

ようこそ！『感性内観の体感コース』へ♪

身心健康堂 鬼木豊



代表 鬼木豊

私は20代のころ、心身症、うつ、ノイローゼという「人格の病」に出会い、悩みもがき苦しんだことがあります。薬や医術に依存しないで「感動して生きる力」を発動して、自分で克服し、自立した貴重な体験があります――。

この体験がキッカケとなって、自分の健康は自分で守る。自分でつくった病・症状は自分で治す、という「自分療法」「家庭内療法」を追い求めて半世紀、さまざまな病から脱却して、現在満82歳の現役です。

このメンタルの「感動して生きる力」を自分で発動させる手法の一つが、いつでも、どこでも、誰にでもできる「感性内観療法」です。

私は、2011年6月に「胆のう管がん」を発症して、いま6年が経過しようとしています。その体験を語りながら、「感性内観療法」を体感して、内なる生きる力「感性免疫力」を活性化して、生きていきましょう！というのが、「感性内観の体感コース」へのご案内です。

日時・・・①短期コース 第2・第4水曜日、PM1：00～5：00
②長期コース 第1・第3の土・日・月曜日の3日間
初日PM2：00開講～最終日PM2：00閉講

定員・・・①短期コース 5名（予約制、先着順）
②長期コース 10名（予約制、先着順）

参加料・・・①短期コース お一人様 18,000円（税込、資料代を含む）
※当院患者様は、税込10,800円にさせていただきます。
②長期コース お一人様 48,000円（税込、資料代を含む）
※ホテルは各自にてご予約ください。

場所・・・①短期コース「身心健康堂（お茶の水）」
〒113-0034 東京都文京区湯島1-2-12 ライオンズプラザお茶の水1306
②長期コース「身心養生苑（伊豆高原）」
〒413-0233 静岡県伊東市赤沢字下落合256-90 名鉄赤沢別荘地内L-15

振込先・・・三菱東京UFJ銀行 秋葉原支店 普通 3036043 名義（株）スカイ
※お振込みの控えをもって領収書とさせていただきます。

□予約申込

身心健康堂 TEL 03-5289-7780 / FAX 03-5289-7781

〒113-0034 東京都文京区湯島1-2-12 ライオンズプラザお茶の水1306

「胆のう管がん」という病が天罰と天命を運ぶ

手記 鬼木豊

私の実体験をかいつまんで、手記としてオープンに述べています。

20代の前半、心身症、うつ、ノイローゼという「人格の病」。そして70代半ば過ぎての「胆のう管がん」との出会いから、どのようにして脱却できたのか――。

この体験によって、自分療法としての感性内観法や身心統合療法による、「感性免疫療法」という新しい療法への発見につながった――。

これが天命の自覚をもたらしたと確信しています。

「胆のう管がん」という病が天罰と天命を運ぶ

今も記憶に生々しい東日本大震災があった年(2011年)のことです。

私は、少しでも福島県の被災者の方の力になりたいと、ふくらはぎマッサージのボランティア活動に参加していました。一回目は福島の郡山市、そして二回目は陸前高田に入る予定で準備していた前日のことでした。

家内が私の顔色を見て、異常を感じたようでした。

「おとうさん、顔が黄疸に見えるから、病院に行ってくれない?」

もしも、家内のこの一言がなければ、私はこうして原稿を書いていられなかったかもしれないのです。まさに、家内を通しての感性からの声だったのかも知れません。

私は大したことはない和高をくくっていました。ただ家内を安心させて、翌日のボランティア活動に参加できればと、最寄りの病院に行って、検査を受けることにしました。

ところが、検査の数値「総ビリルビン (T-Bil)」の平均の数値が0.4のところ12、手術直前20と異常に高く、即入院となり、ボランティア活動は断念することを余儀なくされました。

検査の結果、胆のう管に悪性腫瘍があるということが判明しました。そのため、胆汁がスムーズに流れるように、カテーテル手術を行いました。

しかし、術後三週間のあいだ、適切な処置も行われることもなく、放置された状態が続きました。担当医や課長、部長医の手術の説明は納得できるものではありませんでした。

私の感性が、「このまま、この病院にいたら殺される!」との危険信号を告げてくるのでした。身の危険を感じ、すぐに長男に連絡して、「胆のう管がん」の専門医がいる病院を探すよう依頼しました。

