

ESCUELA JAPONESA DE SHIATSU

マドリッド日本指圧学校

卒業論文

我が指圧を求めて

窪田民夫

2017年6月15日

目次

	頁
序文.....	3
第一章 生きている指圧.....	3
第二章 初めての家族・親戚縁者以外の患者への施術.....	7
第三章 施術有料への第一歩.....	12
第四章 ASPA アスパ の試し.....	20
第五章 施術と治療と机上の論理.....	23
第六章 独白 カミーノ・デ・ラヴィーダ 生きる道.....	24
あとがき (感想).....	24
参考資料.....	25

1. 我が指圧を求めて

序文

私の卒業論文の主旨は指圧というものを通して生き方を考えたり、また職業を見つめなおしたりしてみたいのです。

私にとっての指圧とはいったい何なのだろう

1. 生きている指圧

実は僕の幼年期から話し出さなくてはうまく説明できないのではないのだろうか。

僕が7~8歳ごろだったと覚えている。母親の肩を両方のコブシを、それも小さいままのこぶしで肩叩きをしていた。別に肩をたたいてと言われたわけでもなかったと思う。父は僕が6歳の時に胃がんで早逝していた。

当時は朝寝している頃から台所から母がものを切る包丁の音やコメをといでいる音、また水道から流れ出る意外とにぎやかな水の音が聞こえてくるのが普通の毎日だった。朝のまだ五時過ぎというのもまだ僕の時間帯感覚からいうと、とんでもない時間で、きっと何かの僕のいたずらに対する懲罰にしても随分と効き目があるぐらいの大変な時間帯だと思った。

一番目と二番目の兄たちと長女の姉が仕事しているのでそのための早い朝食ともって行かすお弁当の準備で母はその時間から準備しているとあとで聞かされた。

平日は朝ご飯を食べているときに、「今日の夜はご飯は何にしようね」、と母は話をしだす。日曜日は昼ご飯を食べている最中に「夕ご飯は何食べたい」、ともう聞いてきていた。食べている時だからみんなの返事はたいてい、「無理だよおかあさん、食べているときに聞かれたって頭の中は今のごはんでいっぱいがかんがえられないよ。」だった。

当然僕は学校に通っていたので毎日母は何をしているのか目に見るわけにはいかないのだが、ずる休みではないにしても時折腹が痛かったり、風邪をひいたりして学校を休み家にいることがある。

みんなが仕事や学校に行ってしまうとシーンと静かになった家の中で寝っているとシャッシャッと畳を擦る音が床に近いところにある僕の耳に聞こえてくる。

母が家の中を掃き掃除していた。

支度のできた昼ご飯をお膳に並べている音、洗濯しているだろう水に湿った重たそうな鈍い音を立てる衣類の音が尽きることなく続いていく、、、

夕ご飯の支度の食材を買いに行くと言って出かけて行った後に残る下駄の音。

夕ご飯を食べているときに聞いてくる、「ちょっと塩っぱかたかしら」

「どうしたの、もう食べないの、まずかった？」

それが一日中で聞く母の唯一のみんなとの会話になってしまうのも不思議になくなってしまふこともしばしばあった。

夜は母のやっと座った姿を見たかと思うと針箱を出してきて縫物をし出している。でもたいていは縫物をする両方の張ったひじは動かず、肩を前に丸めるようにして首はちょうど熟れきったナスが枝からぶら下がっているように器用にポーズをとっている。

寝ている。

いったい、いつ頃母は休むのだろうか？

この母親の姿は僕の家だけで見られる母親像ではない。

この当時、父親がいる、いないにかかわらず毎日繰り返される日本の家庭の主婦像、母親の姿と知っている。

これを目にする子供たちにとって一目でも母の笑っている顔、嬉しそうな満足している姿、そして喜んでは褒めてくる母を探そうとしても決して変わったことではないと思う。それも自然な親と子の湧いてくるいたわりであり、また愛に違いない。

これは中国から渡ってきた儒教の影響なのだろうか？

儒教

孔子の死後、彼の弟子や信奉者たちによって唱えられてきた道徳原理と宗教原理を併せ持った教え。中国で紀元前に起こり、後紀元後六世紀ごろ日本に伝わった。

孔子の教えの中にある原理のひとつに大事に保たなければいけない五つの人間関係を五倫理なるものとしてとりあげ、これは孔子の唱える五美徳とされる道徳を更に広く解釈したものとされている。

