

## 大和整体の定義

（これまで参加頂いた方々に）

これまで二十年以上の長きにわたり、大和整体の勉強会を行ってきました。その中身とは、私が師である堀江先生に教わった基礎的な内容を元に、私なりの解釈を加えたもので成立しています。これについて、私の中には明確な境界ありきとして区分をしているのですが、それは恐らく勉強会に参加されている皆さんには伝わりにくい部分なので、二十年以上を経て「私なりの大和整体」が定まったこの時期に、改めて明瞭にすべきだと考えました。

大和整体には他療法では当然である「決められた治し方」といったものは存在しません。これは「個の特異性」という考え方が、画一的な施術法を嫌うためです。同じ症状でもヒトによってその中身は異なり、また何をすれば良いかも施術者ごとに異なります。そのため、私自身が指導できる大和整体というのも、私自身の個の特異性を前提としたものとなります。しかし、そうした中でも、私なりに「誰もが納得しやすい汎用性の高い部分」と、「私の個性が強く反映された部分」があります。これらを勉強会では必要に応じて絡めるように取り扱ってきました。

その中身というのは、私自身が大和整体を行ってきた過程で、自分自身の体が大きく変化し、「これが大和整体のひとつの答え」と最初に感じるに至るまでの経緯、その中身です（「点」の感覚を前提とした液体感覚）。大和整体では施術の熟達と共に体への理解が深まり、それが自分自身に反映されることで自身の体も整う、ということの「ひとつの証明」です。そこまでの内容を、私が「大和整体で指導すべき内容」と定義し、指導を重ねてきたわけです。

ただし、同じ指導を行ったからといって、勉強会に参加して頂く皆さんが必ずしも同じ変化を経験するわけではありません。元々が「感覚的な療法」ですので、勉強会の中だけでそうした感覚を正しく共有するのは難しいものです。そこを「勉強会による指導の限界」と割り切ってしまうえば問題ないわけですが、個人的にはその過程に若干の違いが生じても、同じ結果を経験、もしくは理解して欲しいと考えたことから、結果的に多くの「私の個性が強く反映された部分」を勉強会に盛り込むこととなったわけです。

その上で、近年に私が更なる選択肢として選んだのが「感覚的な要素に理論的な裏付けをする」ということです。大和整体を通じて見る理想の身体観というのは、他にも武術の達人などに代表される多くの「古典的な身体観」と酷似しているものの、理論的な裏付けが皆無であり、私はその答えを「古生物学」などに求めました。ただしこれには「私個人の解釈」という面が多分に含まれます。明確な理論の裏付けは、それまでの技術の幅を大きく広げるものとなり、私個人の治療観にとっては大きな躍進と言えるものの、これを「大和整体」と同一とみなしては、本来の大和整体の形を崩しかねません。この理論的な裏付けを背景に私が大和整体において膨らませた部分は、大元の大和整体とは一線を引いて然るべきものです。

ここまでの内容を整理すると、大和整体の基本は先の「誰もが納得しやすい汎用性の高い部分」、それを補うものとして「私の個性が強く反映された部分」が共存していることとなります。ここに明確な線引きを行い、大和整体を行うヒトの共通認識として前者の部分を、その応用例・参考として後者の部分があるのだということを、明確に言語化することで、こうした区分を勉強会に参加される皆さんの共通認識としていきたいと思えます。

現実的には、勉強会に参加される皆さんの目的が「治すための術」である以上、「基本ばかり」では片手落ちです。そこに私の個が反映されたものであっても、日常の施術で役立つ「使い易い施術技法（テクニック）」を盛り込むことは自然な流れだと思えます。ただ最終的には基礎を習熟することで「各人がそうした技法を生み出す」ことが理想であり、技法はそこまでの繋ぎ、もしくはそのための参考例としての意味合いに私が捉えていることをご理解ください。

これは、大和全体の「基本」の段階に、それだけの厚みがあるということでもあります。ただ私自身、長く基礎ばかり指導しているとさすが慣れも生じまじ、あまり厳密に基礎に拘ることも「私の偏った考えではないか」と思われ、近年は基礎を軽視する傾向にあったと思います。それを踏まえての線引きであり、これまでの資料を整理することで最終的な「大和全体の基本」を設け、その内容が勉強会に参加して頂く方々全員の共通認識となるよう、勉強会のあり方を一新していくつもりでおります。その上で、基本の部分を通常の「大和整体勉強会」とし、私の個の特異性が強く反映された部分をこれまでの「上級勉強会」の時間に割り当てることとします（ここまでの説明上、「上級」という表現は適切ではないので以後は「応用勉強会」と改めます）。加えて、こうした区分を明確にするために、今後は前者に関する一切の資料を従来の「縦書き」とし、後者に関する一切の資料は「横書き」としていきます。

こうした区分は二〇一九年度（四月）より実施し、各月の定期勉強会ではより純粋な「大和整体」としての内容を徹底して伝えるものとし、「上級」あらため「応用」では、参加者各人の体の変化に必要な内容を、純粋な大和全体の範疇に拘らず出していききたいと思います。当然、「応用」の勉強会ではその境界が

曖昧になってしまうことが多々あると思いますが、そこは各人で判断して頂くことも皆さんの先々に重要な意義を持つと思えますので、分からない点についてはその都度ご質問下さい。

ただし、すべての目的は長年勉強会に参加して頂いている先生方の体に、大和整体を通じて私が経験した「体の変化」を引き起こすことにあります。本来は基本の指導だけでそこへ至ることが理想なのですが、その不足を補うための「応用」を設けることで、その可能性を高めたいという考えです。基本的な要綱を理解・習得し、その結果として必要な体の変化を手に入れることができ、恐らくそこに、私個人の中に限ったものではない、大和全体の明確なひとつの「答え」があるのだと思います。

また、私個人は大和整体を行うことに大きな拘りを持っていきますが、それを参加者の皆さんに強要するつもりはありません。ここで取り上げた「変化」を経験することは、皆さんがこの先、どういう道へ進もうと大きな宝となるものだと思いますし、私自身、その変化に行き着くためのひとつの方法として、大和整体という場があるのだと捉えています。ここまで、以後の大和整体のあり方についての私の考えを大雑把に書き連ねてきましたが、その中身により実感して頂くために、この後に追記として、私が経験してきた大和整体の変遷を簡単に整理しておくことにします。

## 大和整体の原型 〔個人の経験を踏まえて〕

### その壺

私にとって、大和整体の規範をなすものは「体自身に治させる」という施術観と、それを実践するための方法論、「面・尖・側・移」といった体に対する刺激方式等であると考えます。この二つは双方が密接に結びつくことに意味があり、単体では十分に機能しませんし、大和整体ともなりえません。それは、治させるために必要なは体というものに対する深い理解であり、それを理解するための術が大和整体の刺激方式であるためです。これについて、私の経験を基に説明することで、ここで改めて「大和整体の原型」についての定義を示していきたいと思えます。

刺激形式である按法ハ療（面・尖・側・移という刺激形態にそれぞれ連続・断続の二種を区分する）を正しく扱うために必須となるのは「全身を均一に動かす」ことです。全身の各部を等価に感覚し、扱うことで正しい按法ハ療が成立します。恐らくこれは、昔のヒトにはなんら特別なことではなかったと思うのですが、多くの現代人にとっては異質な感覚であり、「全身を均一に動かす」ということ自体が按法ハ療を行う上での大きな障害となってしまうます。私自身、最初は全然できていませんでした。ただ、ちょうどその頃に私が琉球空手を習っており、その動きが大和整体の「全身を均一に動かす」ことへの理解に大いに役立ちました。師が長年をかけて培ってきた体の使い方を、一定の「型」に整理することで実践することができたわけです。その結果として、師の体の使い方にはとても及ばないまでも、何とか按法ハ療が使えるようになったとは思いますが。そこから先はしばらく「按法ハ療の深み」を繰り返し実感するばかりで、「手指の刺激だけでこれだけのことができるのか」と、手技療法に対する世界観が日に日に広がっていったのを覚えています。

按法ハ療の優れた点は、体に対して「与えたい変化」、それに必要な刺激を施術者が選択的に加えることができることです。不慣れた施術者でも、対象を局部に限定すれば、その局部に対してどういう刺激を加えればどういう変化を起させるか、それを事前に分かった上で施術を行えます。加えて、一般的な手技ではそこに施術者の意図しない「余計な刺激」という要素が多分に加わってしまうものですが、これを厳密に排して「純粋な刺激」とすることが出来ます。無駄のない純粋な刺激が可能とするのは「施術者が必要とするだけの変化」です。多くの施術者は施術に「大きな効果」を望むものですが、大和整体では「必要最小限の刺激で必要な効果だけを引き起こす」ことが重要な意味を持ちます。「正しく制御できない大技より正しく制御された小技」といったところでしょう。うか。そしてこれこそが、体自身に治させるための「体の深い理解」に繋がるものです。