長男も非常事態を察知し、夜を徹してインターネットで全国の病院を調べて、ようやく見つけたのが、S病院におられるU先生です。U先生は胆のう管がんのエキスパートとして世に知られた存在でした。

U先生のプロフィールを拝見して、「これで助かった」と安どしました。数々の治療の実績は大変なもので、私は一読して、思わず救われたとの思いに涙しました。安心感が全身を温かく包み、それまで便秘ぎみだったものが、ス〜ッと気持ちよく改善されたのです。

実際には、私の「胆のう管がん」の進行はかなり進んでおり、ステージ4という末期に近いものでした。後に定期検診の折のU先生のお言葉では、「かなり厳しい状態なので、私は決死の覚悟で臨みました。」

鬼木さんは私の多くの患者さんの中でも、最も厳しい5人の患者さんの中の1人でした」とのことでした。

確かに入院中、U先生が私のところには、朝昼晩と一日何度も足を運んでくださり、「ずいぶん熱心な先生だ」くらいにしか考えていませんでした。危機を察知したら即措置をとるものとの覚悟のもと足を運んでくださったと、後から感慨深いものを感じました。

9時間にも及ぶ大手術でした。通常は手術の最中は免疫力が落ちるものですが、私の場合は落ちなかったというのです。U先生が驚いておられました。

私は丸山敏雄先生の苦難観を学んでいる身ですから、苦難は私に人生における大切なものを教えてくれていると思い、不安も恐怖も一切ない、すがすがしい気持ちで手術に臨んでいました。そのため免疫力の低下はみられなかったのではないのでしょうか。

私は手術の前に家族の前で10分間くらい話をし、両手を万歳のように挙げて手術室の中に入りました。こうした手術の場ではあり得ない光景に家族も病院スタッフたちも驚いている様子でした。

長時間に及ぶ手術は成功でした。しかし、翌日、お腹に異常な痛みを感じ、当直の先生に訴えました。ところが「術後はよくあること」と取り上げてくれません。一向に収まらない痛み。ところが翌日、本来は多忙でおられるはずのないU先生が、私の訴えに駆けつけてくださったのです。43歳の時受けた盲腸の手術で、盲腸が浮き上がり、再手術する必要があるものを手術しないで今にいたっていたのです。それが手術の影響により、大腸が破れ、出血を起こし、私の腹腔内は血の海と化していたのです。

緊急手術となり、U先生の執刀となりました。普通では、9時間もの大手術の後、間をおかず5時間にも及ぶ手術ということはあり得ないケースです。全身麻酔を施すので、当時、70半ば過ぎという老体にとってはダメージが大きすぎます。私が若い頃より、武道に励み、体を鍛えていたからこそ耐えられたのかもしれない。

私は、この二度にわたる大手術は、私が働き過ぎて体を酷使し、食生活の乱れもあり、本来のあるべき姿から外れていることを感性が教えてくれた「罰」であると受け取りました。

それでも同時に助かったということは、再びいただいた命を使って、多くの人々のために感性内観法を中心に、身心統合療法を施し、お役に立つことこそ、私の天命であることを自覚したのです。

なぜ、胆のう管がんから脱却できたのか

退院してから6年近く、なぜ助かったのか？

助けられた**要因の一番手**は、家内が私の黄疸症状に気づいて、病院の診断を勧めてくれたこと。そして、長男がU先生を探してあててくれたことでした。

要因の二番手は、U先生の手術が成功したこと。

これは大きな要因でした。U先生との出会いなくしては、今の命はありません。心からありがたく、改めて感謝せずにはおれません。

U先生は「私は全力で手術に向き合いますが、胆のう管がんという手術の内容を説明したように、か

なり厳しい病態だけに 100%保証することはできません。手術をするか、しないか皆さんで相談して決めてください」と言われました。家族の意見は、二つにわかれまして。

それだけ病状は難しかったということでした。そこで私は、何の迷いもなく「U先生を全面的に信頼して、すべてをお任せします。たとえ手術の結果がどうなってもかまいません—」

