

## 調身 調息 調心 調場

岩元鍼灸院接骨院院長  
東京医療専門学校講師

**岩元健朗** いわもと・けんろう

1987年、明治鍼灸大学（現・明治国際医療大学）卒業。1989年、東京医療専門学校柔道整復科卒業。1991年、同校教員養成科卒業。1996年、岩元鍼灸院接骨院開業。1991年より東京医療専門学校講師。2013～2017年、公益社団法人東京都鍼灸師会副会長。臨床歴32年。



学びの原点は、興味のあることを学ぶことである。

私は大学2年の19歳の夏、1週間の解剖学実習を受けた。20人の選抜チームで子どもの献体が5体。4人で1体を解剖した。ホルマリンの臭いと目の痛みに耐えながら、子どもの身体に巻かれた包帯を丁寧に取り去った。解剖するステンレスの台に子どもが一人横たわった。それを見た瞬間、私とこの子どもと何が違うのか、という疑問が沸いた。眼も口も鼻も胃も腸も心臓も肝臓もあるのに、食べものを与えても当然食することはできない。死とは何だろう。ふと車に置き換えて考えてみた。ボディがありガソリンがあるが、それだけでは車は動かない。それを動かすにはガソリンを発火させる発火装置、電気がなければ動かない。人間も身体があり、食べものがあっても、気がなければ生きることはできない。死とは気がなくなることで、私がこれから仕事とする鍼灸はこの気を高めるために行うものだと確信した。私の最大の興味は「気を高める」こととなった。

### 健康を害して気づいたこと

大学を卒業して東京で臨床家を目指すのが、体力に自信があったはずの私が、慣れない生活と仕事のストレスで健康を害することが増えた。心と身体について健康になる秘訣はないかと思案していたところ、政治家や軍人、著明な経営者や知識人に心身統一法や積極精神を説いた中村天風の瞑想録『運命を拓く』（講談社）を読んだ。大学生の頃、安武貞雄著『中村天風「心身統一法」解説 健康と幸福への道』を父親から贈られ読んでいた。中村天風の著書を読みたいと思い、買い求めた。そこには、気の実在を言い切り、潜在意識の活用による心の積極化、身体の積極化、命は心と身体を統一することによって活かされると明解に書かれていた。

健康は心と身体を積極化し調和することで、心身統一することと学んだ。これは鍼灸の自然治癒力を発揮させ、治療効果を高めることに役立った。命を中心としたとき、身体は命をのせる道具で、心もまた命の意思を表現する道具、身体も心も命を活かす道具なのだから、その道具には使用方法がある。心の使い方、身体の使い方、そしてその両方を統一したときに命が最大に活かされる。命は魂とも表現され、霊とも表現され、気とも表現される。心身が統一して気が充実することは、命が



充実することで、充実した命で事に当たれば、すべての事業、物事が成功すると説く。

中村天風から学んだ言葉に「心一つの置きどころ」がある。どのような困難の状況に置かれても「心一つの置きどころ」で困難な状況を突破して必ず成功する、と説く。心には力がある。人の健康に向き合い、鍼と灸で患者を治癒に導いていく鍼灸師にとって、心身統一は必要不可欠な教えと考える。

## 鍼灸の基本との共通項

さらに気を体感するため、中村天風の弟子である藤平光一が創設した心身統一合氣道を学んだ。気を前面に出した武道が合氣道だと考えたからである。空手と柔道を幼少から稽古したが、合氣道の基本の技を稽古したとき、空手や柔道の高段者でないとできないような技をいとも簡単に基本としていることに驚愕した。それは、頭を目がけて振り下ろして打ってくる相手の手刀を、振り上げた手でかわし、相手の振り下ろす力をそのままにして、相手を投げ飛ばしたのを見たのである。一瞬、何が起こったか分からなかった。打ってくる気を尊重して、相手に触れるか触れないかで捌き、相手の打つという気を導き、その力を利用して相手を投げ飛ばしているのである。空気投げと思われるような、シンプルで美しい合氣道の技である。気が出ていて力を抜いていると、技は美しい。合氣道の稽古を通して気が出ていること、自然体でいること、力を抜くことを学んだ。