五倫理（ 父子・主従・夫婦・年長年少・友人 ）

五美德

（仁）：他者を慮る。親切にする。

（義）：私利を問わず為すべきことをしていく。

（礼）：縦の人間関係を尊重する。

（智）：常に学を志し、また分別を持つようにする。

（信）：嘘を言わない。言った言葉を守る。正直である。

孔子は五美德の内、特に「仁」を高く唱えていたと言われる。

一つの家族は一つの国の始まりでもあった。家族の中には上下関係、物事の進め方、そして家を取めていく一つの約束があり、それはちょうど小さな国そのものであった。また国は大きな家族のようなもので気を付けてやったり、それぞれの立場関係を考え、義務を果たしていかなければならない。家族内ではそれぞれが複雑に組み合わされている上下関係の中にいる。

儒教の教えでは構成される人の中での感謝、愛、人間関係などはその人、その人の立場に応じてすでに全うされていなければならない。

この教えの中に両親の愛、または親孝行や子供たちを思う親心の愛を説くものが見られる。

何度か兄や姉たちが変わりばんこに母の肩をたたくのを目にしていた。

同じようにしたつもりで叩くのだが、すぐに自分の手首がだるくなってきたり、飽きたりしてくることがあるのだが、「あれ、お前もやってくれるの、もうそんなに大きくなったんだね、ありがとうね、」などと言われてうれしくなったりして、疲れてきても「もういいよ」と言われるまでむきになって手を痛くしながらも、母の肩を叩き続けていた。

日本の家族の姿。

指圧学校で使用される教科書の中に施術要領の指針として含蓄もあり、また有効な、いくつかの日本語での言い回しになるボキャブラリーが収められている。

その中の一つに、「「手当」なるものがあり、説明されているその日本語での字句どおりまず、（施術者の）手が（患者さん）のその患部にあてがわれひとつのデータの採集が行われる。ほかの言葉に置き換えるとそれは「診断」ということになる。熱、腫れ、乾き、湿り、引き攣り、弛緩、震え、、、を見極めていきながら同時に解決策を施していく。

これは日本人ならばまず一番に手を付ける処置になるに違いない。そして、うがった言い方になるが日本の土壌に生まれ育ったゆえの目にされる何でもない通常の情景なのかもしれない。

診断と治療が何のためらいもなく「手当」の知恵のもとに進められていく。

そしてここであらためて思い浮かぶのが

指圧というものを世界に目に見えるもの、手に触れることができ、理解できる物そして人々を幸福にしてやれる何の道具をも必要としない、ただ愛があればそれで善しとするまで高め上げた浪越徳治郎大師(グレイトマスター)の心が、そしてその伝えんとする愛が「指圧」という具体的な一つの形をもってこの日本という土壌から顕現されて来たのではないのだろうか。

日本では子供たちが親たちの肩叩きをする。

してやりたいと思い、そしてそれが親に慰安と元気を取り戻させ、痛みまで取り去っていくのを知っている。それが肩叩きであり、カタモミであり、また気持ちよさをもたらしたり、痛みを弱めてくれる圧の形での指圧になっていく。

その指圧が今この手にある。

.

2・初めての家族・親戚縁者以外の患者さんへの施術

2015年9月15日患者さん 32歳独身女性 テレビ、マスコミ関係のプロモーション活動を職業としている。

全身の緊張感、アキレス腱、ふくらはぎ回り、足裏の痛み、首、肩回りのツツパリ

バースデープレゼントとして我々家族の友人である彼女に僕の指圧セッションをすることになる。

指圧学校に入りまだ一年目をあくる年の6月に終了したばかりなのだがこれが家族以外オフィシャルな最初の施術体験となる。

仕方がないのだがまだ一年目の授業で教わった内容の範囲内だけでの施術になった。

(自宅の一室にジム用のマットを設置してあった。)

