

頸と肩周辺の指圧

肩こりは肩に病気があるのではない。他に病気があってそれが肩にあらわれるのである。頸部は特に大切だからしっかりと押しなさい。皮膚を引っ張らないように少し皮膚を反対側に寄せてから指圧する方向に真直ぐに垂直に圧す。

首のない人、短い人は横臥にさせて圧すと胸鎖乳突筋がよくあらわれて。また指がよく入り押しやすい。これをやると胸部が開いて呼吸が楽になる。

いろいろと患者に教えられることがある。気がついたところを押しみて、家に帰って自分の身体を押しみて反省する。また次の日患者に聞いてみる。楽になれば患者は本当のことを言う。聞かなくても呼吸を見ればわかる。気持ちが良いれば患者は本当のことを言う。秘密のことも言うようになる。ここで指圧師は

言葉に注意せよ。他人の家で知った秘密は他言してはならない。

前頸部四点目は気管を圧さないように。患者の顔を見ながらゆっくり圧す。圧が強いと反発力がある。だんだんとやわらかく圧すと痛くない。呼吸も心臓も楽になる。無理に最後までほぐすことはない。血液がよくなると楽になる。

心臓弁膜症で手術をする寸前で思い止まった人をこの方法で治した経験がある。ここを圧すと胸部の収縮力がよくなるから胸が開く。ここは軟骨でつながっている。

次に仰臥位で背中に手掌を入れて親指で首と肩の付け根を圧す。肩甲骨間部が柔らかくなる。方向は第七頸椎と第一胸椎の方に圧す。頭の思い人もやもやしている人、特に女子に多いが、このような人にやると効く。両手で両肩を一度にやっけてはいけない。圧の逃げ場がない。圧の逃げ場をつくってやることである。同じ金を取るにも、相手を気持ちよく

して取れ。ツボはそれだ。目に見えない。人によってそれぞれ違う。触覚で指で探せ。それが正しい。むち打ち症の人もここを圧すとよい。

僧帽筋を和らげる。次に肩甲骨部一点目をやる。心臓の弱い人は三点目、四点目をよく圧す。

わたしは頸部に普通より二、三分多くかける。一番大切だから。くびが楽になると安心してくる。

上腕を内旋させると肩甲骨の内側に指がよく入る。この内側をよく圧すとよい。この内側に細いスジがある。このスジを逃さないようにするとよい。このスジを肋骨の縁におさえて圧すとよい。三点目四点目は無理にグイグイ押ししてはいけない。年寄りのときは特に注意。肋骨が石灰化して折れやすくなっていることが多い。肩甲骨の下縁を圧すと脊柱起立筋が楽になる。

信仰は何でもよいからやりなさい。悟りの早い人はそれだけ早く救われる。

続く

腰痛の人も便秘の人も腸が動くようになる。背部十点目は向きを変えて圧す。横突起を圧してはいけない。痛いと感じず。十点目は探つてはいけない。他方の手の小指が骨盤に当たるからわかる。ゆっくり圧す。こは時間をとつてゆっくり圧す。

腸の弱い人は腰が痛い。骨盤は内臓を守っている。内臓が悪いと腰に痛みが来る。長い経験で圧していくと硬いところがわかる。しこつていくところがある。そこをよく圧してやる。二回でも三回でも圧す。強くぎゅつと圧すとかえって硬くなるから注意せよ。ゆっくり柔らかく垂直に圧す。求めているところを圧すと患者は喜ぶ。腰が痛い人も体全体を圧すことだ。

腹にメスを入れると腰が痛む。盲腸の手術をした人は足の親指に力が入らない。転びやすくなる。我々の

仕事は親指の仕事である。血液の循環をよくするといつの間にか神経痛がとれる。

いい気持ちと、良くなるどころがどこだか勉強しておくことだ。九点目、十点目がそれにあたる。

腎臓のところはあまり強く圧してはいけない。

病気は気からだから、あまり病名を言うとう気にして具合が悪いことがある。

背部は脊柱起立筋を圧すが、靱帯の悪い人もある。指を重ねて圧せといつているが、両指をはなして圧すと筋肉を挟む人がある。それで親指を重ねさせるのだが、実際には両指で筋を押さえて、硬いところは主に、そうでないところは縦にして調子をとつて、圧すことだ。両指を自由に使えるようにすることだ。疲れてくると腎臓に来ることが多い。体をのせて圧をかける。指がけではないけない。そうすると深部に圧が通る。いい気持ちの時は指に感ずる。呼吸が

