

# かくりん健身練の気功療法

## 【ご案内】

### じっくりと真剣に、必ずお読みください

日々、たいへん苦しみ悩まれているかと思います。しかし、病気になるには必ず理由がありますし、つくったのはご本人です。病気は、他人や薬に依存しているあいだは、改善されません。なぜなら、病気は自分自身の「心(考え)」が作りだしたものだからです。本来、病気は治すものではなく、自然に治るものなのです。病気や出た症状を素直に見つめ、かくりん健身練に来られたことをきっかけに、本物の健康を手に入れていただきたいと願っております。ご本人をはじめ、家族の方々全員が、心身共に不安や苦痛をなくして、人生をより豊かにしてもらいたいのです。いつもそんな想いで、かくりん健身練を運用しております。

## ～ 目次 ～

1. 最初にお伝えしたいこと
2. 病気になったメッセージに気づく
3. 生きがいや希望をもつことの大切さ
4. 気功療法とは
5. 気功療法の効果について
6. 気功療法の効果の補足
7. 皆さんの気持ちの転換
8. 連絡先

### 1. 最初にお伝えしたいこと

病院での治療や投薬を否定しているわけではありません。しかし、現在人は病気になるとすぐに薬を飲んだり、病院へ行って治療を受けたりします。病気は薬や医者が治してくれると信じていますが、それは違います。

病気は、自分自身で作りだしたものですし、私たちは、本来、自己治癒力（じこちゆりよく）という薬や治療に頼らなくても自分で治していく力が潜んでいます。

医者に治してもらおうと、あまりに依存してしまう現在人、検査値の上がり下がりや、担当医の一挙一動によって不安や絶望感におちいり、自己治癒力を下げてしまっているのです。

かくりん健身練では、気とココロの力を高めることで、「その病気を治せる人になってもらうこと」、いわばカラダの能力開発をおこないます。

あきらめることはありません。体力と気力があれば、宿っている治癒力を最大限にサポートし、増強することができます。

必要に応じて、ココロのもち方、あるいは自宅での気功法など、日々、おこなっていただきたいことを、その方の病状や生活環境に合わせて、オーダメイドでプログラミング（計画）していきます。

## 2. 病気になったメッセージに気づく

病気のメッセージに耳を傾けて、健康な自分に還る（かえる）ということに意識を向けてください。

「病気をどうしたらよいか」ではなく、「元気（健康）になるにはどうしたらよいか」に注意を払うようにしてください。

病気は、自分らしく生きてきたかどうかを気づかせてくれるきっかけになります。自然と共生する生活の重要性や自分の生き方を本当の道に戻す必要性を教えてくれるものです。

なぜ、病気になったのかを、しっかりと見つめ、病気になったメッセージに気づいてください。そこが、病気になった原因なのですから。

## 3. 生きがいや希望をもつことの大切さ

来られた方全員へ「あいたた・いたわり気功手帳」をお渡ししております。そしてその手帳に、元気になったら、または元気になるために、生きがいや希望を記入してくださいとお伝えしております。

生きがいや希望を、しっかりと考えてください。そう言われても無理だと思われる方は、楽しいひとときや心の落ち着けるひとときを思い浮かべ、喜びリストを作成（＊１）してください。

人は生きがいや希望をもつと、免疫（めんえき）の中樞器官である間脳が刺激され、そのはたらきが活発になります。それを神経系が情報伝達をして血液中のリンパ球が強化され、病気に対する免疫力が高まって自然治癒の方向に向かうのです。

免疫力をあげるドーバミンやアセチルコリン、幸せホルモンであるオキシトシン、腫瘍の増殖を抑制するメラトニンなどの脳内物質が分泌されます。

＊１．作成方法は別途アドバイスいたします。

#### 4. 気功療法とは

病気や症状を直接改善するというよりも、その原因となっている心身の機能不全を正常化させるものです。

医学的な見方として近いのが、自律神経の調整、血流の改善、免疫機能の向上といったものです。言い換えますと病気にならない身体に立て直すことです。病気をなくすのではなく、奥底にある症状がでてくる理由をなくすことです。

身体は、自己治癒力さえ高まっていれば、いつも「元に戻ろう、元気になろう」とする働きがあります。この自己治癒力さえ高めれば、病名などに関わらず、どんな病気も改善していくのです。この自己治癒力が著しく落ちた体や、病気に対する「心の恐れ」が強い場合、病気が自然修復しないのです。心の恐れを取り除きながら、気功療法を行っていきますが、病名にこだわるものではありません。皆さまの心と身体の状態に働きかけるもので、まずは頭に気を送り、次に病状によって、ポイントとなる部位に気を送っていきます。

人それぞれ、気も違えば、気の受けとりかた、気の間じかたも違います。まずは、私と気の交流がスムーズにおこなえるかどうかを、確認させていただきます。また、皆さんに気というものを感じていただきます。