白い靴下、白い上下の看護師のユニフォームにくるまれてマットの脇に立つ。

患者さんを寝かせる。- 伏臥位

患者さんは非常に痩せ型で(2年目の授業に入って、このタイプを虚、だと習う。) 何度か拒食症候群に陥りそうになったと聞かされているので随分と納得できた。

教科書のページ、ページが僕の頭の中でパラパラと速くめくられていく。

GUIA CURSO BASICO (基本コースガイド) と大きく書かれている教科書だ。

暗中模索

試行錯誤

五里霧中

患者さんと面と向かい合っているこんな時に、自分の気持ちを暴露していく、そんな日本語の熟語がいくつか頭をよぎっていく。

スタート

まず患者の体が施術者の最初の手の触れに信頼関係が生まれるように動くところから始まった。

僕は患者が気づかないように静かに大きく深呼吸をし、しっかりと下腹に力を入れる。（後に教わる丹田に気を入れるということになる。）

神経質にならず、不安がらず、腕や指先のふるえが患者さんの体に伝わって行くことが無いように気を落ち着かせ、気持ちを集中するようにしていった。

患者さんが一度でも施術する者との間にある信頼関係を崩しだしてしまえば、一切の説明や施術のすべての有効性は疑われ、指圧という名前そのものまで否定されてしまう怖さが、そして指圧をする者の指圧に対する責任の大きさを思わずにはいられないでいた。

.

「守破離」と大きく描かれた一幅の額が指圧道場の天井近く正面に掲げられている。何故かこの言葉が頭に浮かぶ。

授業の中でこの説明を受けた。

.

当然いまだにぼくは「守」の中にいる。指圧の幅の広さにうなり、奥の深さに歯ざりしりしている始末だ。

そんな今でありながらしきりに外の世界が気になったりする。

針・キノシオテープ・レフレクソロジー・スポーツマッサージ・按摩・カイロプラクティック・フィジオセラピー・操体・まだまだある。

これらの知識が欠けると一人前な施術師に成れないのだろうか。

僕が治すのだ、私の力で治癒させるのだ、、、との思いがなんとちっぽけな自分勝手な囚われであることに気が付いた。

日本に生きる日本人の手により指圧を総まとめし指圧の道づくりをしてくれた偉大な先人そしてそれを支え引き継ぐ賢人がいるではないか。まして事細かに書き物にして説明もしてくれている。私はただその伝えんとするところを正し

く素直に患者さんを思う愛の心をもって顕現していただくだけでそれが治療につながっていくはずだ。私はその仲介者に過ぎない。そう思いだしたとたん、そこだけに心を集中していく施術をするといかに私の体が自由に自在に偉大な先人、賢人たちの知恵と知識が私の体を通し腕、手のひら、そして指に充満し、勝手に動いていく不思議さに目をみはってしまう。

患者さんの背にある左右の肩甲骨に自分の左右の両掌をそれぞれお腕をかぶせる様にして置き、自分の体の重心を受ける中、その真下で外回りに回し始める。

肩に近い肩甲骨の上部辺と両肩甲骨に挟まれて盛り上がったようにしている、その辺にも何か固い肉の塊のようなものを掌に感じていく。

やせた女性がトレーニングで鍛え上げてできる筋肉の硬さでないことは自然と区別されてくる。

この硬さは細長い定規の形で背筋に沿って腰上部までみられた。

「治療施術は患部より最も離れたところから（マクロ的見地に立って。）攻めるべし。」

こんな言葉が思い出され、足の親指一本目から引っ張っては握り回し、引っ張っては握り回しと両足の十本を攻めていった。

「背や両肩のこりの痛さを言ってあったのに何で足の指ばかりいじりだしたんだろう、、、」と患者さんは思い、思わずそれこそ「えっ。」などと口に出そうとしているんだろうな。と自分は一人想像しながら気持ちをあらたにするようにして口は一文字に引き締めた。

足首、くるぶし、かかと、足裏を終え、膝関節からふくらはぎと、各関節と関節の箇所をひとグループ扱いしながら体の上部へ上部へと施術を進めていった。

.