とハッキリ即答し、手術することに決定したわけです。

U先生は、抗がん剤や放射線の治療が必要ないように、初めから胆のう全摘、胃・すい臓を 1/3 切除してくれたことです。おかげで薬は全く飲まずに済みました。放射線の照射も行わずに済みました。

要因の三番手は、体内外からの自分療法が免疫力アップに役立ったということでした。

その自分療法とは、感性内観法をはじめ、ふくらはぎもみ療法、温熱療法の三位一体の身心統合療法のことで、そもそもの自分療法を怠り、養生を怠けたことが天罰をもらうことになった最大の要因でした。

この時ほど感性内観実践の効果を実感したことはありません。身心のストレスが解放して全身が軽くスッキリしました。自分の命は自分だけのものではなく、生かされて生きている命であることの自覚を深めることができたような、命のありがたさをつくづく尊く感じました。

それは、いつの間にか自己中心的な生き方、考え方になってしまい傲慢な自分、思いあがった高慢な自分が見えなくなってしまっていたということです。

人間は、生きる面と生かされている面とのつながりの中で生きています。生かされて生きているということは、他力と自力とのつながりのことです。他人と自分、自然と自分、宇宙と我という姿が身体という生命体です。

そのことを忘れ、自己中心になっていた自分が「感性内観法」によって気づかされ、そこに他力、自然の力、宇宙のエネルギーが流れ込むような気持ちになって、感動して生きる力を回復したような気分になりました。これこそが感動して生きる力です。

「胆のう管がん」という苦難は、このことを教えるために天罰と天命を与えてくれたと思って、現実のすべてを、ありがたく受け入れることができたということです。

また手術の前後、それこそ一生懸命、ふくらはぎもみ自分療法をしっかりとやりました。ふくらはぎがほぐれポンプの働きがよくなり、血液を心臓へ戻す。血流の体内循環がよくなって、免疫力がアップしたと思います。

それに加え手術前後はもちろん、退院してからも、しっかり温熱自分療法を実践し、全身を温め血液の循環をよくして免疫力が向上していったことはまちがいありません。まさに「**苦難は幸福の門**」でした。

私は入院してはじめて、他のがん患者さんと接して、誰一人として、なぜ自分ががんという病気になったのか、真剣に考えている人はいませんでした。

また、自分療法なるものを持っている人も一人もいませんでした。

ほとんどの患者さんが、「どうして自分ががんになったのか、その原因がわからない」といった心配で、不安の様子でした。

むしろ私は、これまで実践研究してきた自分療法を怠けたことが、がんに出遭って教えられ、これを実践すれば免疫力がアップし、快方に向かうという希望と自信が湧いてくるようでした。

がんに出遭ったことにより、自分療法の確かさを確信することができました。

要因の四番手は、家内、子ども、孫たちによる精神的な支えでした。入れ替わり立ち替わりに見舞いに来てくれて、私が無事退院することを祈り、支援してくれたことでした。この精神的な支えは、はかり知れないものがあります。

中でも、病院食がのどを通さないというので、毎日のように家庭料理を届けてくれたことは、本当にありがたかったです。やはり家族たちの支えなくして、今の自分はありません。

最後の五番手は、私自身の養生と免疫力アップによるものと確信を抱いています。

助かるか、助からないかの最後の要点は、何といても、自分自身の養生と免疫力アップにかかっていたことは間違いありません。

養生の要点のひとつは、不安、心配、恐怖などのマイナス感情を抱かないということ。これに勝る養生はありません。

胆のう管がんが発覚して以来、自分は死ぬのではないか、という不安な思いを抱くことは、ただの一度もありませんでした。

それどころか入院中、病院の中で頼まれたカウンセリングを3組もお世話したり、退院後のビジョンを練り直したりしたものです。そして、スタッフの皆さんにFAXしたりしました。

この晴れやかな心境になり得たのも、丸山先生からいただいた「苦難は幸福の門である」という教えが、大きな信念になっていたからだ、と思わざるをえません。

免疫力アップの決め手は、感性の活性化にある

私は入院中には自分療法の「ふくらはぎもみ療法」と「温熱療法」の実践に励みました。しかし、それ以上に大切なことを発見しました。

最大の免疫力アップの秘訣は、未来に夢や希望を抱いた目標、ビジョンを描くことです。それが感動して生きる力となって感性を活性化するのは、感性が活性化すれば、体内に内在している免疫細胞が活性化するのは、