なぜ病気になったのか、会話を通じて、心の葛藤や自責の念などを掘り下げていきます。家族へも話せないことや子供の頃からのトラウマなどを、どんどんお聞かせください。

次に主な反応の例をあげます。

手にあたたかさ、モアモアを感じる方

温かいものや熱いものが身体の中にじわじわと入っていくと感じる方

まったくなにも感じない方

## 5. 気功療法の効果について

これまで、多くの方からご質問、およびお問い合わせをいただいております。効果のでやすい方、効果のでにくい方について、以下のようにまとめさせていただきます。

気功療法が効くか効かないか、だれもが一番気になるところです。これまでの経験から、次の6種類のタイプに分かれます。ただ、百人百様、十人十色と反応が異なります。

症状や病状に関係なく、やってみなければ、効果があるかないか、また治るか治らないか、わかりません。

以下の表はだいたいの目安とお考えください。 とくに同じ症状でも以下のように受け手の気やココロの状態が大きく関係しています。

心臓移植が必要といった重症なケースや全身にガンが転移しホスピスを紹介されたケースでも、タイプによっては、潜在的治癒力が発揮され、治っていきます。西洋医学では説明のつかない、奇跡が奇跡でなくなります。

### 【タイプ1】

もともと身体的に気の通りがよくて、心がオープンな人はすごく効果があらわれます。

#### 【タイプ2】

身体的に気の通りはよいが、心は閉じている人の場合、気を信じていなくても効果があらわれます。

#### 【タイプ3】

もともと気の通りが悪い身体であっても、心が自由でオープンな人は、すぐに効果があらわれなくても、療法の回数を重ねていくうちに、徐々に気の通りがよくなって、効果があらわれてきます。

#### 【タイプ4】

もともと身体的に気の通りが悪くて、しかも、心が閉じている人の場合、ほとんど何の反応もなく、効果があらわれにくいです。

※タイプ4の方でも、順番待ちの際に、他の方から効果のあったことや、奇跡的に治ったことの生の声を聞いたり、自発功（じはつこう：身体が気の通りをよくしようと無意識の状態勝手に動き出す状態）を目の当たり（まのあたり）にした場合、タイプ3のように効果があらわれてくる場合もあります。

#### 【タイプ5】

医学的にみて、ほとんど無理だと思われても、奇跡的に効く（治る）場合と、もう一方で、自発功ができるなど身体はよく反応し、気の通りがスムーズにいくようになっているのに、本人の気分がよくなるしないし、病院の検査結果が改善しない場合があります。

※ タイプ1～4に関係なく、潜在意識と人智をこえた働きが関係するのではないのでしょうか。

#### 【タイプ6】

手術や抗がん剤など、三大治療によって、体力と気力（生きようとする力）を失っている人は、効果がでにくいです。

※だいたい手術をして切ったところは、効きにくいです。血管やリンパ管と同じように気の通りが体じゅうを巡っていると考えております。外科的な手術により気の通りが切断され、効きにくいと考えておりますが、もともとエネルギーの強い人は切断された気がつながり、効果があらわ

れます。全部切ったからダメというのではありません。抗がん剤や放射線治療も同様です。

## 6. 気功療法の効果の補足

### 1) 効果のあらわれやすい方の特徴

- 病気は自分でつくったことを受け入れた方
- 必ず治ってみせると前向きな気持ちになれた方
- 良い方向に目を向けられる方（ちょっとでも改善されれば大喜び）
- 気功療法中、すべてお任せといった感じで、リラックスされる方
- 生活習慣の改善や人のせいにしない方（周りの人に感謝できる方）
- 重い病気であっても、生きている喜びに気づかれた方
- 思いやりがあり、やさしくて、謙虚な方

### 2) 効果のあらわれにくい方の特徴

- 体力や気力が著しく低下している方（生きる力を失われた方）
- 治らない、なんで私だけがこんな目にといつまでも悔やんでいる方
- 病気を治すのは、お医者さんや薬だと、ずっと思い続けている方
- 病院が主で、気功療法は治ればもうけ程度にしか考えていない方
- 周りの方やご家族が、気功療法に嫌悪感もたれている方
- すぐに効果を求め、すぐにあきらめる方
- 平気で気功療法の予約をキャンセルする方

## 7. 皆さんの気持ちの転換

繰り返しになりますが、病気はだれかが改善するものではありません。その人自身が改善するものです。肝に命する必要があります。つまり、お医者さん、薬、サプリメント、漢方が治すものではありません。自分やまわりの意識が変われば、自己治癒力が高まっていきます。

さらに病気は不幸ではなく、新たな気づきを得るための尊いものです。そこから人生が始まりますし、始めること自体がチャンスです。まずは、自分の病気を素直に認めることからはじめ、今ここに生きていることの「すばらしさ」や「ありがたさ」に感謝の念をおもちください。

心に恐れや不安があると自己治癒力や免疫力があがらないばかりか、病気を10倍にも20倍にも重くしていきます。

それと、たった数回の療法で、結果を決めてしまうのはもったいということ  
です。続けていきますと、だんだんと身体が変化していき、身体の不快感が  
なくなってきたり、体調が劇的に変わったり、病気が治ってきたりします。

私は、気功療法をとおして、生命（いのち）と真剣に向きっております。  
皆さんも、かくりん健身練に来られたことをきっかけに気持ちの転換をおこ  
なってください。

## 8. 連絡先

氏名 新開 精一（しんかい せいいち）

電話番号（自宅） 079-490-2837

パソコンメール [tomi-seikou-shinkai@ceres.ocn.ne.jp](mailto:tomi-seikou-shinkai@ceres.ocn.ne.jp)

以上