一時止まる。はなすと呼く。「いい気持ちでしょう」ということだ。痛いから効くのではない。

治療師になった時、金のとれる場所をつくつておケ。そこを覚えて圧してやれ。お客さまに喜ばれて金がとれる。能書きばかりではだめだ。一定のものを掴むようにする事。指の使い方を研究せよ。

十点目をよくやること。穴かがよくなる。人によつては九点目、八点目、七点目がよい人もある。

ゆっくり圧す。先生の指の先ばかり見ている人が多いが圧している全体をよくみてつかめ(姿勢、足の置き方、手の使い方)。

体は年と共に変わる。子供は五歳、七歳、そして思春期の十五歳、二十一歳、四十二歳。女子は十三歳、十九歳、三十三歳、これを厄年という。気をつけて無理をしないことだ。

健康が大切。まず自分の身体を治せ。柔らかな体で治療法をのみだすこと。他人の気持ちを知らなければならぬ。

門間先生講義 その3

甘いものはいけない。カルシウムが足りない。こういう人は太れない。腸が弱いから呼吸が悪い。骨がバラバラしている。体に酸が多い。

仰臥にして掌圧をする。肋骨と肋骨の間の肉を押す。無理のない圧力で押す。腰部もやる。

胃拡張

肋骨弓を見ればわかる。骨が上にひっくり返ってめくれ上がっている。普通に押す。特に膏こうをよく押せ。年を取ってからでは中々癒せない。摂生すればよい。背中をよく押せ、必ずかたくなっている。治療法はたいていして変わりはない。腹部はお腹に力が入らないように押せ。反抗心を起こさないように掌圧が一番よい。胃潰瘍の時は胃のかたいことがある。胃のかたい時は○(不明)をかけてよい。

お腹の痛い人は鼠径部を押せ。(三
点目章門) 尚痛い時は足の三里をお

せ。骨の内側に押し込むように押せ。指の使い方で効き目が違う。腰椎の二、三番を押す。斜めに押す。すると○(不明)腸が動き出す。暖かい気が走るのがわかる。いい気持ちになる。カルシウムを注射した時の気持ち。ここは婦人科にも効く。銭の取れるところだ。

患者の気持ちがいところはどうして分かるか。いい気持ちでしょうでは押し付けになる。「いい気持ちですか」と聞く。「いい気持ちです」と言ったら「そうでしょう」と答える。

「そうですか」ではだめだ。押しながら脈を診る。時間をかけてゆっくり押せ。はじめは普通に慎重に。腎臓部はあまり強く押さないように。七、八部目にしておけ。かたところをたくさんやってもだめだ。バランスの取れた治療をせよ。

患者の求めているところを察知しておせ。少し長めに押せ。手の使い方は指の腹いっぱいをつかって押せ。痛さが違う。

腸の弱い人は仙骨と坐骨の間が硬い。ここは坐骨神経痛、婦人病にもつながる。腸骨稜をよく押せ。いい気持ちのところにあたる。肝臓にも効く。

外から来たものは伝染病だが、内から起きたものは自分でつくったものだ。

仰臥位で鼠径部をよくおせ。硬いところ、靱帯の半分下がったところ、スジの下を上向きに押せ。

恥骨の押し方

婦人病、関節リュウマチの治療にもつながる。これをマスターすれば立派な先生になれる。どれでもいいから一つ深く研究しなさい。

これをやるときは大殿筋のところもやらなければならぬ。恥骨はずっと坐骨までつながっている。ここを使う。恥骨の縁を圧せ。手を使うには余程気を使ってやれ。片手で感じを見ながら圧せ。痛いから片手は外に置いておけ。鼠径部○(不明)恥骨に沿って圧せ。

