

手の力、音の力が、癒しのパワーを高めてくれる——

平成28年7月7日発行・巻数  
(創刊日7日発行) 通巻43号

アロマテラピー+カウンセリングと  
自然療法の専門誌  
2016 AUG. vol.86

隔月刊 **8** 月号

セラピーのお2生活  
Therapy  
Life  
www.therapylife.jp

# セラピスト

癒しホルモン・オキシトシンが自己治癒力を高める！  
**奇跡のタッチング**  
その無限の可能性

心身脳を深部から癒す  
ミュージック  
セラピストになる！

音楽は  
魂の薬です。



特別対談  
**田中律子** × **石垣英俊**  
「ヨガとセラピーで、デトックス」  
フードセラピー  
ダイエットのための食事療法  
アロマの意外な使い方が分かる  
「調査レポート」  
介護者と高齢者に寄り添う、  
アンガーマネージメント

セラピストが  
知っておきたい  
病気の知識 ②3



# 感情や記憶を持つ細胞と対話する療法 生命からのメッセージを 聞くと、「がん」は癒される

日本人の二人に一人が罹患するといわれる「がん」。  
先進医学が発達する一方で、がんと共生する選択をする人も増えていきます。  
自分や身近な人、あるいはクライアントががんであると分かったとき、  
どのように受け入れ、接したらよいのか、また、どのような代替補完療法が有効なのか、  
がんへの向き合い方を、身体・心・魂まで含めた  
ホリスティック医療を手がける第一人者、萩原優さんに伺いました。  
取材・文◎山村浩平

## がんに対する考え方を 改めることが第一

がんは、遺伝子が傷つくことで、異常な細胞ができ、それが増殖する病気です。いま現在の罹患率は、男性62%、女性46%、死亡する確率は男性26%、女性16%と、年々高まっています（国立がん研究センターがん対策情報センター調べ）。つまり二人に一人はがんになる確率がある、決して他人事ではない病といえるでしょう。「がん」と聞くと、恐ろしい病気、死の病というイメージを抱いてしまいがち

ですが、まずその既成概念を取り払って欲しいのです」と、イーハトーヴクリニック院長・萩原優さん。

がんを罹患したことを公表する有名な人がいる一方で、家族以外には秘密にして闘病する人も少なくありません。まだまだ、どこかで隠しておくべき病であるという風潮があるようです。「それは、がんは悪い物」と決めつけているからです。しかし、物事すべてに良い面と悪い面の両面があります。がんも、見方ひとつで良くも悪くもなる、中立なものだと思っています。例えば、風邪を引いた場合、子ども





Profile 萩原優 (はぎわらまさる) さん  
 医学博士、イーハートヴ クリニック院長、聖マリアナ医科大学客員教授、同大学にて消化器外科、緩和医療などに従事、西都病院外科部長、森の診療所院長を歴任後、クリニックを開院、精神面を重視した統合医療を行い、緩和療法の実践・普及に努める。米国緩和士協会インストラクター、日本メンタルヘルズ協会公認カウンセラー。著書「医師が行う がんの緩和療法体験CDブック」(マキノ出版) 多数。

## がんは、どんな状態からでも挽回可能です

がんはどんな状態でも(たとえ末期といわれた人でも)、自然退縮(通常の西洋医学の治療法でない方法でがんを消滅させたり、小さくすること)させた人たちが大勢います。キーワードは、自己免疫力です。がんを敵とみなし、取り除こうとする西洋医学的な発想ではなく、がんがどのような機序でどのような意味を持って出現したが、原因を探り、それを解決する根本的な医療を行うことが大切です。

## ～がんを自然退縮させるための3つの方法～

1

### がんに対する考え方を考える

がん＝怖い病気、不治の病のイメージで、“悪いもの”と決めつけがち。しかし、これを“中立”なもの、つまり悪い面だけでなく、良い面もある……と考え、前向きに捉えることが大切。がんが発しているサインやメッセージを考え、生活を改善する良い機会と捉えましょう。“病は氣から”というように、心持ちも重要なので、病人になっただけで、自分らしく生きていくことが何より大事です。