膝関節からふくらはぎへ進めていく中で背筋の両脇に認められた添うようにしてある硬さと同じようなものがふくらはぎのアキレス腱に近いところと膝裏に近い腿の裏側にもみられた。

この辺りはだいぶ固いので掌で圧を加えていき、だいぶあとで人型やA形にした形で圧を加えるようにしていった。

臀部の仙骨や腸腰筋、浪越圧痛点のあたりに来ると、患者さんが圧を受ける際の感じるだろう痛みを想像したりするのだが、僕の方は頭や額から汗がぼたぼたと落ちだしもうこっちは必至な形相になっているに違いない状態になってい

る。正直、女性への施術の扱いを当初心配していたのだがそんな余裕もなく、患者さんが女でも男でも関係無くなり少しでも早く施術は終了することばかり願ひ、患者さんからは何のクレームも無く、

「すっかり体の痛みが取れ助かりました。。。」

と言われ、、、などと自分勝手な夢を見だしていた。

背から腰へのせり上がりもあるが、ほかの部所に比べ背の部分はゆったりとスペースが取れ指圧をするのに安定した圧を加えやすく、気を付けなくてはいけない圧の入る角度、圧の持続時間の確保そして圧の集中心が自分にとってコントロールしやすい様に思える。

ただ微妙な脊髄神経が通るだけにその背の中心を走る脊髄には特別に配心の注意を払わなくてははいけない。

両の親指を重ね合わせ背筋を縦に走る塊を追うようにして圧を加えていった。

縦に走るこの塊はまるで逃げる生き物のように圧を加える指の中でスルッと身をかかわしてはその位置を変えようとする。

そうか、これはもうバトルなのか。

塊に消えてもらうか、こちらが笑われるかのどちらかだ。

正面から攻めてだめなら、周りからじわじわと攻め、足元を崩していかななくては。。。

指圧をしながらもう戦術的世界での処理が進められていく。

教科書通りの三度繰り返しの数を超え、ゆっくりずつだが十度程周りから圧を加えていく中で何か変化が出てきた。

例の背筋の両脇に沿うようにしてあった縦長の定規のような塊がすっかりしょげて下を向いたようになっていて、それも長くは以前のように繋がっていない。

バトル終了。この辺で背筋の部分の攻めはいいとしよう。

やはり足先から攻め上げてきたせいなのだろうか、いくぶん肩のつっぱり加減がだらしなくなっているようだ。

首の根元、肩甲骨の跳ね上がった辺りに指が入るようになってきているようなのだが。。。

肩甲骨をしっかりと抱きこんでいる塊と今度は肩甲骨はがしの戦いだ。

太い一本のひものようなものがそれぞれ脊柱の左右に沿うようにして肩甲間のあいだを肩甲骨上部から下部辺りまで走っている。

親指一本でさえやはりいまだに肩甲骨と背の間に入っていない。力任せの圧で患者のその辺りの毛細血管などを痛めたら大変なので作戦は変更。

.

自分の左手を患者の肩に充てる形でブロックし、右手の手のひらで患者の首の根元、左肩甲骨の上部、下部、肩甲間を圧していく。掌は掌底部を使用しゆっくりと 20 回ほどの圧作業をしていく。

その部分に変化が見られ始める。全体的に硬さのイメージがなくなってきている。

無理をしない程度に指圧型は一文字で親指を徐々に圧の入る角度は有効な垂直 90 度。

肩甲骨の裏側をのぞき見できそうな感じの所まで今度は受け入れてくれる。

正直、前頸、側頸、後頸部分への指圧は戸惑ってしまう。

とてもデリケートで壊れやすく、またやりようによっては非常に危険も伴う。

かといって飛ばしてやらないで置くような所ではない。指圧全体治療には欠かすことができないとても重要なところでもあるからである。

後頸部分のコリは触知しやすいのだが前頸部、側頸部のコリの有無の判断は自分にとって難しい。

患者さんは寝入っている。自分も施術をこれで終了する。

伏臥位の指圧をするだけでこれまで 1 時間 38 分の施術になってしまった。

仰臥位は全く手つかず。

プロフェッショナルの指圧師は患者さんの裏・表を頭から足先まで施術し60分以内で終わることをしていると聞く。

指圧のリズムを早めるのだろうか。

そうすると圧は必要な奥行きある指圧にならないのではないのだろうか。

わからない。

3・施術有料への第一歩

二年も終え三年を迎える時期に私が施術を始めた夫人がいる。

2016年10月15日(土)であった。

診断書 患者さんの資料

病院診察結果報告書作成日 2016年9月8日(木)