続く

門間先生講義 その4

椎間板ヘルニアは本当に椎間板がずれたものなら手術しなければならぬ。しかし亜脱臼したものなら治る。その原因は生活にある。職業にある。腰痛といっても理屈はいらぬ。女の人には中々治らない。暑さ寒さの変わり目に出る。先ず問診して左か右かを聞く。

原因は他の病氣の後遺症として出ることもある。便秘がないか聞く。脊椎骨に触れてみると一寸出ているところがある。これが腰部の狂いである。腰が硬い、腎臓のところ。浮肋骨十二番あたり、ここが緊張して収縮して伸びない。脊柱起立筋が一番大切。これに疲れが早く出る。肩甲下部(肩甲骨の下)に現われる。痛いところはあまり強く圧さないこと。圧して痛い時は素直に痛いといいなさい。痛みを楽にするために圧すのである。

筋肉はみんなつながっている。静

かに触って中を見ながら(感じてみる)圧す。

胸椎①から⑫の間に疲れが現われる。腰の動きが悪い時はつっぱっている。聞きながら圧しなさい。原因は捻挫、打撲、便秘、下痢にある。小野寺圧点を圧す。浪越圧点もよい。腸骨稜を圧すと良い。骨盤の上を押す。四本の指を添えて親指で下から圧す。緩めてずらしてまた圧す。これを3〜4点圧す。ゆっくり持続圧で圧す。

仙椎の隙、凹みがある。これはツボである。ここを圧す。圧もかかる。ここが坐骨神経につながっている。いい気持ちのところは痛くても耐えられる。また病氣によつては心を鬼にして圧さねばならぬこともある。ここを2〜3回やるとポーンと暖くなる。腹のほうも繰り返して繰り返してやる。内臓もよくなる。女の人は若返りもできる。

仙骨と尾骶骨の間の筋肉が硬い人は痔のあることもある。腰痛のある

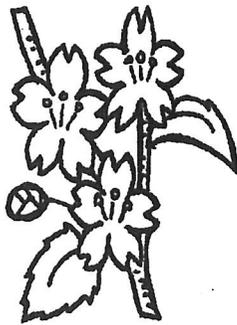
人は腸の働きも悪い。筋肉が緊張して硬くなる。どこか異常があると活気がない。そういう時は仙骨と尾てい骨の隙をよく圧すことだ。

痛いところはぐんぐん圧してもよくなる。腰をよく、深く圧しなさい。銭の取れるところはここだ。腰も治し痔も治す。こういう人は痛くてものを言うことができないが、便が出る頭もよくなる。

背部十点目は指を横にして使え、ただし腰椎にさわらないようにして圧す。気持ちもよくなる。腰は人間の中心で一番大切なところだ。

つづく

実技の際のお話をメモしたものです。会話調なので各自ご判読下さい



門間先生講義 その5

次は脚部をやる。大腿 大殿筋をよく圧せ。どういふふうにやってもよいからよく圧せ。力を入れて圧す場所もある。

消化器系、胃下垂、胃アトニー、胃酸過多症、胃拡張などについて。胃下垂の人は望診で分かる。猫背の人が多い。腹に圧迫感があつて伸びきらない。へその上に力がなく、弾力がない。内臓下垂で下腹が張る。女の人は下の病にかかりやすい。ご飯が多く食べられない。食べたら横になるとよい。背中も張る。腰も張る。首も肩も張る。

お腹を治療する時は、臍より下は手を下向きにしない。内臓を押し上げるような治療をして欲しい。

胃袋は筋肉で出来ていて、ある程度は上がってくるが、もう一步が足りない。胃袋も臓器も背中に吊つてある。その靱帯も緩んできている。背中を圧して靱帯を締めるようにし

て下さい。もつとひどくなると掌圧が効く。力の入れ場所によつて効き目が違う。手根のほうに力を入れる。消化のよいものを少しずつ食べなさい。あなたの胃袋はあなたがこれ以上食べてはいけないと決めてい。治療法は同じである。