施術者が「体にある変化を引き起こしたい」という場合、「正しい変化が起らない」が間違いであるのは当然として、「必要以上の変化が起こる」というのも間違いです。正しい変化とは、いまの体の状態を正しく把握し、それに応じて正しい刺激を行った結果によって生じるものです。そこに違いが生じるとすれば、体の状態を読み違えたか、刺激が正しくなかったこととなります。予想以上の変化が生じ、結果として愁訴や疾病が劇的に改善したとしても、それはそれで喜ぶべきことですが、そうした「予想外の変化」が逆方向にも起こり得ると考えれば、やはり「間違い」が生じたと考えるべきです。そうした読み違いを起ささないためには、必要な変化だけを引き起こす「純粋な刺激」が必須

であり、この純粹な刺激を元に施術を行うことで体への理解が深まるわけです。現状の体を正しく認識することや、どういう刺激によってどういう変化が起るか、また体にどういう変化が必要かといった、後々の施術に重要となる本當の意味での「体の理解」が深まるのです。

こうした感覚で行う施術の基本は、「体が正しく機能するための障害になっ  
ているものの排除」を基本路線とします。体自身に治させるために、体自身が治  
すための“邪魔者”を消し去るといふ補助的な役割です。分かりやすいのは「局  
部的な強い緊張」などで、体のある部位に生じている強い緊張が、全身の正し  
い機能を阻害している場合、これを消し去ることで体は正しく機能し「治る」  
こととなります。ただしこの「消し去る」というのが厄介です。どんな緊張に  
も理由や必然性といった“事情”があるわけで、簡単に消え去るものでも、ま  
た簡単に消し去っていいものでもありません。これを理解・判別するにはやは  
り「体の理解」が必須であり、それには多くの経験が必要なのですが、それ  
とは別に「緊張を消し去るための技術」も必要であり、按法ハ療はこれに特化  
した刺激形式であるともいえます。

多くのヒトが当たり前に行う「触れる」という行為。そこに多くの条件付け  
を設けて、触れるということを手技として厳密に定義する。そしてこの触れる  
ということは腕や手指によって成立することではなく、あくまで全身の動きが  
反映された結果として「体と体が触れる」という自然な形が成立します。そし  
て、この「触れる」に按法ハ療という明確な形が存在することで、触れるとい  
う体との関わりに常に明確な目的が生じ、それに応じた明確な反応が生じるわ  
けです。重要なのはそれが施術に関する手技一切に反映されるということ、  
そこに「無駄または曖昧な触れ方」は存在しません。これは施術で体に触れよ

うとする時点で按法ハ療に沿った手の形が事前に定まり、その手の形に合わせ  
て施術者の体も定まってしまうためです（手指と体がどのように訓練される）。  
その結果として、施術では常に体との明確な関係性が生み出され続け、そこに  
「体との対話」という要素が自然に生じることとなります。

こうした施術による経験の積み重ねは、体への理解を深めると同時に、体自  
身が行う諸々の反応を尊重しようという態度にも繋がっていきます。ヒトが大  
して知りもしない他人に対しては偉そうにモノを言っても、深く知り合っ  
てしまふとそのヒトを尊重した上での言葉しか言えなくなるのと同じです。以前な  
ら「体を治すためにとにかく劇的な変化を」と思っていたのが、「どう変わるの  
がこの体にはいいのだろう」と、体自身のあり方を尊重するようになるわけ  
です。これが「体自身に治させる」の原点であり、理解しているからこそ出来る  
ことも限られるというジレンマに陥るわけです。普通なら施術の技術が高まれ  
ば選択肢は増えるのですが、「治させる」という視点に移れば移るほど、選択  
肢はより狭くなっていきます。そして大和整体とはこうした感覚を前提として  
成立する療法であり、それこそが多くの他療法と一線を画す所以だと思っ  
ています。

## その次

指導のうえで、大和整体の厄介な処は「個の特異性」を認めている点にあります。これは簡単にいうと「ヒトは皆それぞれ違うのだから同じ方法に拘らな  
い」ということで、それは患者さんにも施術者にも共通です。私自身、師に幾  
つか「こんなやり方もあるよ」と教わりはしたものの、他療法では一般的な「こ  
ういう場合にはこうやる」といった決まった方法論がないのです。同じ症状で  
あっても中身の事情はヒトそれぞれで異なり、また同じヒトでもその瞬間瞬間  
によって必要なことは異なり、また誰が施術するかによって互いの関係性〓施  
術の内容も変化する。そして施術者もヒトそれぞれで違うのだから、やり方自  
体もヒトそれぞれで構わない。施術における「型」がほぼ存在しないのですか  
ら、自分なりに模索を繰り返し、それを師に「合ってますか？」と聞くしか  
ないわけです。私が何か具体的な方法論や回答を望むたびに、師の回答は「…そ  
れは掌（タナゴコロ）だから口では伝えられないんだよ」というお決まりの台  
詞です。ただ、そうした中でも暗黙のうちに、「これが大和整体」という感覚的  
な基盤は明確になっていきました。

師は、どんな体に対しても「体は何をどうすればこうなる」といったことが  
分かっているようでした。そして必要な刺激を正確無比に加えることもできま  
した。私が印象的だったのは、そこに「劇的な変化を与える刺激」など一切な  
く、誰でもできそうな「普通の刺激（手技）」を、体の数力所に行うことで結果  
的に驚くような効果に繋がったことです。すごいと感じるような刺激を受けたわ  
けでもないのに、終わるとそれまでの辛さが嘘のように軽くなっているのです。  
それを私はまだ未熟なりに「体のことを分かっているとはこういうことか」と  
実感しました。施術を通じて「当たり前前」のことを当たり前前にやっているだけ

（特別なことは必要ない）と言われているかのようでした。「技術ではなく理  
解」。それが、私が師に近づくために必要だと感じたことであり、それ以降は按  
法ハ療を「体を治すための術」ではなく「体を理解するための術」として用い  
るようになりました。

按法ハ療の刺激形式はいるんなことに応用が効くのですが、初心者にとつて  
は「どんな対象にも手指で直接触れることができる」というのが一番の魅力で  
す。按法ハ療は「体のどんな部位（深部）であつても直接的または間接的に刺  
激を加えることができる」という手技ですが、その長所は「直接的」という点  
にあります。通常なら触れることができない体の深部を直接触れ、感じ、刺激  
を加えることができるということは、施術における可能性を大きく広げてくれ  
ます。通常、体の深部の機能というのは解剖学や生理学を通じてのイメージで  
理解するしかできないものですが、それを実際に手指で触れ、感じることで  
きるわけです。その結果として、自分の経験・実感を元にした解剖学・生理学  
が培われていくわけです。

最初は、多くの療法でもそう考えるように、施術の基本となるのは「不要な  
緊張の解消」です。ただしそれが難しいのは周知の通りで、背景の事情を無視  
してただ無闇に解消しても意味はありません。本来、体のどんな緊張も、それ  
は全身とのバランスの中で成立しており、ある緊張だけを切り取って個別の問  
題と考えることはできません。これは「部分と全体」に通じる話で、体のどこ  
かが正しいとすれば、それは全身が正しいと同義ということ、ある部位の緊  
張が消え去るとすれば、それは全身が正しく整った結果でしかないわけです。  
こうした観点からすれば、ある部位の緊張から全身すべてを整えてしまうなど  
は、平均的な施術者からすれば「夢物語」なわけで現実的ではありません。そ

の課題にぶつかつた時、私が選んだのは按法ハ療を利用して「局部の緊張を消し去る」というものです。体のある部位の機能を全身から切り離すことが可能であれば、全身の影響を受けることなくその部位の機能だけを整えることが可能です。そして按法ハ療はそうした施術にも適しています。

体はさまざまな器官・組織が正しい機能的な繋がりを保つことで正常に機能するようにできていますから、基本的な大和全体の施術観は「連携」にあります。しかし「繋ぐ」ということを自在に扱うためには、必要に応じて逆の「断つ」という要素も重要です。これは系が複雑に絡んでしまい解けない場合と同じで、切ることで絡みを解き、また繋げるといったことも可能となるわけです。体の機能が一定以上に複雑化している場合、「断つ」ことでその機能を整えやすくなるわけです。「断つ」「繋ぐ」という双方の選択肢を持つことは、施術の幅を飛躍的に広げてくれます。そしてこの「断つ」ということは、既存の体のバランスを「壊す」ということにも繋がっていきます。複雑化しすぎたものは一旦壊して、改めて整えていくといった考え方です。