1950年7月18日生まれ。当時66歳女性。

首回りから両肩の痛みを伴うこり、背側腰回りのつっぱり、両足首のむくみ、特に左足首に痛みを伴うため歩行は足を引きずるようにびっこである。

20年間続けた学校での生徒児童への給仕と大型厨房器具や道具の中断ない温水・冷水による洗い作業が影響して健康を害したという理由で三年前に退職、現在は年金受給者の主婦である。

患者さんの既往症・習慣

3か月前に禁煙実施

甲状腺機能低下症有り

骨減少症有り

服用処方箋

エテロコキシブ 90mg: 1-0-0

エウティロク 100mcg: 1-0-0

ソルピデム 10mg: 0-0-1

オメプラゾール 20mg: 1-0-0

トラマドール/パラセタモール 37,5/325mg: 0-1-1

炭酸カルシウム

上記 6 種からの薬を服用している。

これまでの既往症を鑑みて以下 6 種類の検査を行っている。

右肩のスキヤン

結果-右棘上筋腱炎症

頸部磁気検査

結果--頸部点 c 5 - c 6 頸部狭窄が見られる。

筋電図

結果--以上見られず。

スキヤン 左足首

結果--脛骨―距骨間の皮質骨に異常が見られる。

足首のレントゲン撮影

結果--脛骨―距骨間に変形性関節症が見られる。

足首のレントゲン (2/16)