まず仰臥位にして胃下垂の人は下腹部をよく治療する。坐職の人に多い、仕立て屋さんなど。

前頸部をよくやる。へそから上の病には前頸部をよくやれ。側頸、後頸は普通にやる。つらい時には背中から、頸、最後に腹部をやる。こういう人はイライラして我慢強い人が多い。いつ爆発するかわからない。

延髄の両側が硬い。ヒステリー球も出来やすい。延髄をよく圧せ。延髄のわきに硬いものができる。胃下垂、胃酸過多症にも多い。そういう人はおしゃべりが多い。聞いてもらいたい、味方が欲しい。それに合わせて聞いてあげることだ。ある程度しゃべると疲れる。

肩を圧して、肩甲間部を圧す。背筋を圧せ。胃も張る、肝臓も張る。隣り合っているから連絡がある。

これが硬いでしょう。これがあるからイライラするのだと話す。これも方便である。

骨を圧すな、筋肉を圧せ。骨を圧すと次の日痛くなる。

肩甲間部一点目をよく圧せ。圧していつて硬いところがあつたらそこをもう一度圧せ。指は重ねない。右指に感ずることもあり、左指に感ずることもある。両指で挟んで圧す。背中や腰を圧すとよい気持ちだ。十一点目は指を横にして圧したほうがよい。

腸の弱い人は膝から下に力がない。丹田である。精力が減退している。触つてみるとよく分かる。丁寧に掌圧する。上つていくように、気分よく、治るなあという気持ちを持たせ。胃酸過多症の人は背中を見ると骨がゴツゴツしている。胃弱といわれる。

つづく

門間先生講義 その6

痔の話

まず痛みを和らげるのが大切。患者に喜ばれる。患者の痛みはやつた人でないと分からない。これを治療すると喜ばれる。

治療法としては日光浴が一番いい。毎朝歯を磨くように肛門をよく掃除しておくことだ。一番の原因は冷え込みである。男の人は酒を飲んで暖まっていると思っているようだが実際は冷え込んでいる。冷たいということとは寒さを感じることだ。夏でも冷えることがある。私は扇風機でやられた。

まず肛門が痒くなる。何か出来たか、虫でもいるのではないかと思う。他人に見てもらっても何にもない。神経だ。痒い……。

体を冷やさないことが第一だ。体が冷えると腸が冷える。腸の終点が水戸様（肛門）だ。なつてからでは遅い。腸を丈夫にすることだ。腸が

弱つてくると便秘勝ちになる。腸が弱いから力が入らない。便秘と共に下痢も悪い。下痢のとき出る粘液が肛門を刺激する（肛門括約筋）。出たいようでない。

女の人はお産の時脱肛することが多い。痔の種類には、痔核、いぼ痔、脱肛、肛門周囲炎など。化膿すると痛くなりひどくなると脊髄まで入る。手術して取ればよいが結核性が多い。痔瘻も結核性が多い。これを治すと胸のほうに転移する。このほか切れ痔がある。血圧の高い時はこれで下がる。血が広がるからみんながびつくりする。

たいていいぼ痔の二つや三つは持つている。これが冷えると痛い。枕元を歩かれても痛い。脳に直通で近いからである。百会を押すとよい。痔は夏場に薄着をするから冷える。

治療が一番よいのは指圧だ。ハリも灸もやつたが、家内に教えて指圧をさせたのが一番効いた。

まず腸をよくやりなさい。腸の悪

い人は胃も悪い。痛みを早く取ること。うつ血を取ることが先決だ。仙椎をよく圧して、尾骶骨の両側のくぼみに指を入れて圧す。一番いいのは指にゴムサックをして肛門から入れて尾骶骨の内側を圧することだ。

それが出来なければ尾骶骨の内縁をよく圧せ。尾骶骨から二センチ位上に灸をすえてもよい。尾骶骨から二センチ位上がったところの両側を圧せ。硬くて痛い。田舎の人に多い。時間をかけてよく圧せ。