2

### 血液を浄化する

血液は身体の隅々まで栄養や酸素を届け、老廃物を持ち運ぶ働きをしています。その血液の質を高め、酸素をたっぷり供給することが、元気な細胞をつくり、免疫力を高める秘訣。がんが良いとされる食事療法は多くありますが、その人に合った方法を取り入れるといいでしょう。免疫力が高まるのは、“心地よい”と感じるとき。極端な食事制限ではなく、無理なく楽しく続けられることが大事。



3

### 身体を温める

がんを患う人は、覆して身体が冷えています。がん細胞は熱に弱く、39～42℃で増殖が止まり、43℃で死滅。温熱療法は、44～45℃の温熱によりがん細胞の増殖を抑える効果と、血行促進、免疫力アップという二次的な効果があります。遠赤外線ドーム型サウナは、汗腺と皮脂腺からの発汗による深いデトックスができるため、おすすめ。日頃から、湯船の入浴、靴下の重ね履きなど、温活を習慣に。



「がんは治癒するケースも多く、また進行を止めながら、共存していくこともできます。今やがんは、決して不治の病ではないのです。では、がんと上手に付き合っていくためには、どうしたらいいのでしょうか？」  
 現在、西洋医学におけるがんの治療法のスタンダードは、手術、抗がん剤、放射線療法です。もちろん、これらの治療で、長期生存している方も多数います。しかし、大病院で外科医として、30年以上にわたり臨床経験を積んできた萩原さんだからこそ、その治療の限界も実感してきました。

### 病気になるっても病人にはならない 自分らしい生き方を貫く

「がんになつたことで、家族の絆が深まった。自分の人生を見つめ直すことができたなど、実際に『がんになつて良かった』とおっしゃる方もいます。自らが、がんに対する捉え方を変えることが大切なのです。」

## がんの代替補完療法の例

～イーハトーヴ クリニックでの取り組み～

### 714X

成分に、窒素、ミネラル塩、18種類の微量元素、カンファー（樟脳）を含む免疫増強物質。有機小体ソマトイドの研究で知られる生物学者ガストン・ネサン氏によって開発された製剤で、その分子構造はカナダの特許庁で正式認可され、世界70か国で使用されています。リンパ液の流れをよくして毒素を取り除き、細胞内・細胞間コミュニケーションを促進させることで、免疫システムの自然な機能を回復させるものです。



### 免疫力を賦活させる 機能性食品

厳選したシイタケ菌株を培養したLEM、不老長寿の妙薬・靈芝の菌株を培養したMAK（ともに製造特許取得）、その2つの働きを強化するBAP（植物性多糖反応抽出物）を組み合わせた機能性食品。抗腫瘍作用、抗酸化作用、抗ウイルス作用、血圧・血糖値上昇抑制作用などがあり、免疫系の司令塔・マクロファージを活性化して免疫物質サイトカインを産生、腫瘍の増殖を抑える優れた生理活性が認められています。



日々の生活で心がけたいことは、血液を浄化していくことです。

### 免疫を高める鍵は 「心地よさ」

「すべてを前向きに受け止めることです。そして、自分らしい充実した生活を続けること。病気になることも、病人にならない！ 自分の生き方を貫くことです」

### スピリチュアル カウンセリング

がん患者は、気持ちに余裕がない状態で来院します。医療従事者やセラピストはそれを受け止める、時間と心の余裕が必要です。本来、宇宙は完璧で愛にあふれています。私たちはその宇宙の中で生かされている、という考えに基づき、宇宙につながるイメージを持ち、大きな愛情と尊敬の心で接することが大切。カウンセリングではその人の家族構成や生きている背景までに耳を傾け、本来もっている精神的回復力を引き出します。

### ヒプノセラピー／ ソマティック・ヒーリング

ヒプノセラピーは、催眠状態で潜在意識とつながることで、胎児期や前世などに遡行し、その時の出来事を再体験して、気づきや現在の問題を解決していきます。ソマティック・ヒーリングも、催眠状態で細胞とつながり、その声を聞く療法。いずれもキーポイントは潜在意識。「潜在意識は人間の思考・行動の基になっているもの。慢性疾患などはその潜在意識下で、その人が作ったものであり、その意識と行動を変えることで、心身を健康に導く」という考えがベースです。またヒプノセラピーでは、前世での死の体験をすることで、死への恐怖感がなくなることも、治療へプラスに働きます。いずれの療法も、死生観を見直し、魂を癒す大きな力に。



