



意識で開いて意識で治める

安藤 元績

患者さんと会話の中で、

「試験に合格しました」とか、

「第一志望の会社に入れました」

「目標が見つかりました」

と嬉しい報告をいただくことがよくあります。

こうした結果の背景には、ご本人の頑張りをはじめ、さまざまな要素が加わっていると思います。しかしこれまでを振り返ってみると、本人が絶対に無理だと思っていたことが実現するタイミングや、人生の転機となるタイミングで治療を通じて関わりを持たせていただいていることがとても多いのです。

これらが偶然を超えた偶然のように思えた僕は、何か治療に秘密があるのではないだろうか、考えはじめました。

とはいえ、僕自身は特別な治療をしているという自覚はまったくありません。

ただ日々の治療を通じて、身体以外の「なにか」にアクセスしている感覚だけは、いつの頃からか持っていたのです。

「なにか」についてわかっていたのは、身体という枠組みよりもっと大きなものであるということだけです。

この「なにか」の正体。

その正体は自らの体験によつてはつきりすることになります。

2016年、僕はこれまでの自身の治療のやり方を一度捨てて、一からではなく、ゼロから新たに再構築を試みました。

これはとても大きな決断でした。

再構築に取り組みはじめしばらく経った頃、突然本の出版の話が舞い込んできました。僕は昔から「一生に1冊ぐらいは自分の本が出したい」という思いがありました。

お話をくれた出版社の方が、どうやら僕の書いているブログを読んで、目をとめてくださったようなのです。

この流れは一体なんだろう？

この出来事にいたったきっかけを考えていると、治療の再構築を決断したこと以外考えられなかったのです。

○今までのやり方を捨てたこと

○治療の在り方を見直すこと

○これらをする決断をしたこと

これらに共通することを考えた時、治療する時に感じていた「なにか」にアクセスしている感覚、その正体がわかったのです。

「なにか」とは「意識」

突然舞い込んできた出版の話は、自身の治療に対する意識の変化から引き起こされた現象です。

意識には種類があります。

個人の意識だけでも顕在意識、潜在意識がありますし、個人を超えた意識も存在します。無意識と呼ばれるものも意識の種類の一つです。

治療を通じてこれらの意識間で何らかの交流が起こり、元々あつた意識状態に何らかの変革が起きた時、思わぬところから面白い現象が起きてくる。

### 「意識」の変化

これが、偶然を超えた偶然を引き起こす鍵になっているようです。

意識の変化といっても、内容はさまざまです。

「痛みがあるのが当たり前」の状態から

「痛みがないのが当たり前」になる。

これも一つの意識の変化です。

治療を通じて大きな意識の変化が起こった場合、何年も働けなかった人が急に仕事が決まったりするなどの、本人も驚くような現象が起きてきます。

自己啓発の本で意識について書かれているものも多いですが、僕らが思っている以上に人間の意識と  
いうのは、すごい力を秘めているようです。

意識を変えるためには、常識だと思っていたものを見直したり、大きく見方を変える必要があります。

本編では意識変革の一助にしていただけのように、身体と健康について21のテーマで構成されています。  
そんな見方や考え方ができるんだと、身体の常識を見直す参考にしていただければ幸いです。