坐骨と仙骨と尾骶骨の間は普段から治療師は自分でよく押して予防せよ。ここが痛い人は腸の弱い人である。次に大腿内側をよく圧せ。これを圧すと腸が丈夫になる。平素の撰生が大切だ。

二不浄はやわらかい紙を使うこと。拭くときは吸い取るようにしてとれ。あとは熱い手拭いでよく拭く。ひどく痛むときは鎮痛剤を飲んでもらえ。脱肛を入れた後はシツカロールか歯磨粉をふつておけ。 つづく

門間先生講義 その7

喘息

体験から言うと遺伝性も持病もある。肩から背中が硬くなる。風邪を引かないように納得させて治療せよ。まず前頸部三点目、四点目をよく圧せ。これは発作の起きる前にやれ。首の短い人はやりにくいのが、横臥にして頭部側から圧せ。

圧を外に抜くように胸鎖乳突筋を圧してゆるめにやると楽に入る。やり易いようにやれ。③—④をよくやると刺激が効いて胸郭が楽になる。

肺尖は圧すな。鎖骨が出ている人は肺患いにかからない。犬でも猫でも首を触られると喜ぶ。人間も同じだ。大胸筋が緩んで痰が切れる。

側頸部も圧せ。横頸部、上項線、頸椎も軽く圧せ。棘突起と横突起の間をもみほぐすような気持ちで圧せ。肩甲上部と、頸椎⑦と胸椎①の間の

一横指わきを圧せ。

肩甲間部③—④の間（心臓の急所）をよく圧せ。内縁が盛り上がっている人もいる。肋骨の間に指を入れて圧せ。

最も悪いところは肩甲骨の中にある。膏肓という。腕を下にすると肩甲骨が広がってよく圧せる。この膏肓は七つの病気に効くといわれている。



咳をする力に大切なもの—この力は横隔膜が動かないと出ない。

内臓の弱い人の骨格は狭まっている。左季肋部を押し下げないように圧す。

横隔膜は胃の悪い人は上に上がりつ

ばなしになっている。但し浮肋骨をいためない様に注意してやれ。

脊柱をよくやれ。手足、特に手をよくやつてから頭部を圧せ。耳の上のこめかみの上（くぼんでいる所）を中指で圧せ。ここを圧すと唾液がよく出る。

次に仰臥位で、前頸部を頭部側に座して左右交互に圧せ。硬いときは二回でも三回でも中を見ながら圧せ。三点目は甲状腺ホルモンの出る所。大胸筋が楽になる。この筋が硬いと胸が拡がらない、痰が切れない。

後頸部を圧す。親指を四本の指につけて肘をテコにして圧せ。次に胸部をよくやる。肋骨と胸骨の間をよく圧せ。天突を心臓のほうに圧す。四本の指を胸骨の上に置く。やや心臓のほうにやる。腹部をよくやる。（分かりにくいところがあります各自ご判読下さい—齋藤）

続く

精力減退

腋臭（わきが）のある人は精力のある人だ。身体に若さがある証拠だ。精力が減退してくると腰が冷える。掌圧すると暖か味が膝まで透る。

治療法としては腰をよく圧すこと。腎臓の裏をよく圧せ。排泄機能がよくなる。

男は下腹部が温かくなければ行けない。女は暖かい人はわるい。

下腹部を暖かくするために両側を圧せ。腰を大事にする。

仙骨の押し方。

仙骨一点目の凹を圧せ―斜め下方に圧せ。二点目以下は垂直に圧せ。

仙椎の裏側を圧すのが一番よい。仙椎の横を時間をかけてゆっくり圧せ―内側に入るように。

肛門に弾力のない人はだめだ。肛門のよく締まる人はよい。

次に腹部を圧す。弱い人は腸が弱い足も弱い。尾骶骨の硬い人は脚部をよく圧せ。大殿筋をよく圧せ。鼠径部も圧せ。腹部は掌圧で丹田を軽く掌圧せよ。両母指で押し、左右にはじく。