鍼灸も技である。技を効かせるためには、その姿勢、呼吸、意識の持ち方、場の整え方が大切である。いかに力を抜き、気が出ている鍼灸を行うかで、同じツボを使用してもその効き方が違ってくるのである。気が充実した鍼灸はその所作が美しいことを知った。合氣道での学びは「力を抜くこと」と「臍下の一点」を意識し「気が出ている」と思うことである。それだけで鍼灸の効果が違ってくる。

現在私は、鍼灸学校で鍼灸実技を担当している。伝えるのはその基本である。鍼の基本刺鍼、灸の基本施灸、施術時の姿勢、呼吸、意識の通し方、考え方など、すべてが基本である。この基本が最も大切なのである。分かりやすい言葉で興味が持てるように伝えることを意識している。

鍼灸は気を高めることが目的である。このことを基本にして、気を充実させ、日々の臨床と教育に力を注ぐ。

鍼灸施術を行うにあたり調えること：調身 調息 調心 調場

調身：姿勢を正す、自然な姿勢、仙骨を起こす、肩を上げ下げして上半身の力を抜く

調息：呼吸を調える。吐くにまかせて、吸うにまかせる

調心：鎮まった心、落ち着いた心、臍下の一点に心を鎮める

調場：患者と施術者が安心して交流が持てる場、心地よい・気持ちのよい場、感謝の念が湧く場、希望がかなう場、喜び合える場。院内外の清掃を行い、清潔を保ち、よい気がめぐる空間をイメージする



## Q 太田和幸氏 (900号p.73) からの質問

岩元先生には私が学生のときに特殊鍼法という授業で、その名の通り、通常の刺鍼以外の治療術を教わっておりました。皮内鍼、灸頭鍼、中国鍼、ときには推拿にいたるまで、多種多様な治療法を教わり、どれもマジシャンのごとく綺麗で巧みな手さばきでデモを見せていただいた記憶があります。

多種多様な治療法を習得するがゆえに、患者さんに治療するときにあれもこれもと迷ってしまうことはないのか、またそのなかでワンベストの治療法を選ぶ根拠は何でしょうか。幅広い知識と技術を持っている岩元先生がゆえ、どれを選択するかその理由に興味があります。

## A 回答

治療法を選ぶ根拠は、手で皮膚に触れることから得られる感覚=インスピレーションです。触れることで、患者さんから「伝わるもの」と、施術者の手を介して患者さんに「伝えるもの」があり、そこでは互いに情報交換をしています。この情報交換は無心で行うことが大切で、無心とは、とらわれる心のないことをいいます。触れることにより、皮膚の状態を知り、刺激量や鍼灸の治療方針が決まります。また、触れるということは、患者さんの情報を知ることと同時に、施術者の意識が患者に伝わり影響を与えることになります。施術者が普段どのような考えをしているのかということが、手を介して患者さんに伝わり影響を与えています。

一つ例を挙げると、「大自然のエネルギーと常につながっている」ことを潜在意識に入れておくということです。大自然のエネルギーの本質は「生命の積極」であると私は感じているからです。これは自然治癒能力です。患者さんは日々の生活で大自然のエネルギーとつながっていることを意識している人は少ないと思います。忘れてしまっていたり、気がつかない人もいると思います。しかし、空気の澄んだ森林で深い呼吸をしたときなどを想像してみると、エネルギーが満たされる感覚に誰もがなると思います。それは、「人は大自然のエネルギーとつながっている」からなのです。特に病と向き合う施術者はこのことを意識していることが大切なのです。実際に触れるときは無心で触れますが、この潜在意識にある無意識の意識が患者さんに伝わります。繰り返し意識することで潜在意識に落とし込むのです。

普段の考えをできるだけ積極的な方面からとらえていくことで、自身の潜在意識を積極化して、積極化した潜在意識を活用して判断すると、的確な治療法を選択することができます。