「断つ」という方法にもいろいろありますが、私が主に用いたのは、ある期間・組織の機能を周囲から断ち、一時的に独立した機能とさせることです。そうすることで、本来なら周囲の関係性のために大きく変化させることが難しい対象にも、大きな変化を引き起こすことができますし、その局部の機能を一定以上に整え、全身の中の「例外的な安定状態」とすることも可能です。こうした施術は、本来なら全身の影響を受けた状態でしか触れ・感じることでしかないものに対して、そうした影響の少ない対象組織の「単独の機能」を観察することを可能とします。またそれを全身と繋げる過程では、その局部の状態が全身にどういった変化を引き起こすのかも観察できます。全身のあらゆる器

官・組織にこうした施術を行うことは、体を構成するあらゆる部品がどう全身の機能と関わっているのかを教えてくれるもので、体の理解に大いに役立ちます。

またこれを応用すれば、全身の機能を最も損なっている「問題の局部」を切り離し、その部位の機能を安定状態とした上で、改めて全身と繋げることも可能です。いわば体の機能にとっての一番の「マイナス部分」を「プラス部分」に転化させるようなもので、これによって全身の機能を劇的に変化させることも可能です。こうした施術は、その扱いに長けるまでは実験的な要素が強くなってしまう、先の「体自身に治させる」という主旨とは若干外れてしまうのですが、最終的に「体を理解する」ために必要な工程と言えます。こうした施術は「全身の機能を等価とする」ためには非常に有効であり、誰しもが潜在的に抱えている「頭と体の分離感」という厄介な問題の解消にも大きく役立ちます。

大和全体の施術の基本形は、身体内部の機能的な繋がりを正しい状態へと戻すこと。II「連携の回復」にあります。その既存のバランスの誤りが著しい場合、一度その既存のバランスを崩させばならないこともあります。そしてその中でこそ見えてくる「体の仕組み」もありません（機械の仕組みを理解するのに分解が適するように）。他療法ではまず選択することのない「壊す」という選択肢を、それを可能にする按法ハ療を用いて実践することは、大和全体が持つひとつの大きな特異性なのだと思います。

## その参

按法八療が可能とするのは、施術の対象をごく小さなものへと絞っていくことです。それは、もともとがミリ単位での正確な施術を旨とすることに加えて、先に説明したような施術の性質上、手技を重ねていくごとにその対象が小さくなっていくためです。その対象を分かりやすく「体の不要な緊張」とするならば、どんな強い大きな緊張であっても、そこに「断つ」という選択肢を加えることでその緊張を解消する、もしくは消し去ることが可能となります。そうなる下次の対象はより小さな緊張となるわけで、これを繰り返していくことで対象はどんどん小さなものとなっていきます。

こうした「小さな緊張」が体の機能の面で重要な意味を持つというのは考えにくいかもしれませんが、しかし体に限らず、あらゆる問題というのは最初に起こる「ほんの僅かな変化」から始まり、それが次第に大きくなった結果です。体の異常もこうした「きっかけ」から始まるとするならば、その起点を体に残している限りは、施術におけるどんな体の変化も常に「再発」の可能性を孕んでいることとなります。そして、この「起点」となる緊張は、一般的な「強い運動器の緊張」などとは異なり、「運動器の一部に残る僅かな繊維の緊張」などとなります。そして、こうした対象を多く扱うようになること、そうした緊張の背景に「内臓機能の問題」が強く関わっていることに気づきやすくなります。

ここまでの施術の基本的な対象は、多くの療法と同じく「運動器」としてきました。「運動器＝体壁系」との対をなす「内臓系」を軽視するわけではないのですが、扱いやすく、またその変化も分かりやすい運動器に対して、多くの人に

とつての「内臓系」というのは実感が乏しく、扱いの難しい対象です。その大きな理由が運動器＝交感神経、内臓系＝副交感神経というそれぞれが機能する背景の違いで、通常は運動器の強い緊張によって、内臓系の弱い働きは覆い隠されてしまうからです。しかし多くの緊張を消し去るここまでの施術により、運動器に生じている緊張が一定以上に低下すると、両者の差は大きなものではなくなくなってきます。つまり両者の活動に生じていた大きな差がなくなり、両者の活動を似通ったものと感じやすくなるわけです。その結果として、小さくなった施術の対象が、実際は近隣の内臓系の影響を大きく受けていることが実感しやすくなります。

内臓系を扱うにあたって重要なのは、明確な目的意識です。ただ内臓が硬いといつて、それを柔らかくしようとするのは子供じみた発想です。内臓の問題は必ず関連する運動器に反映されているので、まずはその情報を運動器から読み取ることができれば、対象の臓器にどういった変化が必要かも分かります。そして実際の内臓系への施術が、運動器に正しく反映されれば、それが正しい判断・施術であったと確認ができるわけです。ただし「運動器への施術」が、全ての運動器を一括りに扱うことができないように、内臓系を扱うにも相應の区分や段階が必要となります。また内臓系を扱うには相應に繊細な手指の感覚と動きが必要であり、不慣れな者が不用意に内臓を触れようとするだけで、内臓の生理反応は大きく低下します。よって内臓系に対して、不慣れな施術者が最初に扱うことのできる対象は、内臓そのものではなくその「境界」です。

この境界というのは各臓器を包む膜と膜の間（隙間）です。内臓の扱いに不慣れであっても、ここまでの施術に至っている施術者であれば、全身を均一に動かしつつ、相應に柔らかい触れ方ができるようになっている筈なので、臓器

そのものはまだ扱うことができなくても、それを包む「膜」であれば十分な対象となります。ここでは膜と膜の隙間を「各臓器の動きの世界」と捉え、これを「運動器の関節」と同じように捉えます。この隙間に体液が正しく循環し、隣り合う臓器が互いに干渉することなく自由に動ける環境を回復させることで、結果的に内臓系の正常な働きを回復させるわけです。とはいえ、内臓が扱いは難しい対象であることに変わりはなく、それを可能とするのが按法、療の「側」を主体とする施術です。運動器側に残る問題を、特定の臓器の「物理的な動き」の回復によって間接的に解消していきます。

多くの施術者は、臓器そのものを扱わず、それを包む「膜」のみへの施術でできることは限られると考える筈です。しかしこれは「各臓器を包む膜組織の張力の均一化」にまで応用することが可能です。臓器を包む膜組織の均一化は、内部の生理反応を活性化、かつ安定させるので、臓器内部を直接扱うことなく内臓系の機能を大きく整えることが可能となります。そしてその変化は必ず運動器にも強く反映されるので、どのような内臓系の問題がどのように運動器に影響し、どのような運動器の問題がどのように内臓系に影響するといった、双方の関係性を実感する入り口となります。ここでそれまでは施術の対象として分離されていた運動器（体壁系）と内臓系の問題を、ようやく同一視して捉えることができるようになるわけです。

ただ実際には、このことは施術に大きな混乱を招きます。それまで「運動器の問題」として捉えていたものが、内臓系の動きと分けて考えることができないうものとなり、体に対する価値観が大きく変わってしまうためです。その結果として、それまで当たり前のように扱っていた運動器を、それまでと同じように扱うことはできなくなり、これまでの全ての施術を見直さなければいけなく

なるわけです。加えて、運動器への施術より、より簡単に大きな変化を得られる内臓系への施術。その実感は大きく、この時期は「内臓系を整えればどんな体の不調も治ってしまうのではないか？」と錯覚してしまうほどなので、内臓系を整えることで得られる全身への影響を、豊富に経験できる貴重な時期となります。

また、内臓系を扱うことの利点には、「施術における三次元の感覚」が手に入りやすい点があります。一般的なヒトの感覚は二次元の平面です。これは私たちの生活が地面という二次元的な世界を前提としているためです。これは比較対象を「空中や水中でスポーツを行うヒトの感覚」とすれば分かりやすいと思います。これは施術にも反映されるので、運動器を扱う際は二次元の感覚でもそれほど大きな問題は生じないのですが、対象が内臓系（特に腹部）になると、そこに「深さ」「三次元的な曲線」といった要素が多くなり、二次元の感覚ではできることが限られてしまいます。内臓系は運動器と違い、二次元的・直線的な刺激を嫌うので、内臓系にストレスを与えないよう触れるためには、三次元的な施術の動きが必須となります。

実際には内臓系に限らず、体そのものが三次元で機能しているので、内臓系でそうした感覚を手に入れることができれば、それは運動器へも応用が可能です。結果として全身に対して三次元的な施術を行うことが可能となりますし、それは施術者自身の身体感覚にも深く反映されていきます。

## その肆

大和整体の施術の出発点は、按法ハ療を前提に「全身を均一に動かすことで正確性の高い施術を行う」です。そのため、最初は「全身を均一に固める」ことでこれを可能とします。多くの療法が重視する「全身を（均一に）緩める」というのは主観的な感覚であり、「正しく行っているつもり」に陥りやすいものです。こうした主観による誤りが介在する限りは、どんなに長年行ってもそれが正しい結果に繋がるとは限りません。しかし「全身を均一に固める」ならば、その正否を客観的に評価する方法が多いため、その正否は誰しも正しく判断することができません。目的は「全身を均一に使う」ことであり、最初は固めることでそれを正しく実践する。あとは経験を積むことで、次第に固めることなく全身を均一に使えるようになっていけばいいわけです。