生理痛

なる前に予めやるとよい。先ず腰を圧せ。八、九、十点目を圧すとよくなる。次に仙椎、浪越圧点、臀部をよく圧せ。

腹部を掌圧。腹部をやるときは両手同時に力を入れてはいけない。片方に力を入れたら、もう一方は予備支えとする。掌圧するとよい。

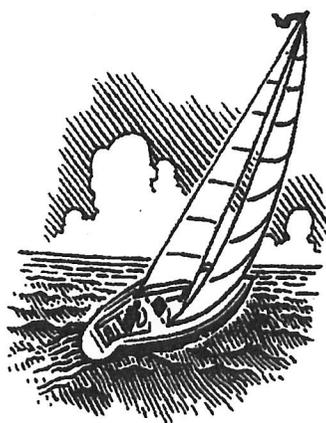
腹式呼吸

腹式呼吸は、横隔膜を使って行う呼吸で二種類ある。一つは吸気して腹を膨らませる方法、もう一つは呼吸で腹を膨らませる。

一般の人は腹に力がないから先ず腹の筋力を鍛錬しなければならぬ。腹には、腹直筋、外腹斜筋、内腹斜筋、腹横筋、腸腰筋などの筋肉がある。これらの筋肉が緊張して横隔膜が下がると腹に腹圧がかかる。

先ず、横隔膜を良く上下に動くようにすることが第一である。それには腹をへこませて、その後力を抜いて腹を膨らませるといいことからはじめるとよい。これを就床してから眠る前にやるとよく熟睡が出来ます。

つづく



風邪の予防と治療

風邪を引いたら心窩部をよく圧せ。

●●がでる。胃を圧して休むことだ。寒気がするのは毛穴がふさがり、皮膚呼吸がにぶるから。●中を圧して胃を圧せ。

熱のあるときは足をよくやれ。

子供の時は鼠径部をよく圧せ。子供の治療は親の気持ちでは駄目。自分が子供になるー子供と遊んでもらうつもりでやれば素直になる。40度くらいの熱も2度くらい下がる。

高熱が二三日も続くと肺炎になる恐れがあつて医者が心配する。腰から足のほうに熱を引つ張るとよくなる。

血圧の高い人は入浴の時ぬるめのほうがよい。それも先ず膝まで入つ

て、次第に身体全体を湯につけるほうが安全である。

風邪は寝ているに限る。風邪の長持ちしている人はこれは神経性だ。寒気するときには肩を押せ。隆椎と胸椎一番の間の横を圧す。背中がスーと暖かくなる。患者を仰臥させ術者は頭部に位置して膝に肘をつけテコとして隆椎と胸椎一点目の間の横を圧す、力は要らない。時々息を抜いて二三回圧せ。

次は肩甲骨の角を圧せ。これも背中が暖かくなる。圧してもらつた本人がよく分かる。指の触覚で圧加減をする。

健康な人はどこを圧しても（神経の出入りしているところ以外は）痛くない。身体の悪くなっている人は皮膚に圧痛点が現われる。それだから患者の言うことをよく聞くことだ。

気持ちのよいことはすぐ人に話すものだ。

その一庄、ひとおしが大切だ。お互いに信じて圧すことだ。

指の使い方に注意せよ。四本の指を離すな。よくつけてやれ。腰をよく圧しなさいー腸が働くように。これは胃腸の両方に効く。

注 ●は原稿が判読不能のところです。

つづく



初婚の人は妊娠したことを知らないでいることが多い。身体の調子が変わる。精神的にも変わってくる。身体がだるく熱っぽくなる。

ある人が東大で診察してもらったら肺が悪いといわれた。その人を診たら少しおかしいのもう一度婦人科で見てもらいなさいといつて帰した。やっぱり肺でなくて妊娠であった。このように初めての人は気がつかない人が多い。先ず一番先に気をつけることは顔をよく見ること。

① 眉毛が立ってくる

② 目が少し釣りがたってくる

それは相手に言うな。きれいになりましたねと言う。馬鹿正直は駄目。嘘も方便。相手のためになることならうそをついてもよい。治療師はこれを専門にやりましたといつてもよい。そうすると相手が安心して受け