すなわち、免疫力はすべて感性の働きいかにかかっているという発見です。

この発見をした時ほど、感性の泉から湧いてくる底力を感じたことはありません。

そればかりか60兆の全細胞が、積極的な思考をもって、生きがいのある毎日を送れば遺伝子の働きがマイナスからプラスに転じて、免疫力がアップすると言われていました。このスイッチの転換のコツが感性内観法にあります。

私は、がんを発症して、入院してから退院後も、夢を抱いて、ビジョンを実現するために活動していました。このことが、大きく免疫力アップに役立っていることを、いまさらの如く感じたことはありませんでした。

マイナスの考えが入り込むスキがないくらい、未来のビジョンを描き見ることが、私のクセになっていたのかもしれない。

いまの目に見える現実を通して、見えない未来を描いて見る、その描いた未来の画像・映像の中に感性エネルギーが注がれる。その映像は現実となる。

これほど免疫力を強くすることはないと実感し、感動を強く覚えました。

つまり、「胆のう管がん」という現実を通して、いまだ目に見えない未来の快復した健康の姿を映像化して見る。健康を復元した姿を想像して見る。クッキリとした映像を見る画像の中に感性エネルギーが注がれる。その時、その映像、画像は現実となる。

といった胆のう管がんを脱却できた真実がここにあります。

これこそがマイナスのイメージからプラスのイメージへと逆転する大いなる「感性エネルギーの力」のことです。

これは遺伝子学者の村上和夫先生が解明された 60 兆の遺伝子の免疫細胞の力を融合した「感性免疫療法」につながるのではないかと感じています。

私は生死の境をさまよう体験を通して、感性の力の凄さを腹の底から実感したものです。

それは大いなる未来を生きる感性の力である「感動」が感性エネルギーを湧発し、発動してくれるということです。

これは、ギリシアの医聖ヒポクラテスが「医者は病気を治すものではなく、人間を直すものでなくてはならない。それは内在している免疫力の他にはない」という意味のことを説いています。まさしく至言です。

「自分療法」を求めて

私は、これまで自分の健康は、自分しか守れない。最後は自分の病気は自分にしか治せない。自分でいつでも、どこでも、誰でもできる自分療法というものを求め続けてきました。

単なる健康法のスキルやノウハウではなく、確かなエビデンス(科学的な実証の裏付け)に基づいたものでなければ、その価値はありません。

そんな思いから、安保徹先生の自律神経免疫理論を学び、自分療法のベースに据えたものでした。

自分療法とは

改めて、自分療法とは、自分の健康は自分で守る。自分で作った病・症状は、自分で癒し、自分で治すことを「自分療法」といいます。

病・症状の 80~90 パーセントは、生活習慣病であるといわれています。その原因のすべては、自分で自分が招き、作ったことに他なりません。

自分で作った病気は、自分で治す、この当たり前前のが、ほとんどの人には通じないのです。あまりにも他者依存の強い社会にいることを感じずにはおられません。

「人格の病」という新しい病を発見

私は 20 代前半、心身症、うつ、ノイローゼという「人格の病」に出遭い、もがき苦しみました。

薬や医術、病院に依存しないで、生き方や働き方、考え方を改善して、自分で治して脱皮した貴重な体験があります。

これを契機に 50 年、60 年間というもの、ひたすら自分療法という感動を追い求めてまいりました。いまの私は 82 歳の生涯現役です。

もともと、病の原因を作った本人が、原因となっている生き方や働き方、考え方、生活習慣などを改善して治すしかありません。

現代医術の科学万能の対症療法を、すべて否定して排除することはできませんが、多くの人々は疑問すら感じないで、依存している人が多いのではないかと思わざるをえません。

「感動して生きる力」を発動する感性内観法

人間として誰もが持って生まれた人間力、つまり自然治癒力、抵抗力、遺伝子の力、感性の底力など、内なる偉大な力をながしるにして、現代医術の対症療法のみが先行し、行き過ぎてはいないか。