これまでの施術を経験した時点で、施術の対象はより小さくなり、施術における体壁系組織と内臓系組織の明確な境界もなくなりました。こうした施術の成果が自身の体にも反映されていれば、体を固めることなく均一に使うことができ、その応用として、一定の客観性を維持しつつ内臓も含めた「全身を均等に緩める」ことも可能となってきました。そうした体では、体壁系と内臓系の境界がないことで両者が混ざり合い、体の内部に強い動き⇨流動性を感じやすくなります。そこで今度は体の「動き」のみに焦点をうまく合わせると「全身の全てが動いている（どこも止めていない）」という状態を作ることができます。体の動きに正確性を求める場合の制御された動きとは真逆の状態です。

これまでの「体を制御する」という使い方は、本来であれば「局所的な強い緊張⇨支点」に頼ることで生じがちな体の動きを、全身の筋肉の張力を均一化

させることで「支点に頼らず正しく体を制御する」というものでした。これは“立禅”などと同じ仕組みなので、支点という「正しい体液循環にとっての障害」を排除する意味合いが強く、施術の最中における全身の体液循環の流動性を促進させます。この訓練で「流れる」ということが日常的になると、「流れない」部位に気づきやすくなるので、意図的にそうした滞りを「流す」ことも可能となります。その結果として「全身の全てが動いている（どこも止まっていない）」という状態が成立するわけです。

これは支点⇨緊張の原因となる交感神経の活動が、一定以上に抑制された結果として生じるので、運動器に限った感覚ではなく、そこに内臓の動き⇨流れも含まれます。ただしこうした状態は、自身が「止めないように意識し続ける」ことで成立しているので、いわば「不安定な体」です。もちろん体をそれまでのように正確に動かすことは叶いません。しかしこうした状態の体に起こっていることは、通常の体が「体壁系>内臓系」という関係性であるとすれば、それが「内臓系>体壁系」となる機能の逆転です。つまり内臓機能を優先した状態で全身が機能しているということ、その結果として体壁系優位の感覚の中では不可能な「柔らかい体の動き」や「柔らかい触れ方（刺激）」が可能となります。

こうした体で施術を行うと、相手の体の反応はそれまでと大きく異なります。簡単には、緊張の強い部位を手指で触れるだけで、その緊張は解けていきます。施術者の全身が流動的で、どこも止まっていない状態であれば、その手が触れると対象の緊張はその状態を維持できずに崩れていくのです。これは施術者の体が「緊張による支点がない状態」になっているため、受け手側の緊張⇨支点も崩れてしまうという作用です。そもそも、施術者の体に明確な支点があると、

受け手の体にある緊張 $\parallel$ 支点も安定を保ちやすくなります。これまでの按法ハ療ではこれを避けるために全身の動きを均一にし、支点を「隠す」ことで互いの体の支点同士で安定が生じないようにしてきました。しかし、こうした体ではそもそも支点自体が存在しないので、それまでと全く異なる反応となるわけです。厳密には施術者の体に「支点がない」というわけではないのですが、体に僅かに残る支点も、それ自体が流動的に動くようになることで、支点本来の作用が失われている状態となります。

これは按法ハ療を行うために必要な「均一に動く体」の理想形、そのひとつの終着点であり、出発点です。全身が均一に動くためには、頭部と体、運動器と内臓が等しく循環・機能している必要があるのですが、それを自身の体をもって実践することです。「体のどこも止めない」という意識は必要なものの、その状態に入れるという点では「終着点」であり、それを自然に維持し、使いこなすことができないという点では「出発点」というわけです。こうした体の状態は本来なら、「自然にやすんでいる」という時に、誰もが当たり前前に行っているべき感覚です。昔は多くのヒトがこうした感覚を持っていたと思いますが、現代人にとってはある種の訓練が必要となるわけで、ここではそれが按法ハ療に必要な体の使い方になるわけです。

こうした体から行なわれる施術の欠点は、それまで重要であった「制御」という要素が著しく欠如してしまう点です。どんなヒトでも「なにか」を行うおうとする時は、そこに必要な緊張のために体のどこかが止まってしまうものです。いくら訓練した結果とはいえ、「体の内部が全て均等に動いている状態」を作り出し、維持するには相應の集中力や労力が必要で、こうした状態では「自身の状態を保つ」ことが施術に優先してしまいます。言葉にすれば、ここでの

施術では「体の内部を均等に動かしつつ同時に外側の動きも行う」という複雑なことが要求されるわけです。それまで関節などを指標として「正確な動き」を行っていたのが、その関節すら流動的に揺らぎ続ける対象となってしまうので、そこでできる動きというのも大きく限られてしまいます。そこで意識すべきことは「使い分け」です。

こうした体の状態を経験することで、「体のどこかが止まっている固い使い方」と「体のどこも止まっていない柔らかい使い方」の双方が手に入ったことなるわけですが、ここでの両者は分断した異質なものではありません。按法ハ療により、固い使い方を徐々に柔らかい使い方へと移行させた結果なので、基本となる身体感覚が同じである以上、双方が二極化せず、中間を含む全て自在に扱うことが可能となるわけです。本来は二極化しやすい「固い使い方」と「柔らかい使い方」の双方を、同じ身体感覚の中で用い、その中間も自在に扱えるということは、施術における手技の可能性を飛躍的に広げてくれます。

そして、この段階で手に入るのは「浸透」の感覚です。均一な緩みによって、それまでの「反発（弾く）」とは全く逆の感覚が手に入ることとなり、そこで「体の中に入る」「体の中に入らない」を自在に使い分けることが可能となるわけです。もちろんこの段階に至らずとも「浸透」の感覚による施術は可能ですが、それは厳密には正しいとはいえない不十分な浸透であり、そうした手技は施術における「濁り」を生じさせます。全身を均等に固めることによって起こる、正しい「反発」という感覚、また全身を均等に流動的とすることで得られる正しい「浸透」という感覚。この双方を手にするので、そこに正しい使い分けと、中間を自在に扱える柔軟性が生まれてくれるわけです。

## 閑話休題 〱 按法ハ療という表現方法

ここまで説明してきた内容は、恐らく「按法ハ療という体との関わり方」を厳密に行い続けられれば、誰もが同じように経験するものだと思います。例えば按法ハ療には「面・尖・側」という刺激の形がありますが、どんな手技も全身を均一に使いつつ行う以上、面を行う時は全身が面に合った形・動きに、尖を行う時には全身が尖に合った形・動きとなるわけです。最初はそれが「尖が混じった面」などという曖昧な刺激になつてはいけません（応用としては有り）。普通のヒトが体を触れる際には、こうした「刺激の形における曖昧さ」が生じてしまうのですが、これを徹底して排することで「純化された刺激」が成立する、これが按法ハ療の根幹です。

これは受け手の体にとってみれば、受ける刺激が濁りのない純化したものであれば、当然そこに起こる反応も濁りのない純化した反応となります。曖昧な刺激には曖昧な反応が、はっきりとした刺激にははっきりとした反応が返ってくるわけです。そして体の反応は、それが純化していればいるほど、施術者にとってその意味を読み取りやすいものとなります。手技療法とは手指によって体とコミュニケーションを行う「手指による非言語表現」の世界です。その基本となるのは「手指による体との対話」であり、それを支えるのは手指による刺激の発話です。ここに明確なルールを設けることで、誰もが体と対話しやすい状況を作り出す、これが按法ハ療の意義なのだと思います。

按法ハ療というのは、触れるという当たり前の行為に、非常に限定的な意味付けを行うものです。按法ハ療の純化した刺激を体に与えると、それに応じた反応が返ってくる。術者はその反応に応じて刺激を変化させたり、次の刺激を

加える。施術とはその繰り返し。つまり最初に限定的な方法で触れてしまえば、それだけで施術が「始まる」わけです。本来、そこに頭や感覚による判断は必要なく、ただ手が訓練された本能的な動きによって、問題の解消を行うのみです。按法ハ療の純化した触れ方は、触れた対象や体の中にある「違和感」を顕在化させます。そして、この違和感は施術者の体・手指にとっては「不快」と認識されます。按法ハ療はそうした触れた対象から生じる「不快」を消し去るための方法論なので、訓練された体と手指は、無意識的にこれを打ち消そうと働きます。按法ハ療によって成立する施術のあり方は、いわば、触れてしまえばその不快を打ち消すまで止まらない「自動機械」のようなものです。