結果--足根洞不全症候群が見られる。

前距腓靭帯慢性捻挫が見られる。

上記6種の検査実施後の結果

リュウマチが診断される。

それ以外には

左足首に慢性の捻挫

右回旋腱板腱鞘炎

骨減少症

筋線維筋痛症等が結果内容に見受けられる。

この患者さんの症状が自分に課せられた指圧施術のテーマになった。

自分は医者ではない。

この人の痛みをとる薬も無ければ手術の道具もない。

大変なことになってきた。

「施術はおいくらですか。」と聞いてきている。

支払う施術の治療代金と交換にすべての体の痛みが消えていくのを期待している。

払う側にとっては当然の理屈。

プロとして治療代金を受け取ることがこれほどまでに重さを帯びてくるとは想像していなかった。

しかし お金を払い、なおかつ信頼してこうして自分の目の前に横たえるこの人に今やっと気づき、自然と頭が下がる思いになった。

思いだす。

自分がする独りよがりの指圧であってはいけない。

偉大な先人、賢人が記した指圧の手引書があるではないか。

自分の体は一つの道具となり、この手引書が導くままに指圧をしていこうと決心する。

この患者さんから知らされた病院診察結果報告書 2016年9月8日(木)付け以前の

2016年1月5日のものには

< 66歳の患者さん、治療手当終了後2~3か月経た今日、右肩の痛みを訴え再来院。 >

とあり、

これからの治療の方向が記入されているのだが

ここで言う2番の項目は手術の必要性を説明している同意書へのサインを促している。

この患者さんは私の家での指圧の施術を受けだしてからは手術を拒絶している。

そしてこの日付の後

2016年4月26日報告では

慢性的になっているくるぶしの腫れを明記されている。

2016年8月5日には

医者との診察で

毎日夜間になると首から肩にかけて、右腕のほうにまで痛みが走る。

と訴えている。

2016年8月29日の検査報告には

右棘上筋腱鞘炎の疑いあり。

の一筆が現れている。

2016年12月5日のものには

足親指に付随してる屈筋腱周囲に液体が少量見られる。

また、現在、患者さんに手術する意向の無いことが書かれてある。

と、但し書きが付け加えられてある。

そして今年に入ってから

2017年2月23日検査実施の後、

現在受けている治療は手術を行わない限り回復には限度がある。と説明するも患者さんは依然として手術拒否をしている。

となっている。

この検査結果に基づいて

2017年4月5日にマルタ・ユス医師

は治療を終了したとの通知とともに以下の報告をしている。

「リハビリテーションをしたけど快方は見られなかったが、現在は良い兆候を見せている。天候の変化が好影響を与えたのでは。

必要に応じてサルディアル薬を服用のこと。

ヨガ、体操、水泳等の運動をすること。重いものを持たない、同じ動作を何度も繰り返さない。

必要な時には来院されるものの、今回で私の治療は終了です。」であった。

以下に私のこの患者さんへの施術記録を記しておく。

2016年10月15日

順1-痛みが走る左足をかばうようにして歩く患者さんの体をまず見ることから始める。

左足が右足よりも短い。骨盤は右側で下がり左が上がっている。その為脊髄の傾倒が低くなっている骨盤方向に見られる。このことは脊髄が体の左右バランスを失っていると観察する。腰と上半身でバランスをとっているので、両足の長さの違いに気が付かない。これによって引きおこされた歪みが背骨から出ている神経を圧迫して各種の病気を引き起こしている可能性を想定する。患者さんの訴える各所の痛みもそれに起因しているのかもしれない。ASPAの理論を借りて考えるとその歪みは腰で終わらず肩へ、そして首まで影響を与え続けているかもしれない。

操体 型2を利用し

1患者さんはリラックスして両手を胸に置き膝を立てる。

私は膝頭を軽く抑え、左右に傾倒させ、左右の感覚差を聞く

2違和感のある角度から膝頭を起こし、さらに反対側に倒させ、私はそれに軽く抵抗を与える。

3膝が反対側の床面近くに来た3~5秒間保持し、瞬時に脱力させる。

3回(1~3番)ほどこれを繰り返す。

橋本敬三 著

「人間は動く建物」と操体の創始者である彼の著作になる本の中で述べているが、こう説明している。

<人間が動かす体の仕組みのことを運動系と呼び、それには横紋筋系・平滑筋系が互いに相関し、平滑筋系は自律神経に支配され、意志によっては支配されない。そこで意志によって支配できるこの横紋筋系運動系をみると、

これは第一に連動作用を持つ。

第二に全身の支持作用を営む。

第三に重要器官（中枢神経および内臓）を特定の位置に確保する。

つまり、骨および軟骨からなる硬組織の骨格が基盤になり、その骨に連なる腱、筋肉と腱鞘、筋膜、関節を形成する内容と、外包する嚢、靭帯などを主として、それを包囲し、筋骨の運動に伴って動く皮膚も含めた一切の軟部組織です。私はこれを運動系として定義しています。>

と明快に考えを示している。

橋本敬三氏、**Dr.Philippe Campignion** 氏,**Dr.Stanley Hoppenfeld** 氏等の定義はまさに

“ 指圧は全身治療 ”との概念を裏打ちしている。

これら賢人の先生方の知識にも手伝ってもらい、より理解を深めるためにもいくつかの資料を引用させていただいた。私の探そうとしている指圧の施術がすこしでも患者さんの求めている治療に近づければそれで本望な気がする。

