眠症、集中力不足、軽い鬱にとっても効果的です。私が良く用いるもう一つの方法は、ラア・ケア(la'a kea)、つまり調和の光訳注2です。この方法は人々が癒すのを援助する際特に、価があります。これらの技術は、他の多くの技術と共に、サージ訳注3が行っているハワイアンフナ・ヒーリングコースに参加すると学べます(このホームページの活動カレンダーをごらんください)。フナ式相補的医療の基本を学ぶだけではなく、美しいガーデンアイランドのカウアイで身体的、感情的、知的、霊的に素晴らしい体験もするでしょう。

Aloha ame malu(アロハと平安を)

訳注1 リラックスや調和の目的で身体の特定のエネルギーポイントを順次触れる方法です。

訳注2 これは特定の状態と相手にとって最も相応しい光で、相手の人やその周りを包み込む方法です。

訳注3 アロハ・インターナショナルの主宰者で、フナ・インターナショナルの代表者。

翻訳 M. Hayashi (2005)

Copyright by Aloha International 2001