これは極論すれば、最初に触れる対象は体のどこでもいいわけです。例えば腕を触れる。腕自体には大きな問題がないとしても、訓練された体は腕に反映されている全身の問題〱「違和感」を見つけ出し、その違和感に繋がる「なにか」を捕まえようと動きます。純化した感覚に慣れた施術者の手は「体との曖昧な関わり方」を嫌うため、無意識にその「なにか」を捕まえることで双方の体の安定を図ろうとするわけです。これで体との対話のきっかけが成立すれば「ひと安心」というわけで、あとは捕まえた「なにか」から得られる反応に応じて、施術が進んでいくわけです。しかし腕からでは全身の違和感を消し去ることができない場合、別の「どこか」で違和感が強まるのでそちらに施術の対象を移すこととなります。こうして「違和感」という曖昧な指標のみを頼りに施術が進んで行く、これが按法ハ療を前提とする「大和整体の施術の原型」です。これは言葉にすれば、理論でも感覚でもない「本能的な施術」に属するのだと思います。

他人の体を扱う施術者にとって「どう体と関わるか？」というのは最初に塾

考すべき問題です。ヒトがヒトと関わる上で「言語」というものを生み出したように、施術において自分の体と相手の体が関わる時に、私たちは「言語」の代わりに「按法ハ療」を用います。按法ハ療が前提とする「純化した刺激」というのは、体の内部にある違和感、その対象を「正しく捕まえる」ことでしか成立しません。按法ハ療が形による刺激の限定方法である以上、対象である「なにか」が持つ形、それに合わせて按法ハ療を用いることで「対話」が成立するわけです。これは同時に按法ハ療が「違和感のない体には用いられない」ということでもあり、それは「施術の終わり」という意味にも繋がります。対象に違和感Ⅱ形を見つけることができる限りにおいてしか施術が成立しないので、多くの意味で違和感が消えた時が「正しい終わり」となるのです。

こうした施術の積み重ねは、体の仕組みというものを体感的かつ段階的に理解することに繋がっていきます。そしてそれは、解剖学などによって得られる机上の身体観とは全く異なるものです。大袈裟にいうなら、按法ハ療という体との関わり方を得ることが、体に対する全ての理解への入り口となるわけです。こうした施術はいわば本能的Ⅱ動物的ともいえるものであり、それに終始するのではおよそヒトの進化の結果とは呼ぶことのできないものですが、そこに経験を重ねることでその中身が整理されていけば、それは次第に無駄を省いた効率のよい施術となっていくます。私が大和全体の指導において理論化している部分というのは、そうした結果であると考えて下さい。

大抵の施術は目の前の患者さんから得られる情報をもとに、そこに理論的な理解、感覚的な理解を与えることで「施術のきっかけ」が成立します。これは、施術を始める前に施術の方向性がある程度定まっているということです。しかし体というのは多くの機能が多層的に絡み合うことで成立する複雑な階層構造

をしており、体の表面に現れているものはその一部に過ぎません。対して、そうした先入観を持たずに「ただ触れてみる」。そこから感じた違和感を出発点に行う施術というのは「無形」であり、体との対話の中で縦横に変化していくものとなります。もちろん、そうした方法であれば体のどんな層にも介入できるというわけではなのですが、少なくとも先入観に惑わされずに体とかかわり合うことは可能となります。

私は大和整体と長く関わってきましたが、いまこうして「按法ハ療」というものを深く捉え直してみると、按法ハ療というのはそれ自体が「体を通してヒトと関わるための基本単位」だったのだと気づかされます。ヒトとヒトの体が、手指を介して関わり合うためのコミュニケーションツールであり、私にとってはそれを介することで体と対話が可能になるわけです。改めて考えると、「手指による施術」という非言語表現によって、互いの体の間に対話を成立させるというのは非常に難しいことで、そこに「先入観や思い込みなく」といった条件をつければ尚更です。

もちろん按法ハ療が「先入観や思い込みなく対話できるツール」というわけではありません。按法ハ療が言語と同じ種類のものだとすれば、それは「明確な対話の方法を得た」というだけのことです。ただそれが言語に相当するような使い易いツールであることを思うと、按法ハ療という単純な方法論の中に哲学的な意義すら感じてしまいます。世の中には多くの「触れる」という方法があり、それぞれが体と対話をするためのツールだと思うのですが、おそらく多くのヒトにとって按法ハ療というツールは、扱い慣れるまでは面倒ですが、慣れてしまえば体との多くの対話を可能にしてくれる魅力的なツールなのだと思います。

## その伍

ここまで説明してきた壺から肆の内容は、気づいた方もおられるかもしれませんがそれぞれが術式の一から四に当てはまるものです。当然、ここからは残る術式八までの話となるのですが、先に師が亡くなったのも、私がこれらを習得・整理する以前であつたことをお断りしておきます。

術式一 体を「静」の施術で整える

術式二 体を細部から整える

術式三 体を内臓から整える

術式四 体を「動」の施術で整える

術式五 体の運動軸を整える

術式六 体を生理機能から整える

術式七 体の呼吸の動きで整える

術式八 体を循環および神経反応で整える

ここから先は、対象となる体の問題（主に緊張）が小さくなり、これまでのように対象を「普通に触れて扱う」ことが難しくなっていることが前提です。体に何かしらの“違和感”は残るものの、明確に触れることのできる対象が存在しない。そうしたもののうち、扱い易いのが他動的な体の動きの中に生じる違和感です。これまでの施術は、受け手の体が静止状態にあることを前提に行うものでした。しかしここで扱うのは関節を動かしつつ行う施術で、前者を「静法」、後者を「動法」として区別しています。

ある関節に対して、まず深く屈曲させた状態からゆっくりと伸展をさせていくと、その軌道が真っ直ぐではなく複雑に歪んでいることが感じとれます。これを意図的に真っ直ぐ伸展させようとすると、強い引っ掛かりに抵抗が生じて動きは止まってしまいます。これを「動きの速度」という問題に置き換えます。体の各組織には、それが適正に機能するための「動きの速度」があり、その速度より早く動かそうとすると緊張による抵抗が生じます。これは「どんなに強く固まっている組織でも適正な速度で動かせば正しく動く」ということで、これを実践すると軌道の歪みの原因となっていた「諸々の小さな緊張」を解消していくことができます。

また、関節の動きには「動き出し（初動）」が重要で、初動がうまく行われれば以後の動きに大きな問題は起こりにくいのですが、その初動に軌道のズレといった“間違い”が生じてしまうと、以後の動きは全て、初動の間違いを補うために強い緊張が伴うこととなります（初動についてはこれまで「予備動作」という表現で扱っています）。この初動に必要な力と動きはほんの僅かなもので、これを狂わせる不要な緊張も本当に些細なものに過ぎません。「動きの軌道」と「初動」、これらに問題を生じさせる緊張というのは、触れて扱うことが難しい小さな対象である以上に、ある条件下でしか発現しないものであることが多く、その場合は「静法」では触れることさえ叶いません。しかしこうした小さな機能異常が体の大きな問題の原因（きっかけ）であることは多く、軽視することのできない問題です。

この二つの問題は「些細な動きの異常」として括りませんが、特に「初動」において生じる問題は深刻に捉えます。何事も「最初が肝心」なわけで、「立つ」「歩く」といった日常動作でさえ、初動の段階で誤りが生じてしまえば、そこ

から「正しく立つ」「正しく歩く」ということは成立しなくなり、実  
こうした部分だけを切り取って「初動の問題を正せば良い」というわけでもあ  
りません。これまでの過程で対象を段階的に小さくし、その小さい対象を扱い  
慣れているからこそ、こうした「些細な動きの異常」、そこに起こっている緊張  
をより正しく認識することが可能になるわけで、「静法」「動法」の違いはあれ  
ど、「関節の動きを扱う精度」という点において、この段階でこそ扱う意義があ  
るわけです。

また「動法」は、外見的には按法ハ療を用いずに行う施術となりますが、実  
際には関節を動かす際の身体各部の固定方法に用いられ、また動きの中の刺  
激形式として「連続・断続」といった用いられ方をします。やはりこの段階で  
も按法ハ療ありきで、それによってより繊細に関節の動きを追い、正確性の高  
い施術を行うことが可能となります。そしてこの「動きの速度」と「初動」と  
いう問題は、この段階を経験することで、それをそのまま「静法」にも応用し  
ていくことができます。

動法の中で感じられる「動きの速度」「初動」に関わる小さな問題というのは、  
それまで静法の中では見つけることのできなかつた多くの体の問題を表面化し  
てくれます。これまでの施術は大きな強い緊張Ⅱ「大」から、それを段階的に  
小さく弱い緊張Ⅱ「小」へと、その対象を移してきたわけですが、この段階で  
はその対極とも言える「極小」を対象とします。「大から小」という流れの延長  
というだけではどうしても追いきれない「極小」を、動法によって直接の対象  
とするわけです。そうすることで、これまで静法での限界であった小さな対象、  
それ以上に小さな対象の存在を実感し、そこに意識を向けることができるよう  
になるわけです。