心や魂までも癒す、ホリスティックなアプローチだと痛感しています。がんは診断されたことで恐怖と絶望感に襲われ、今まで通りの生活ができなくなり、家に引きこもる人も少なくありません。一方で、西洋医学ではない代替補完療法で、がんが消滅したり縮小したりなど、「自然退縮」する多くのケースでは、心の在り方が大きく関わっているといえます。



## がん患者(クライアント)さんへの接し方

身近な人やクライアントががんにかかっていることが分かった場合、どのような態度で接したらよいのか、難しいところです。心を支える1人として、以下のことを心がけてみましょう。

リラックスでき、五感を通じて“心地よい”と感じるアロマトリートメントは、免疫を高めるすばらしい方法です。



### 1 心持ち

がんと関わりつつ身構えてしまいがちですが、あまり特別に考えず、中立なものと捉えること。その上で、尊敬と敬愛に満ちた気持ちでクライアントと接し、精神的回復力や希望を導き出すサポートを行います。

### 2 言葉かけ

トリートメント中は、潜在意識が優位になっている状態なので、かける言葉が心の深い領域にしみ込みます。施術前に「施術中にかけてほしい、気に入った言葉はありますか?」と聞いてみるのも方法です。また、身体に触れることでセラピストが感じた思いを、さりげなく伝えるのもよいでしょう。

アロマトリートメントなどのボディケアを行う際、特別意識する必要はありませんが、触れて欲しくない場所、強い圧を避けたい場所などを予め聞いておき、施術中も大丈夫か確認しながら進めるといいでしょう。勝手な思い込みで判断せず、通常と同じ流れを心がけて。

### 3 ホームケアのアドバイス

身体に優しい食事、質のいい睡眠、適度な運動が健康増進のベース。特にリラックスした生活、気持ちがいいこと、楽しいことを優先するようアドバイスを。副交感神経のスイッチが入ることで自然治癒力が高まります。

「がんは、血液の汚れを浄化する装置だ」という考え方がありますが、免疫力を上げるためには、血液を浄化することとは大切です。それには、食生活を正し、きちんと排泄して、循環を良くすること。また、がんは酸素を嫌う嫌気性細胞なので、たっぷりと酸素を吸い、血液の隅々まで届けることも重要です」

がんに良い食事の代表は「玄米菜食」。最近では「糖質制限食」も注目されています。しかしながら、糖原さんはどれかの療法を推奨することはしていません。

「自分が信じるもの、合っていると思うものを実践すれば良いと思っただけです。身体に良いからといって、極端な方法や、ストレスを感じながらストレスイックに行うことは、免疫力が高まっていきません。食事は、身体だけでなく、心への作用もありますから、美味しさと心地よさも忘れずに」

免疫力は副交感神経が司っているもので、「心地よい」という感じる感覚が大切。身体を温めることも、副交感神経を優位にする方法です。身体の冷えは血液循環が悪くなり、免疫力が低下するので、がんが増殖しやすい環境をつくることにも。

「遠赤外線ドーム型サウナを利用したり、長めの風呂、靴下の重ね履きなど、日ごろから冷えない工夫を」

細胞にも感情や記憶があり、潜在意識とつながっている

病氣は「身体・心・魂」のバランスが崩れた状態と捉える「イーハートワークリニック」では、スピリチュアルカウンセリングを重要視しています。

「私たちは宇宙とつながっていて、その流れの中で生かされています。宇宙は完璧に愛で満たされています。ここにつながるような広い心で、患者さまに敬意をもって傾聴します。誰しもの中に、健やかに生きていく力が内在していることに気づいていただき、希望を持つていただくのが目的です」

また、がん治療として、意識の90%以上を占める潜在意識と繋がる「ヒプノセラピー(催眠療法)」や、自分の細胞と対話をする「ソマティックヒーリング(体細胞療法)」などを導入。

「細胞にも感情や記憶があり、それらは潜在意識とつながっています。心臓移植を行った後、その提供者の傾向や記憶が移るといった症例は、多数報告されているのです。ソマティックでは、がん細胞を擬人化してコミュニケーションをとることで、病気になる前の原因や心身を健康に導く方法を探ります」

身体・心・魂のトータルで自然治癒力を最大限に引き出す医療の在り方、寄り添い方は、セラピストにとっても多に勉強になりそうです。