

レイキの杜

no.21

特定非営利活動法人 現代レイキの会
2011年 夏号



特集

東日本大震災と祈り

その時、レイキ実践者ができること

はなく、思いやりの気持ちを持って励ましのメールなどを続けていただきたいと思います。

鎌田：東北はこれから1大スピリチュアルチームが訪れると思います。

VA：そうそう、東北の扉が開いたよね。神戸のときに「神の戸」が開いたように。

入澤：頑張っている人に頑張ってとは言えないけれど、復旧は早いのではないかなと思います。ヒーリングについてはまだ時期尚早なのかなと。

坂内：福島の場合は、他県から原発による差別、子供へのいじめや排除がひどく、避難先で3重4重の苦悩があるので、正しく理解して受け入れてほしいと思う。レイキ的には世界中のひとが原発の状況にエネルギーを送ってくれて首の皮一枚でつながっていると思うので、引き続き祈りを送ってもらいたいと思います。

石井：毎日死亡欄を見て、涙を流すのが日課になっている日々の中で、静かに被災者を見守り、祈ることも支援の一つかな、と思います。

ちも：東北の方たちの繋がりが頼もしいなと思いました。世界中が被災してしまった状態ですね。いまこそぜひ東北の交流会をやりましょうね。

石井：仙台交流会実現しましょう！

司会：皆さん、長時間ありがとうございました。



2 医学的な視点から

» 災害医学におけるレイキのポジション
くどうちあき脳神経外科クリニック院長
くどうちあき先生

今回の大震災では、被災者の方たちの精神的バランスが崩れ、恐怖におののいて、海の音を聞いただけでも「駄目だ」と緊張し、呼吸が荒くなる症状が増えています。

これは医学的には「過呼吸」と呼ばれるものです。被災したときの光景が夜な夜なフラッシュバックして、被災者の方がしくしく泣いていたと、いう報告を現場を訪れたナースからも聞いています。

このしくしく泣いて、呼吸が乱れている人の症状が「過呼吸」になっている、という事なのです。そのような方たちに、薬を使わないで精神的に落ち着かせてあげるには、肉体と精神を結び付けているものとしての「呼吸法」にあると考えられます。

そのバックグラウンドにあるのは、広く言われているように、禅の精神、例えば座禅によって呼吸を整えていくと、自律神経が落ち着き、ホルモンも出て、酸素がよく供給されるので、脳も活性化する。心臓の動きも穏やかになり、胃腸の動きも良くなります。自律



5/30に土居先生とちも会長がクリニックを訪問、クローバープロジェクトの今後の予定を話し合った

神経が整う、体調が良くなる、というように、薬を使わないで不調を「治して」いくためには、呼吸をうまく整えるということが一番大事なところであろうと思います。

「レイキヒーラー」という立場でして大上段に振りかぶるのではなく各避難所で夜眠れない方などがいたら、「さあ、集まろうよ、呼吸を整えれば医学的にはこんなにいいことがあるよ、背中を伸ばし、お腹に力をいれて」などというように、呼吸を整えてみんなで元気を出す集まり、ラジオ体操ではないけれど、毎夕、自然な形の集まりが作られる、という事が、一番医学と直結した、レイキの形のひとつでいいのではないかと思いますね。

この震災を境に各分野の臨床医師たちが、トラウマに対してどのような対処をしたらそれぞれの専門の症状が良くなるか、を研究しています。

例えば糖尿病の方が大津波でおびえて血糖値が上がってしまった。それを投薬で下げるのか、いやカウンセリングをしてみたら下がった、ヨーガをしたら下がった、どの方法が一番効果があるかを調べて治療する、これを災害医学といいます。

レイキをすると血糖値が下がった、などというデータがとれれば一番いいですけど、臨床症状的に手が震えていた人や呼吸が荒かった人が、施術の後に手の色が良くなった、顔色が良くなったという、皆さんの活動記録

を客観的評価として残すことが理想的ですね。災害医学の一部にレイキが参画できるようなポジションを得て、光を放てるような貢献が出来るようになるといいですね。

現実的には呼吸法を整えるだけで、こういうふうに戻せる、ということを示してあげる事が出来るでしょう。(談)