ここではそうした問題を「極小」としましたが、実際にはただ小さいものば  
かりがその対象となるわけではありません。「大きいけれど淡い（明確な形を持  
たない緊張）」といった、触れて捕まえることの難しい曖昧な対象、そうした動  
法によって浮かび上がる些細な問題の全てが、ここでは施術の対象となるわけ  
です。そうした本来なら触れて捕まえることのできない対象も、動法の経験か  
らイメージ付けができていれば、これを静法によって捉えることも可能となり  
ます。捕まえにくい対象ではあっても、それを認知することができる限りは、  
それが施術の対象となり得るわけです。

動法を介することでこれまで扱いことのできなかつた小さい、または曖昧な  
対象を静法でも扱えるようにする。もちろんこれらは通常なら手指で捉えに  
くい対象なわけですが、実際にはここでようやく「按法ハ療の応用」が活きる  
こととなります。これまでは、ただ手指の形の区分として用いてきた按法ハ療  
ですが、実際のその利点は広く応用が効く点にあるわけで、面が厚みを伴う。域  
“へと応用することができると、按法ハ療を応用することで、通常では扱う  
ことのできない対象を、比較的簡単に扱うことができるようになります。そう  
なれば、より些細な問題も静法で扱うことができるようになる分、その先にあ  
るさらなる些細な問題を、動法で補うこともできるわけです。

## その陸

ここまで説明で、話の上には過ぎませんが、通常では扱うことの難しい極小の問題までを施術の対象とすることが可能となりました。そして、この段階に至ればそれまで扱いを避けてきた内臓系の「臓器そのもの」をも施術の対象とすることが出来ます。ただそれは、単純に「臓器を扱うことのできる柔らかい手が手に入ったから」というわけではありません。先の動法の経験を経て、普通では捉えられない対象を扱うことのできる手が備わったことで、各臓器が備える“個性”に合わせた施術が可能になったという意味です。

ここまでの施術は体を段階的に細分化して扱ってきました。おそらくその過程では、各関節・各部位・各臓器といったそれぞれの器官に対して、長い時間と経験によって培われた「そのヒトなりの多くの拘り」が生まれているものと思います。そしてその拘りは、そのまま各器官がそれぞれどういう特性を持っているかという、いわば「各器官の持つ個性」を理解・実感する上での「原型」となるものです。体の各部それぞれに明確な“意思”があり、それぞれが独立した生き物のように個性を持ち、体とはその集合体である。そうした意味では、内臓の各臓器というのはどれもが非常に豊かな個性を持っています。

こうした感覚を前提に内臓を扱うということは、「何をどう治す」より先に、対象の臓器というものを理解する、という作業となります。私はよく「体と仲良くなる」という表現をしますが、内臓を扱うということは、各臓器とどこだけ仲良くなるかだと思います。同じ内臓・臓器といっても、中空器官と実質器官ではその仕組みが全く異なりますし、各臓器が異なる役割で動いている以上、循環の仕方も代謝の仕方も違います。こうした各臓器から得られる情

報というのは、それを触れる手が「臓器を緊張させてしまうもの」では論外ですが、この段階に至ればそうした臓器の個性（特性）に合わせて触れることも可能になるはずです。

ただし臓器を扱うというのは非常に奥深い世界です。それは各臓器の活動とというのが、交感神経の働きによって何段階にも抑制されているためです。ただ目の前にある臓器を触れて感じるというだけでは、それは交感神経の働きに抑制された一部の表情でしかないわけで、実際にはその奥にいくつもの複雑かつ豊かな表情が隠されているわけです。そして内臓を扱う上で重要となるのは、私たちの日常的な感覚では印象の薄い内臓が、実際には体の生命活動を支える主役であり、本来は「体に対して圧倒的な支配力を有する」という点です。

これまでの施術を通じて、施術者自身の体も段階に応じて変化をすれば、ある瞬間を境に身体感覚がそれまでの体壁系優位ではなく、内臓系優位に切り替わることとなります。多くのヒトはこの時点で「内臓感覚の苦しさ」を、身を以て経験します。それまで当たり前に食べていたものでも、それを口にする後から「ひどい胃痛を味わう」といった、内臓側の主張を強く実感するわけです。これを私はよく高熱で寝込んでいる時の「得も言われぬ気持ちの悪さ」に例えるのですが、普段は交感神経の働きによって覆い隠されている内臓側の主張が表面に現れている状態です。こうした経験を経ると、そこで印象が希薄であった内臓機能に対して「怖さ」という感覚が芽生えることとなります。同じ痛みであっても、耐えやすい運動器系の痛みとは異質な、耐えにくい内臓系の痛みを豊富に実感することで「内臓には逆らえない」と感じるのであります。

こうした感覚を経験すると、その時点でそれまでの体壁系優位の身体観は、

内臓系優位のそれに大きく逆転することとなり、それは施術における身体観にも強く反映されることとなります。厳密に言えば、そうした痛みを経験しているからこそ内臓の機能を、実感を以て扱うことができるわけです。痛みの有無は別にして、そうした内臓の主張が表に現れること自体は非常に重要なわけで、各臓器への施術も最終的にはそうした「感覚の正常化」を目的として行うこととなるわけです。もちろんこれは簡単なことではないので、この段階がそうした施術への入り口になるということです。

より具体的に説明するならば、各臓器を個別に扱うということは、各臓器の機能的な特徴に合わせて施術を進めるということです。各臓器というのは運動器に比べれば非常に複雑な構造をしているわけで、それだけ扱いの難しい対象となります。そうした各臓器に対して、ここで共通の方法論とするのは「循環」や「代謝」で、臓器内部の体液循環、その程度を主な指標として用います。緊張を前提として機能する運動器に対して、内臓というのは緩んだ状態で最大の機能を発揮する器官なので、単純に「より循環している」「より代謝している」という状態がそのまま理想的な状態となります。施術により、対象の臓器における局所的な体液循環の滞りを改善し、結果として臓器全体での循環・代謝を均一化させる。これが第一の目的であり、あとはその循環・代謝の程度をどこまで高めることができるかとなります。

ここで施術の正否をわかりやすく「血液の循環」としておくと、ひとつの目安とするのは「対象臓器内に血液が満ちる」という感覚です。対象臓器の内部の血管隅々まで血液が均一に循環して潤っている状態。これを「飽和」と呼んでいます。循環が均一という点で機能が安定している状態です。この状態に至った臓器は機能の安定が持続しやすく、その影響を受けて関連する臓器や運

動器の機能も安定しやすくなります。この飽和は内臓を扱うことで実感しやすい感覚なのですが、慣れれば運動器など他の器官にも応用が可能なので、以後の施術で重要となる感覚です。

因みに「その参」で扱った内臓というのは、手指で直接に触れて扱う「直接法」が主体となります。しかし各臓の内部・深部を緊張による抵抗を受けることなく直接に触れるというのは難しいので、ここでは必然的に手技は触れている部位から間接的に刺激を加える「間接法」も多用することとなります。しかしこれも、直接法の時に得た「実際に内臓を触れた感覚」を前提に行うことが前提です。本来なら「間接的に刺激を加える」という点で精度が低下しやすい施術も、直接法の延長と捉えることで高い精度で実践することが可能となるわけです。

またこうした各臓器への変化は、当然運動器にも如実に反映されるわけで、動法の施術でも扱いきれなかった種々の運動器＝体壁系の問題にも大きな変化を与えることができます。そしてこの段階になると、これまで体壁系と内臓系の両者を等しく扱うことができていた反面、「何が本当に体壁系の問題で、何が内臓系の問題なのか」という曖昧だった部分が比較的明快になるはず。ある臓器の機能回復とともに、ある運動器の機能不全も回復するとして、それでも残る異常があればそれは運動器の側で解消すべき問題、といった具合です。もちろん内臓には先に説明した「交感神経による抑制」という問題があるので、対象の運動器の問題が、ある臓器のより深い機能と密接に関わっていることもあります。ただこの段階に至ると、そうした関係性も徐々に分かりやすくなるはず。

## その漆

これまで説明で、体の大抵の器官・組織を施術の対象とし、また通常は扱うことの難しい小さな、または曖昧な問題までをもその対象としてきました。いわば「体を構成するものの大部分は施術対象とした」わけです。ただそれでも体に何かしらに問題が生じている場合。そして、そこに明確な異常といったものが見受けられない場合。そうした時は、これまでの方法では扱うことのできなかった対象への扱い方が必要となります。

これまでの全ての施術、そのキーワードは「体の動き」です。生きている以上、体を構成する全ての器官・組織は、その全てが均等〓等価に機能していることが理想なわけで、その中で「動かない」もしくは「動きの乏しい」といった対象があれば、それが全身の正しい機能バランスを阻害しているものと考えてきたわけです。そして、これまでの方法で検出できない動きの異常を見定めるために有効な方法となれば、それを体の「最小の動き」に求めることが自然です。そして、その最小の体の動きとは「呼吸運動」です。

