

植 田 正 先生

自然と痛みが消えていくという実感が受け止められると
病気に対しても余裕が出てきます

今回は、東京三鷹市にあるウエダ整体塾院長、植田正先生です。三鷹駅から歩いて5分ほどのマンションに整体塾はあります。野口整体をベースに心理療法を取り入れ、整体ヒーリングという独自の治療法をされています。治療家になられた経緯や、現在の治療法に至るまでのお話を伺いました。

●治療家になったきっかけは？
私は高校時代から少林寺拳法をやっていたのですが、稽古していた道場が接骨院をやっていました。怪我の治療に通うようになったのですが、そのときの家族的雰囲気がよくて、こんな中で仕事ができたらいいなと思いました。少林寺拳法には活法といって気絶した人を蘇生させる方法などがあります。私はそれが好きでしたね。拳法は弱かったのだけど、活法にはとても惹かれました。それで渋谷の花田学園に入って柔整師、鍼灸あま指の資格を得たのです。ですから最初は柔整の仕事から入っています。

●柔整から離れたのは？
柔整師として仕事をしていた最初の頃、私はアトピーを持っていたこともあってヨガの道場に断食に行ったのです。そこでの体験が私の治療に対する考えをガラッと変えました。単純に痛みがあるから症状をとるというのではなく、痛みや症状は病気の中にあるメッセージであり、

自分のライフスタイル自体を問うていかなければ本質的な解決にならないということです。断食というのも、一度食を絶って、自分の中の本能的な食欲を自覚することに意味があるんです。そのようにとらえるようになると、それまでの治療というものに疑問を感じるようになりました。実際ヨガ道場に入ろうかとも考えましたが、現実的に食べていかなければなりません。そんな、自分の求める治療と生活とのギャップの中でずいぶん迷いました。その間、鍼灸院を開きましたがうまくいきません。一旦たんでまた柔整師に戻りましたが、今度はいずれはやめて求める治療をするという目標を持ち、今は勉強期間だと位置付けたのです。筋肉反射に出会ったのもその頃ですが、そこからは感覚的なものを研ぎ澄ましていくことの大切さを学びました。その後豪徳寺に開業しました。

●豪徳寺での治療は？
そのころニューエイジの潮流も

あって精神世界にもかかわっていきましたから、意識的な問題に触れたいということもあり、手技療法とレイキを組み合わせた独自の方法を試みました。いろいろなヒーラーたちを招いてワークショップを開催したり。しかししばらくすると、何か宙に浮いている感じがしてしっくりしない。わかる人にしかわからないという特殊性を見直さなくては、着地しなければ、という思いが強くなりました。それでそのスペースも閉じたのです。その頃に野口整体に出会いました。野口整体を勉強していく中で、治療ということと意識の問題とがうまくつながったという確信が得られたのです。感覚的な捉え方と客観的な観察の両方が違和感なく統一されている、ということです。ただ野口先生の心の治療は、名人芸というほかないような技も少なくありません。先生の治療は一見普通の治療に見えるのですが、からだを観察して直覚的にその人を判断し、潜在意識に働きかけるよう、たった一言でアドバイスされるのです。自分はその名人技にはとうてい及ばないという気持ちが強くなりました。そこで野口整体の勉強と平行して心理療法の勉強を始めたので

心と体を癒す整体ヒーリング

ウエダ整体塾

〒181-0013

東京都三鷹市下連雀3-42-18-507

TEL&FAX:0422-44-4060

<http://www.hpmix.com/home/444060/>

東京都出身 昭和33年生

す。その心理療法はプロセス指向心理学とって、ユング派の分析家であるアーノルド・ミンデルが始めたセラピーの技法です。身体症状の背後にある心理的なものを見つめていきます。

●内観法と考えるとよいのでしょうか？

そうですね、私は内観セラピーと名づけています。まず自分を苦しめている痛みや症状から目をそらさないでじっくりと注視するように誘導します。その身体感覚をじっくり味わうことで、その症状を起こす日常生活が見えてくるようになり、意識転換をはかるのです。症状の中にガンコさや攻撃性があったとして、それが自分に向けられたものでも他者に向けられたものでも、まず自分の中にその攻撃性を認めること。それから次にどうしたらいいだろうねっていう相談に移るわけです。そういう気付きの間だって葛藤は続いているわけですが、本人が病んだ理由を自覚すると身体症状は5割かた減ります。あとの5割が行動修正の段階であり、対人関係や自分のあり方、仕事のあり方などを検討していくのです。すると今までこれしかないと思いきこんでいたのに、いろんな選択肢ができてきます。だか

らカウンセリングというより、相談にのると感じるようになりますね。そこまで触れられたくないという人も少なくありませんが、そういう人には何も言いません。この人はこの部分に気がつかない限り治らないだろうな、と思っても本人がそう求めない限り押し付けることはありません。そういう人は通ううちに飽きてくるでしょうが、それはそれでいいのです。もちろん、私はすべての症状を精神的なものに結び付けているわけではありません。単純に身体的な症状もあるわけで、そういう場合にはそういう整体のやりかたで調整します。痛みをとるといって、回復能力を促すやり方で、それでどんどんよくなります。一時的に痛みが強くなることもあるけれど様子を見てくださいねと一言アドバイスすると、自然と痛みが消えていくという実感が受け止められると病気に対しても余裕が出てきます。もともと整体には病気が病気を治すという考えがありま

す。病気という働き自体がからだのバランスをとろうとしているわけです。

●セミナーもされています。

患者さんがよくなってきて自分で自分をケアする、高める、そんな段階の人に勧めるために始めたものです。野口整体をベースにしたからだの動きを指導したり心理学の講座など。今は患者さんよりも、整体などそういうことに関心がある人の参加のほうが多くなっています。

●今後の抱負は？

はっきりいって儲かってはいないけれど、現在は自分がイメージしていたことをやれてきているという自信はあるし迷いはない。患者さんに対してアドバイスするといっても、自分がそれをやれているかどうかで伝わり方が違う。自分が経験をふんだことというのは自信になっているから伝わります。ただこのような考えはあまり知られていませんから患者さんだけでなく、治療家の先生多くに実践してもらいたいと思っています。

先生は、言葉を選びながら丁寧にお話くださいました。先生の治療法は、ご自身のアトピーをきっかけにライフスタイルを見つめ直すことの大切さに気づかれたところが出発点になっています。このプロセスを治療法に活かすために長い時間を費やしてきたそうです。先生の優しさはこの忍耐強さに裏打ちされていると感じました。