られる。

先ず肩が、次に背中が突っ張ってくる。経験のある人はわかるらしい。男のほうでも注意してやれ。夫が余程注意しなければならぬ。

母体に恐怖観念をもたしてはいけない。お産は病気ではない。人間の身体は自然と出るようになっていく。骨盤も多少は必要に応じて動くものだ。安産させるのは我々の責務だ。三ヶ月までは普通にやつて良い。困るのは悪阻、産むまで病院に入っている人もいる。どこか狂っているのだ。

先ず肩をよく圧せ。深部に透るような圧し方を背よ。指だけで圧してはいけない。右指を下にして、左指は従として圧せ。背筋を圧せ。脊柱起立筋④⑤⑧が張ってくる。四本の指をしつかりつけて押せ。

次に肩甲骨の内縁を押せ。親指を平行にして圧せ。中身によって体の動かし方が違う。

四ヶ月以上は腰をきつく圧してはいけない。軽く時間をかけて圧せ。下肢も軽く圧せ。足もよく圧せ。気持ちのよいものだ。どんな人でも足をやると気持ちがよくなる。重症の人でもこれをやると寿命が一ヶ月位延びる。

臨月は座位で手際よくやれ。尻の下に布団を入れて足を出させる。お腹は掌圧もよくない。下肢を圧せ、掌圧でもよい。下腿も軽く圧せ。お産の時に足をよくやると脚気にならない。胃の裏を圧せ。足の三里もよく圧せ。とにかく妊婦の身体を揺さぶらないのが大切。仰臥が無理になる。肩甲骨棘下部も張ってくる。肩甲骨の内縁をよく圧せ。これをよくやると産後乳の出がよい。座位治療はしびれるから長くやらない。

つらい人は後頸部、延髄をよく圧せ。これはお産まで圧してよい。相手のつらいことはやらなくてよい。

つづく

便秘の指圧法

治療法は出来るだけ自分で腹を圧しなさい。腸は強いところと弱いところのある人がある。こういう人は腸捻転を起こししやすい人がある。

腸の細いところがある人、部分的に弾力を失っている人、こういう人は便秘を起こししやすい。

腸の触診は難しい。いつまでもグーと圧しては硬軟がわからない。触った瞬間に分からないといけない。そこに修練を要する。そこに抵抗がある、触った瞬間だ。指や掌を鋭敏にしておかねばならない。年をとった人は便秘を早く取り除きなさい。

【伏臥位】

こういう人は胃がおかしいから胃の裏背部をやる。頸部、肩部からずつと背部を圧す。硬いところに来た

ら何回でも圧しなさい。刺激を与えるためである。一度に強い圧をかける。腰は第二、三腰椎の所を良く圧しなさい。便秘すると神経の働きが鈍る。だから刺激を与える。脊椎骨のわきを圧すこと。

腰椎一点目のわきは腎臓にあたるから弱く圧せ。二、三はそれよりも強く押してよい。肛門の方も狂っているから仙骨の内側を圧す気持ちで圧すとよい。こうすると痔も起きない。

一つには粘液の出が悪いから便秘するのだから腸骨稜の二、三点目もよく圧せ。伏臥位で膝を少し開かせるとよく圧せる。食物にもよく気を付けよ。柿を食べるとよい。

大腿内側をよく圧せ。こども伏臥位で膝を少し開かせるとよく圧せる。ここが張っている人は腸が弱い。婦人科病の人もここが硬い。

膝裏一点目をおせ。こども腸に効く。足の裏もよく圧せ。

子供の便秘にはミルクキヤラメルがよく効く。ミルクキヤラメルを半分くらいなめてからそれを尻の穴に入れて坐薬とする。有効無害である。

【仰臥位】

腹部掌圧——小指球、拇指球をよく使う。固い布団に寝た方がよい。鼠径部をよく圧せ。悪いところを早く治そうとするのが拍動だ。腹部を静かに掌圧すると硬いコリが次第にほぐれてくる。