呼吸運動とは胸郭の拡張と収縮、それが腹式呼吸ともなれば腹部の膨張と収縮も加わるわけですが、体が理想的に機能している状態というものを考えれば、その呼吸の動きは等しく全身に反映されるべきです。その指標として分かりやすいのは「骨組織」であり、正しい呼吸運動では、胸郭・腹部の動きを介して、全身すべての骨にその動きが波及しているはずで、つまり吸気の際には吸気に合わせて全身の骨が一定に動き、呼気の際にはそれが元に戻る動きが行われるということです。逆に言えば、呼吸運動に反応しない骨があれば、その骨自体か、その骨に関わる一帯の組織に機能以上が生じているということです。「呼

吸にまつわる骨の動き」を指標とすることで、通常では検出できない問題を表面化することが可能となるわけです。

これまで、体の機能異常の原因は主に「緊張に伴う動きの異常」としてきました。そうした場合には大概、「筋肉の緊張」といった明確な対象があるわけで、そうした対象を徐々に小さなものへと移し、その過程で明確な形を持たない曖昧な対象をも扱ってきたわけです。しかし体における問題の原因を「より小さく・弱い根源的なもの」として診ていくと、最終的にはそこに「形のない緊張」といったものも多くなります。「ある一定の条件下でしか発現しない」といった問題に加えて、ある一帯に明確な違和感はあるものの、それがその組織一帯におよぶ淡い緊張である場合などは、施術の対象自体が存在しないわけです。ここで取り上げる「骨と骨周囲組織の動き」もこれらと同じもので、骨という指標を介してしか認知、改善ができないものです。

呼吸にまつわる骨の動きというのは、胸郭から上肢へ、腹部から下肢へ、といった中心から末端へと順次伝達されるという動きではありません。これでは末端の指骨に伝わるまでに「動きの伝達」という点で対応のエネルギーが必要で無駄が多くなります。呼吸に関わる骨の動きというのは、全身の膨張・収縮が先で、骨の動きはその結果に過ぎません。どの骨が先で、どの骨が後といった序列はありません。どの骨も呼吸に応じて等価に動くわけです。体のある一帯に違和感がある場合、その部位に関する骨の動きを呼吸運動と同調させると、それが周囲の組織一帯に反映されます。そして、これら骨と周囲組織の機能は、骨が呼吸運動と同調している限りは保証されるわけです。呼吸運動という最小単位ともいえる「体の動き」からその機能を正していくのですから、直接手指で扱うことのできない諸々の問題を改善することが可能になるわけです。

これには、体のどこかにある不調の改善という目的の他、全身の機能の向上・統合という目的も多分に含まれています。体に関する「些細な問題」というのは本来、全体の機能バランスとの兼ね合いです。全身の機能が一定以上にバランスが取れていれば、些細な問題などはそれが体の機能異常として表面化することなく、かき消されてしまうものです。しかしそのバランスが崩れて、全体の機能が一定以上に低下してしまうと、本来は「些細」であった問題が大きく表面化するというわけです。呼吸運動を指標として、全身の動き＝機能を活性化させつつ、均一な状態へと統合させていき、その結果として体に残る問題を解消していく。これは体の機能を整えるために「悪いところを治す」のではなく、逆に「良いところをより整える」という考え方で、「体自身に治させる」という施術では重要な意味を持ちます。

骨というのは体にとって、最も構造的に安定した硬組織です。そして軟部組織という構造的に安定度の低い組織は、より安定した組織である骨の状態に強く影響を受けているものです。これは骨組織の状態が、周囲一帯の軟部組織の状態をも大きく左右するということであり、こうした観点からすれば「骨がより理想的な状態で機能する」ということには大きな意味があるわけです。これは言い換えれば、「些細な軟部組織の問題は骨組織の状態次第で変化しやすい、ということであり、軟部組織における些細な問題を逐一対象とするよりは、ずっと効率のよい施術といえます。

また、ここで取り上げた骨の動きというのは大雑把な表現であり、実際には骨組織を包む「骨膜の動き」、またその内部も緻密質と海綿質、また骨髄などで構成されています。こうした構成単位それぞれに異常が起こり得ると考えれば、そこでの「正しい動き」というのは、各組織が正しく機能した結果であり、た

だ大まかに「骨が動けばよい」と簡単に扱うことはできません。ひとつの骨の内部組織が正しく調和した状態で安定していることが、呼吸運動における「正しい骨の動き」となるわけで、その程度が周囲の軟部組織へと反映されるわけです。普通に触れるだけではその内部の僅かな異常を感じにくい骨組織に対して、呼吸運動という指標を設けることで状態についての詳細な判別が可能となりますし、その動きの改善も、呼吸の動きに頼ることで実践しやすくなるわけです。

全身の主要な骨が呼吸運動に合わせて正しく動いているという状態は、これまでの「部分的な機能の正常化」とは異なる「全体的な機能の正常化」、つまり「全身の統合」という施術の入り口です。体の機能を統合させるには、必ず骨や関節、臓器といった「何らかの対象」を定め、その対象を全身で統合させるしかありません。その対象組織における「統合」が、結果として対象以外の組織にも反映されることで「全身の機能の統合」が成立するわけです。そうした点で、骨組織はその動きの正否が誰にでも判別しやすいという点から、全身の機能を統合させるための入り口として扱いやすい対象であるといえます。そして、骨が統合することによって全身の機能そのものが大きく変化するということは、それによってこれまで水面下にあった諸々の問題が表面化することにも繋がっていきます。

## その捌

これまで体の不調、その原因となる器官や組織の機能異常を、それを明確に触れることができるものから、触れて扱うことが難しいものまで、段階的に扱ってきました。「大きな対象から小さな対象へ」「明確な対象から曖昧な対象へ」といった具合です。その上で、先には「骨組織を通じて周囲一帯の組織を変化させる」としました。しかし体の不調の原因というのは複雑なので、それでも改善することが難しい「小さい」または「曖昧な」対象は存在します。そうした対象、その存在を確認するための方法のひとつの「区切り」をここでは血液循環とします。

これまでの過程で、施術の反応に「血液循環」を指標することは当たり前になっていると思いますし、特に先に説明した「内臓を扱う施術」では、「飽和」という形でも循環を扱いました。そもそも施術の指標に血液循環を用いることは珍しいことではありません。ここでの施術が他と異なるのは、全体的な血液の流れよりも、毛細血管レベルの「細い血管」の流れを重視することです。先に説明した飽和、その過程における「満ちる」という感覚、これを全身に反映させることが、この段階における施術の目標となります。

施術で「全身の血液循環をよくする」というのは難しいことはありませんが、それが浅い意味になってしまえば、それは「入浴による循環の促進」と大差はありません（効果が持続しない）。より上の効果・意味として、「全身の機能に大きな変化が現れた結果」として循環がよくなった場合、こちらは持続とそれによる身体機能の向上が期待できます。恐らくはここまでが一般的な施術における全身の血液循環への効果だと思えます。ただし、こうした血液の循環

には制約があり、それは交感神経による血管そのものの緊張です。交感神経の働きによって血管の拡張には制限がかかっていれば、それ以上に循環させることはできないわけです（一時的な拡張なら可能です）。

施術の効果そのものに交感神経の働きを抑制させ、相対的に副交感神経の働きを活性化させることができれば、その分だけより血管が拡張し、循環を充実させることは可能です。しかし、著しく全身の血管が拡張するような自律神経への変化を与えた場合、体への負担は大きく、変化の大きさをゆえに身体機能は安定しにくくなります。つまり、効果の大きさをゆえに機能が安定せず、その効果も消え去りやすいというわけです。また、ここで重要としているは循環の促進に加えて、それが全身に均一に起こることによる「安定」なので、そうした意味では通常の施術では実現が難しいといえます。

対してここでは、先の「飽和」を前提として、全身の血液循環を段階的に変化させていきます。飽和というのは体の一部を、一時的に全身の機能から切り離すように扱うことで「局所的な血液循環の充実」を実現させる方法です。この飽和は、対象となる局部に限定して「交感神経の大幅な抑制と副交感神経の活性化」を引き起こし、その状態を脳に受け入れさせることを目的とします。外部からの刺激の（手技）の結果であれ、自身の内部に「著しく循環が安定した状態」が生まれた場合、体はそうした変化を肯定的に受け入れ、その状態を維持しようと働きます。もちろんそうした局部の状態は、全身から見れば「異質」なので、そのままでは他の身体機能と折り合いがつかず、結果として双方が「混ざり合う」となります。しかしその場合も、脳は優先的に飽和による安定状態を優先させつつ変化するので、飽和による機能の安定は簡単には消え去らないわけです。そして、ある器官に対して行ったこの飽和は、その範囲

