

## (5) 治療

治療は対話。患者さんの体と、術者の体のコミュニケーション。

### ① 心と体を弛めるのが、治療の基本

患者さんの心と体を弛めることが、治療の基本。リラックスすれば、自然治癒力は増す。違和感を感じさせないで患者さんの体に触れられることが、最初の課題。違和感を感じれば、体は硬くなり、ツボが消えにくくなる。

欲張ると心と体は硬くなるので、少しずつ動かす。こちらが硬くなれば相手も固まる。自分の心と体を弛めることを心掛ける。操体などの自己養生を身に付けるとよい。迷ったら、体が気持ち良いと感じる方を選ぶ習慣を付けるのもよい。人を緊張させやすい人は向いていないので、普段から気を付ける。術者の心もボツとしている位の方が治療効果が出やすい。

### ② 感受性に合わせる

刺法の強さや種類は、患者さんの体がどう感じているかで決める（術者が感じていることで決めない）。感じてもらわなければ効かないし、痛くしたら体は硬くなってしまう。硬くなると、鍼した所は弛んでも、体全体の歪みは増える。今の東京では、接触鍼で十分な人も多い。

患者さんの言葉と体は、一致しないことも多い。言葉と感覚が一致しないから病気になりやすいと言えるので、それで心を乱さない。

痛い一歩手前か、感じるか感じないか、その二つが良く効く。その間は、余り効かない。この辺りが難しい所。

### ③ 呼吸の深さが目安になる

効いていれば呼吸が深くなるので、目安になる。この呼吸は、鍼に限らず、灸でも指圧でも操体でも同じ。分かることが大切。

元気な子供が、たまにカゼを引いたり、頭が痛いと言って寝ているときの呼吸も同じ。多分、自己免疫機能が活性化しているときに共通の呼吸なのだろう。

常に患者さんの体を眺め、自分が利用できる目安を増やす。瞬き、腹の鳴動、ツボ近くの温まり方、指先の震えなど。

### ④ リアルタイム・コミュニケーション

患者さんの状態を丁寧に観る。患者さんの体に描いてある通りに治療できるように、自分の感覚（勘）を磨いていく。

患者さんの体の何処に歪みや使いがあるか。何故できたか。動かすと、どうなるか。患者さんの体の望んでいることを把握する。

刺鍼中も刻々と変わる、患者さんの体の望みが分かるように勘を磨き、その望み通りに、即時に手の内を変えて刺せるように術を養う。

治療前後の表情を比べ、良くなっているかを観る。症状が残っていても、表情が、すっきり、晴れ晴れとしていれば良い。

逆は、要注意。痛みが消えても表情が暗いときは、予後が悪い。また、精神症状を伴うことも多い。

精神症状を伴うときの治療は、焦らないことが肝心。心を鎮める鍼灸を併用しながら、じっくり話を聞くことが効果を上げることが多い。が、時間が掛かる。

### ⑤ 養生の指導

長患いは、クセの病。良い習慣は、鍼より力（ちから）大。だから、養生の指導も大切。

息食動想の自然則を伝える。心身を弛めることと養生法指導が矛盾しないようバランスに気を付ける。伝え方によっては、患者さんの心と体を硬くし、逆効果になることもある。

気持ちの悪いことを無理に習慣にすると、体の歪みは増す。苦行の果てに身に付けた思想や技術は、人を虐めるためにしか使われないことが多い（=おしん症候群）。

気持ちの良い養生を工夫し、伝えていく。

### ⑥ 相性

施術者と治療法と患者さん、この三つの相性が、それぞれ良ければ、それだけで自然治癒力は増すようだ。

そのため、患者さんとの相性が良いことが重要。が、来る人の60%に満足してもらえないと、身を立てることは難しい。そのためには、手の内にある程度の幅が必要。

ただし、深さが必要なレベルを超えていなければ、プロにはなれない。