患者さんに伏臥位になってもらう。

順 2 - 棘突起調整法に入る。

- 十字掌圧を行う。

あわてず静かに。

豊かな掌の隆起を使い。

大きな流れの中で。

- 脊髄神経を伸ばすように。

ゆっくりと背伸びをさせる要領で。

上記にかかげる 3 点の作業は治療の施術に入る前には現在になっても必ず行うことにしている。

その理由としては

患者さんとの信頼を生むためのスタートでのコミュニケーション、

患者さんの体にこれから始まる施術に慣れてもらう、そして

患者さんの体の状態を見ていく（診断）となる重要なものとする由。

4・ASPA の試し

ASPA の理論にあてはめようとして施術の流れを以下の順番で試みてみた。

順 3 – 右膝膝窩部

39V-40V-10R

第三のライン内側にずいぶんと玉のコリが見られる。

優しく、ゆっくり、浅く圧を入れる。

順 4 – 右下腿後方部

55V-56V-57V

このツボを意識しながらいくぶん深めに圧。

順 5 – 右下腿後側内部

6BP

しっかりと驚づかみするように。

順 6 – 60V-3R. 内果, 外果

60V-3R

しっかりと両親指を安定させて。

順 7 – 右踵骨両側部

内側:3R-6R-5BP-4H

外側:60V-62V-40VB

圧を加えていく中、患者さんが気持ちよく感じるように考えていく。

順 8 – 右踵骨隆起部

圧の持続時間を一点 5 秒ずつと長めにする。

順 9 – 右足底部

足底外側

足底内側

1R-63V-66V-2R-4BP-2BP-3BP

足首でぐらつかないようにしっかりと空いている手でブロックし 施術の安定に気を配ること。

順 10 – 右足指十指

引っ張り、回す感じで。

順 11 – 右足首旋回

62V-40VB-3R-6R-5BP-4H

回す足首の周囲に多くのツボが含まれる。

順 12 – 右足臑部

3H-41VB

この足のほぐしは気持ちよいはず。

順 13 – 右足アキレス腱の引き延ばし。

無理な引っ張りに注意。

順 14 右足首の行って来い。

41E

両親指はツボに添えることを忘れずに。

順 15 – 右足下腿後側部のほぐし。

順 16 – 右足関節可動域のほぐし。

ここからは背の左側をあたる。

順 17 – 肩甲下部と腸骨稜上部.

この施術はこのように順を追って教科書に示されている各指圧部分の名称のもとに指示されている注意点、ツボの圧点をなるべく踏まえて行うようにしている。ただ施術していく部分は教科書に現れるページ毎ではなく ASPA 理論を自分が解釈できる範囲内で試みているのでその施術の順番は当然違うことになっている。

5・施術と治療と我が机上の論理

その後

現在（2017年5月）におけるこの患者さんの私への報告及び観察によると

2016年10月15日に初めて私の施術の為に両足首のむくみと左足首の痛さの為にびっこを引くようにして来られた時と比較すると――

- ・ほとんどそのむくみは目立たず歩行が楽になっている。
- ・左足首の痛みは消えている。
- ・当時一日6種の薬服用が1種1錠の生活になっている。
- ・上げづらかった両腕が肩のライン以上に上がるようになっていく。
- ・右腕の内旋外旋しての上げはいまだに肩の痛みを伴い制限される。

この患者さんには現在も指圧施術を毎週一回続けている。

指圧施術を受け始めてから体が楽になり、その結果から再三進められている医師からの手術を考えていない。

私にはおこなってきた指圧の施術の回数に応じたこの患者さんの治癒、快方度を測ったり、示したりを数字にして説明、証明する手段がない。

指圧を受けている以上私は結果がそうなるであらうと思いたいが、これまでの受けてきた病院の治療の数々、そして患者さんの自覚を持った現在の結果に繋がる生活習慣の日常の努力もあるに違いないと考える。

6・カミーノ・デ・ラヴィーダ 生きる道

独白

人生とは、ある意味で、生きている時だけ歩き続けることが許された唯一の終わりの無い道なのかもしれない—苦しみか、または贅沢か。。。

「指圧の道」とは良く言い得ていると思う。

「道」という文字を見つめていると、くねくねしている一本の線上に佇むひとりの人が見えてくる

考えているのだろうか、休んでいるのだろうか。？

いずれにしても彼の助けになるのならと思い、いっぽんの杖を彼の足元に置いてみる。

そしたらまた歩き出している。

「道」が「導」に変わり

「指圧」という指針の杖に導かれるようにして歩き出している。

歩く道はくねくねと今までと同じようなものだろうがこれからは

「指圧」という「杖」がある。

感想

とても大事な経験になりました。日本人であることを改めて自覚したり、初めての施術経験や恩師の方々の貴重な本を見直していくことで指圧の思いがけぬ大きな魅力にひきまわされました。改めて、確実に指圧は私の生きていく道なり、と気づきました。

EXPLORACION FISICA DE LA COLUMNA VERTEBRAL

Y LAS EXTREMIDADES

Stanley HOPPENFELD

Editorial :Manual Moderno

CADENA MUSCULARES Y ARTICULARES METODO G.D.S.

Philippe AMPIGNION

Director de la formación Método G.D.S.

y del Centro de Formación Philippe Campignon

GUIA CURSO BASICO

Namikoshi Shiatsu Europa

Editorial . Aze Shiatsu

EL ALMA DEL SOTAI

Asociación Española de Sotai Ho

Editorial : dilema

AZE SHIATSU Tratamiento básico

Shigeru Onoda

Editorial : dilema

操体法の医学

橋本敬三

農文協出版

操体法の実際

橋本敬三・茂貫雅嵩

農文協出版