ここに人間の尊厳性を忘れて、「人間を動物と同等に扱っている」という、現代医療の「盲点」があるのではないかと強く感じざるをえません。

もはや、これからは、東西の医療や民間の代替医療など、身心の統合療法の時代といわれ、未病や予防の養生生活が常識になりつつあります。

人々が「感動して生きる力」を発動して生きるほど、免疫力を強くするものではありません。病や苦難に出合ったその時こそ眠っている感性の底力を奮い起こし、自分を変革する千載一遇のチャンスです。それこそが「苦難を幸福の門」ということができます。

人生を逆転するためには、いかなる病気も苦難も諦めてはなりません。新しい未来に向けて、感動の生き方へ案内、導く。ここに感性内観法の目的があります。

「感性免疫療法」という新しい自分療法への目覚め

私が胆のう管がんとの出遭いから、早や 6 年の歳月が過ぎようとしています。最も厳しいと言われるがんから脱却できた要因は、前述したとおりです。

その中でも最大の要因となるのが、自分でしかできなかった「感性免疫療法」の目覚めではないか、と改めて深く自覚することができました。

助かるはずもない、厳しく難しい病から、どうして私が助かったのか。不思議としか思えません。「奇跡」という言葉で済ませたのでは、申し訳ないという思いです。

入院中も、退院して 6 年も過ぎようとしている今でも、私自身が驚いています。助かった証なるものを書かないと何とも後味の悪いものになりますので、一言述べさせてもらいます。

それは、がんとの出遭いのすべてを「いただきもの」として、ありがたく受け入れたことです。それが大きなポイントではないかと思えます。そこには何の疑いもありません。すべてを肯定して感謝して包摂したということです。

それと感性内観法によって、身心のストレスを解放したという事です。

それは、むしろ天罰をいただいたことで、すべて観念して、身も心も裸になれたということでもあります。命をすべて投げ出した、と言えるかも知れません。

次に「感動して生きる力」を失わなかったことです。この感動ほど免疫力を強くする「生きる力」はありません。それは、どんな時も夢と希望を抱いて、ビジョンを描いて、感動して生きるということです。

その秘訣が感性内観法と感性的生き方にあると断言してはばかりません。

ここにこそ最強の感性免疫力をアップする「源」があるということの発見です。

つまり、瑞々しい感性が湧出し、感動して生きる力を発動させ、自立することができたということです。

それこそが「感性免疫療法」ではないかと思えます。

その確立に目覚めたというのが、感動であり、天命に通じる唯一の道であるものと確信しています。

*上記の文章は、来る2017年11月発刊予定の『身心のストレス』をひとりで解放できる！感性内観法の驚異の本から抜粋したものです。

「自分療法ワークショップ」のご案内

身心健康堂では、「自分の健康は自分で守るもの」というコンセプトをもとに、皆様をサポートいたします。これを機会に、挑戦してみたいはいかがでしょうか。

□ふくらはぎマッサージ実習講座

・一部 ふくらはぎもみ療法の基礎知識

なぜふくらはぎをもむと色んな症状が改善されるのか。その原理をお話します。

・二部 自分にするふくらはぎマッサージ

自分でやるふくらはぎもみ療法をお教えます。

・三部 人にするふくらはぎマッサージ

人にやってあげるふくらはぎもみ療法をお教えます。

日時・・・第三日曜日、13時～17時

定員・・・5名（予約制）

参加料・・・お一人様 10,800円（税込）

受付・・・「身心健康堂・お茶の水」

場所・・・文京区湯島 1-2-12 ライオンズプラザ お茶の水 1306

TEL 03-5289-7780 FAX 03-5289-7781

振込先・・・三菱東京 UFJ 銀行 秋葉原支店 普通 3036043 名義（株）スカイ

※お振込みの控えをもって領収書とさせていただきます。



2014年ミリオンセラー

□温熱器のかけ方実習講座

・一部 温熱療法の基礎知識

なぜ温熱器をかけることで色んな症状が改善されるのか。その原理をお話します。

・二部 温熱器のかけ方

自分でできる温熱器のかけ方をお教えます。

日時・・・第二日曜日、13時～17時

定員・・・5名（予約制）

参加料・・・お一人様 10,800円（税込）

受付・・・同上

場所・・・同上

振込先・・・同上