毎朝毎晩自分で指圧せよ。たとえ十五分でも続けることがよい。腹式呼吸をやるとよい。腹に力が入るようにならないとだめだ。便の出が悪い人は腹式呼吸をやりなさい。先ず健康は自分からやって見せないお客は信用しない。悪いお腹ほど掌圧しなさい。特に胃下垂の人ほどよくやりなさい。 つづく

門間先生講義 最終回

肩こり

肩の凝る人は、胃の弱い人、腸の弱い人、婦人科の弱い人も凝る。他に病気があるから凝る。

「肩こりは病気の予報である」
このようにお客に話せ。

先ず自分でみぞおちをよく圧せ
肩甲骨の内角の傍らのツボは風邪にもよく効く。風邪の長持ちしている人はここを圧すと背中がポーツと暖かくなる。精神作用だ。

座位で指圧をしない。ただ圧しただけではだめだ。先ず指を当てたらちよつとひねってそれから垂直に圧せ。

背骨と膏肓の間に目に効くツボがある。ここに昔の穴あき銭をのせるとツボがあらわれる。これでここに灸をすえてソコヒを治したという話がある。ここをやるときは頸部をよ

く圧してから肩甲骨を押し、それからここをやる。目がはつきりする。背骨の三番と四番（注・胸椎のことと思われる）の間にある狭いところを横に圧せば入る。

患者はうそを言わぬ。
患者に教えられ治療師は修行を積む。
患者を師と心得よ。

以上

残念ながら門間先生の講義録の連載も今回で終了です。門間先生が実技をやりながら思いつくままに話したことをメモしたものとしますので、会話調で文脈の合わないところもありましたが、かえって臨場感があるとも思いました。先生が自信を持って教えていた風景が目には浮かびます。

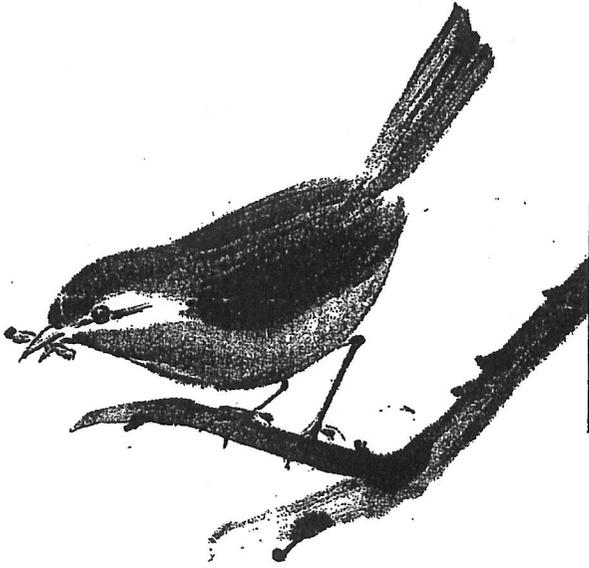
門間先生のほかにも我々の先輩にはすぐれた技術を持った先生がたくさんおられました。そんな先生方の講義メモや、録音テープをお持ちの方がおられましたら是非ご連絡下さい。このような形で掲載して皆さんにご紹介したいと思えます。勿論浪越先生のものも大歓迎です。

それと共に我々も様々な体験、成功例、失敗例を残していくことが必要と思いますので、皆様からの投稿をお待ちしております。

齋藤



い。自分の心を正せ。健康体になることが大切だ。わたしは二日酔いで休んだことはない。責任ある仕事を持ったときはやらなければならぬ。腹の悪い人は体にも異常がある。体がそうさせるのである。どこかにひずみがある。今の人と気持ちにずれがある。今の人に従え。



謹賀新年

今年もどうぞよろしく

お願い申し上げます

会長

斎藤 良知

副会長

赤岡 充雄

副会長

山本 祥

会計

原 忠雄

会計

小林 由紀子

会報編集

小谷田 作夫

理事

相澤 金雄

理事

女良 タミ子

監事

太田 博久

相談役

稲場 哲夫

相談役

増田 清一