を上げていくことができます。

ある器官の内部で、現状で可能な範囲の「血液循環の充実」が起こると、その安定は周囲に波及しやすくなります。つまり対象器官が安定した後も施術を継続すると、その効果が周囲の器官や組織に広がっていくのです。こうして近隣の器官や組織に対して飽和を上げていくこともできます。この飽和の範囲が広ければ広いほど、循環と機能の安定はより強固なものとなります。段階的に行えば、最終的にはこれを全身に広げることにも可能になるわけです。これによって、ここでは循環というレベルでの「全身の機能の統合」が可能になるわけです。また、この変化は先にも説明したように、脳がその状態を受け入れながらの反応となるので、体の変化は大きなものの、体への負担は比較的小さいといえます。

こうした全身の飽和も、その体の状態に応じた範囲でしか起こらないので、そこに「程度の差」は生じます。しかしそれでも、この飽和の状態を経験することで血管や血液の循環に対するイメージは大きく変化し、それまでよりもずっと詳細な血管の緊張や血液の流れを理解・感覚しやすくなります。その結果として施術の際に細かな血管までもが反応しやすくなるので、血管自体を施術の対象に加えることも可能となります。これまでの限界であった「骨を通じての動き」から、その対象が全身の血管（主に毛細血管）へと広がることで、飛躍的に扱うことのできる対象が増えるわけです。

血液の循環の偏りというのは、血管からすれば「流れやすい部分」と「流れにくい部分」の差です。これを「流れにくい部分」を治そうとすれば難しい話となるのですが、先に「流れやすい部分」をどんどん流していけば、流れやす

い部分の循環が限界に達した時点で、更なる血液の流れは残った「流れにくい部分」に集中することになります。その結果として全ての血管の流れが均一化するわけです。全身の循環と考えればこれは理想論に過ぎませんが、これを「ある器官」に限定して行うのが飽和であり、それを「全身に広げる」とする限りは、毛細血管レベルでの「血液循環の充実」を全身に実践することが可能となるわけです。

すべての器官・組織の問題は、その背景に必ず血液の供給という問題を抱えているので、対象の器官・組織を直改善させることは難しくても、血管を通じて間接的に変化させることは可能です。それは、体に関する全ての問題を血液の流れに置き換えて考えることで、その全てを施術の対象とすることができるといってもあります。血管や血液の循環に関する僅かな異常も敏感に感じることができるようになれば、それだけで施術の幅は大きく広がりますし、そこに「飽和による統合」ということまで加えれば、これまでの段階より、一層の多くの体の不調を正すことも可能となるはずです。

ここに至るまでの内容は、各段階を施術で実践できるようになると、それが自分の体へと自然に反映されていきます。そうした積み重ねとして、施術者自身の体にもここで説明した「全身の飽和」が体現されることになるのです。私がお皆さんに体感して欲しいのは、こうした「自身の施術の深化」に伴う「自身の体の深化」なのです。

おわりに

これまでの説明で伝わっていることと思いますが、ここに書き連ねたのは「治し方」ではなく「体を理解する方法」です。最初は誰もが扱いやすい大きな対象から始め、それを徐々により小さな、繊細なものへと変化させていくことで「体のどんな対象でも扱うことができるようにする」。その過程自体が体というものを体感的に理解するための方法となっているわけです。乱暴な言葉ですが、「分かっただけでさえいれば何とでもやりようはある」というのが私の施術の信条であり、「分からないもの」を無理して扱おうとすれば、そこに「実感」が伴わないので「正しくやっっているつもり」に陥りがちです。

そして、それらを理解する入り口として「按法ハ療」という体との関わり方があるわけです。施術という刺激がより純化したものであればあるほど、体から帰ってくる答えは明確かつ豊富なものとなるわけで、按法ハ療が上手くなるにつれて、分かること、できることが多くなるわけです。

正直に書けば、私はこの仕事を始めた頃、ヒトの体を触ることを「怖い」と感じていました。最初は、何も分からぬまま教わったことを実践するだけなので平気でしたが、少し慣れてくると「いつもここを押ししているけど、それが後々になって致命的な損傷になったりしないのか？」などと考えるようになってきました。もとが小心者なので、自分がしていることが体にどう作用し、後々にどういう変化を引き起こすのか？ それを知らぬまま体を触り続けることに恐怖を感じたわけです。そのうち、自分なりに「より実感の得やすい触れ方」というものを考えるようになり、他のヒトとは違う、我ながら変わった手技を用いるようになったのですが、その方法を肯定してくれたのが師匠でした。「それが

按法ハ療だよ」と。

按法ハ療を意識的に用いるようになると、自分の手指による刺激に対して、相手が明確な反応を返してくれるため、そこで「怖さ」は消えました。無意識に手が相手に合わせて「面」だの「側」だのを選択する癖がついたので、体と関わりやすくなったわけです。逆にそうした「小細工」をせずに「ただ普通に触れ」といわれたら、いまでもやはり苦手です。自分はこの方法に慣れているので、触れてしまえばあとは手が勝手に「体の違和感を消す」ために動き、施術が自然に進んでいく。そうした体との明確な関わり方が好きで、長く大和整体にこだわってきたのだと思います。

こうした施術は端から見れば「マッサージや按摩の類」であり、最近の理論や感覚重視の療法からすれば、いわば「愚直な施術」です。こうした職人的な感覚や方法論というのはなかなか他人に伝えにくいわけで、その要所を理論的に整理したのがここに書いた一連の内容となります。我ながら師匠の技術の一端を「上手く整理できた」と思うと同時に、私なりの細かな拘りがだいたい反映されているとも思います。恐らく師がこれを読めば「そんな小難しく説明することじゃないだろう」と言うことでしょう。しかし師の技術の高さは恐らく才能と経験の両立によってのみ成立するもので、ここに書いた内容を実践するだけでは師の足元にも及びません。師が言葉での説明を苦手としたのを、昔は「言葉足らず」だと考えていましたが、いまでは「できるヒト」には端から言葉など必要なかったのだと理解しています。

これまで特に意識してこなかったのですが、こうして改めて言葉にしてみると「理論や感覚ではなく、ただ触れることから施術が始まる」というのは非常

に稀有なことだと思えます。周りを見渡しても、私は他にそういうヒトを殆ど知りません。触れることで繋がり、その繋がりの中で起こる変化に対してこちらも形を変えていく。そんな「言葉の交わり合い」のように日常的なやり取りで施術が成立し、その中で豊富な「体との対話」が成立する。それを日々繰り返すことで体への理解、ヒトへの理解が深まり、自然にできることが増えていく。それこそ、職人さんがよく言う「まずはやってみる」の世界で、職人さんがそうしてモノの扱いに長けていくのと同じく、私たちは体の各パーツ、その扱いに長けていくわけです。長年、魚を捌いてきたヒトの技は一朝一夕に真似ができないように、足首でも肝臓でも、扱いに長けることでしかできないことは多くあります。

私はこうした大和整体の施術においての関わり方を「体と仲良くなる」と表現します。何でも、長く対話を繰り返すことで「仲良く」なれるわけで、その結果として多くのことができるようになる、これが大和整体の施術の根幹です。もちろんそれが、優れた理論や感覚を前提に行われる施術に勝るなどとはとは考えていません。できること、得意なことの違いです。ただ個人的には、これを順番と考えれば、最初に職人的な技術を磨き、あとから理論や感覚を手に入れることは簡単ですが、その逆はほぼ不可能だと思います。「最初に何も分からぬい」からこそその鍛錬は職人の技術なわけで、先に理論や感覚による理解が深まっただけから愚直な技術に手を染めるとするのは、非常に難しいことです。

話は変わりますが、ある先生に「基礎は究極だよ」と言われたことがあります。按法八療というひとつの方法論だけでも、それを完全に使いこなすことができれば、それ自体が究極となってしまう。師の技はそれを体現するものでした。傍目には誰もがやっているのと同じことをしているだけ。それでいて結果

はそれまで見たことも経験したこともないような劇的な変化となる。それも大事な部分は「体自身にやらせる」のです。まあ、どうすればそんな施術に近づけるのか、気が遠くなるような世界です。師はそれを「当たり前」のようにやってのけるのですから、やはり理論や感覚より「体に染み込んだ技術」なのだと思います。

いまは優れた理論や感覚を前提に行われる施術が主流で、私自身、そうした療法によく気後れを感じます。ただ「触れることで対話が始まり、その対話を以って体自身に治させる」という施術のあり方は、手技療法のひとつの原型なのだと思いますし、次の世代へと残していくべき大切な「体との関わり方」だと思います。そうした経験が次第に整理・効率化されることで、結果として多くの理論や感覚優先の施術と似通ったものになったとしても、それは出自の異なる全く異質なものです。近年の私の指導が、理論や感覚優先のものであったことが、新たに勉強会に参加された先生方に誤解を招くものとなっていったことを自覚した上で、今後はこうした大和整体の根幹の部分が揺らぐことがないように、改めて「大和整体らしい施術のあり方」を、勉強会を通じて皆さんと共有していきたいと思えます。いまま少し、私が拘ってきた「大和整体の世界」にお付き合いください。