



Healing Presence

NPO法人日本ヒーリングタッチ協会ニュースレター vol. 28 Oct, 2024

ホリスティックマインド

「ホリスティック」とは、全体や全体性を意味する形容詞であるため、ホリスティックケアやセラピーというと、肉体的身体だけでなく、例えば、心も見えていく、または、ボディ・マインド・スピリットを見ていくもの、と捉えられがちです。しかし、見落されがちなのは、「関係性」という視点です。

全体という時、そこには必ず全体を構成する要素があることを意味します。そして、そこには、それらの要素があるだけでなく、要素をつなぐ「関係性」が存在します。これが、ホリスティックな視点のもっとも重要な点です。そして、それらの関係性は、静的ではなく、動的なつながりです。さらに、人を存在たらしめている全ての要素との関係性も含まれることになります。家族関係、友人関係、職場関係などの人間関係に加え、社会環境や自然環境からも私たちは影響を受けているからです。

関係性の視点はさまざまな示唆を与えますが、ここで取り上げたいのは、『唯一無二』の根拠です。人は動的な関係性の中で生きている、ということは、私たち一人一人は、全て異なる唯一無二の存在であることを示しています。似たような環境下で生まれ育っても、同じ親に育てられても、環境と自分や親と自分の関係性でとらえると2つとして同じものにはなりません。私たちはそれぞれ世界に一つだけのユニークな存在となります。まず、これを理解することが大切です。そして、自分自身も含めて、「違う」ということを受け入れ、その「違い」を尊重する必要があることに気づいていきます。

このホリスティックな関係性の見方をヒーリングやセラピーという場面に適用すると、ホリスティックセラピーの基本的な姿勢が見えてきます。そのひとつは、どのような人であっても、受け入れるということです。そもそも同じ人はいないわけですから、ホリスティックに対応するというのであれば、違いを尊重し、原則としてですが、それらを受け入れていかなければならないことになります。無条件で受け入れるという姿勢は、ヒーリングタッチの学びの中では、ベーシックコースでも学ぶ、基本中の基本ですが、それはホリスティックな姿勢でもあるのです。ふたつめは、「絶対」はない、ということです。どんなに効果的な療法でも、仮に科学的なエビデンスがあるものであっても、誰に対しても絶対的に効果がある、とは言えません。特に、ヒーリングタッチを含め非言語な設定で行われるセラピーには、個人差が大きく影響します。なぜなら、人それぞれが違うからです。ですから、常に、受け手の感覚を尊重して、セラピーを進めていかななくてはなりません。ケアやセラピーが、受け手にとってポジティブなものでなかったとしたら、それはそれで受け入れ、尊重する必要があります。ホリスティックケアやホリスティックセラピーを行う時、また、志す時、関係性の視点を含めたホリスティックマインドについて考え、その意味を深めていってほしいな、と思います。



トピック

- ・ホリスティックマインド
- ・ヒーリングタッチ・アドバンスコース
- ・九州チーム練習会報告
- ・対面・リアル練習会に参加して
- ・ZOOM勉強会へのお誘い
- ・お知らせ

ヒーリングタッチ・アドバンスコース

ヒーリングタッチのカリキュラムは、5つのコースワークを段階的に学ぶようにデザインされています。今回は、2番目と3番目のアドバンスレベルの2つのコースワークについてご紹介したいと思います。ヒーリングタッチの最初のコースワークは、日本ではヒーリングタッチ・ベーシックコースと呼んでいます。『ヒーリングタッチの基礎』というのが正式名称です。そして、日本でヒーリングタッチ・アドバンスIコース、そして、アドバンスIIコースと呼んでいるこれらのコースは、『エネルギーパターンと臨床への応用』、『上級ヒーラーの準備』という名称になります。何故、2番目のコースから、アドバンスという名称にしたかというと、ヒーリングタッチを創始したジャネット・メンゲンは、2番目のコースを学ぶ人々を「アドバンス」スチューデントと見なしていたからです。

ヒーリングタッチ・アドバンスI：エネルギーパターンと臨床への応用

ヒーリングタッチの学びのカリキュラムの2つ目のコースが、『ヒーリングタッチ・アドバンスI：エネルギーパターンと臨床への応用(以下、アドバンスI)』です。通常は、9:30-19:00の時間枠で2日間連続して、または、1、2週間おいて行われます。最初のコースである『ヒーリングタッチ・ベーシック：ヒーリングタッチの基礎(以下、ベーシック)』との大きな違いは、しっかりと受け手(以下、クライアント)と向き合ってヒーリングタッチを行うことを学んでいくことです。ベーシックでは、座学では、ヒーリングタッチの基本的な考え方や、人のエネルギーシステムについて学び、実践では、ヒーリングタッチでもっとも大切なことであるヒーリングの準備を何度も何度も繰り返しながら、様々なヒーリングタッチのテクニックを学びます。アドバンスIでは、クライアントの状態を理解しながら、適切なテクニックを選択し、1時間のセッションの流れでヒーリングタッチを行い、さらに、クライアントのエネルギーの変化を見ていきます。

そのために、まず、インテイクの方法を学び、スキルを高めていきます。対人支援を行う時、医療現場においては問診を、多くのセラピーにおいてはクライアントの状態の聞き取りを行います。これをヒーリングタッチでは、インテイクと呼んでいます。ヒーリングタッチの場合は、ホリスティックなインテイクを行います。クライアントの状態をホリスティックにうかがうとは、どういうことなのか。その方法とコツを学び、ペアになって実習を行います。どのような心持ちで、お話をうかがうか、また、決してカウンセリングではないことなどの注意点も含めて学んでいきます。さらに、ベーシックで学んだエネルギーアセスメントを行い、エネルギーの状態も含めてホリスティックにクライアントの状態を理解していきます。



インテイクとエネルギーアセスメントを行いながら、これをしっかり記録していく、ということもアドバンスIにおける重要な学びです。インテイク記録様式を参考に、クライアントのホリスティックな状態とエネルギーアセスメントの結果を記録する方法も学びます。ヒーリングタッチは、ヒーリングタッチ・セッションフレームワークという7つのステップから成る手順に沿って行われます。インテイクだけでなく、この7つのステップを全て記録していきます。アドバンスIが『エネルギーパターンと臨床への応用』というコース名を持つ理由は、このように臨床現場でヒーリングタッチを行う基礎と、クライアントのエネルギーの状態を記録していくことで、その方の持つエネルギーのパターンをみていくことを学ぶからです。

また、『臨床への応用』の学びのひとつとして、ヒーリングを行う環境づくりについても学びます。そもそも環境とはどういうことか、どのような環境が望ましいか、間違いを起こしがちな環境設定への注意点など、非言語セラピーであり、かつ、エネルギーという微細なセラピーであるヒーリングタッチをどのように臨床へと落とし込んでいくかを考えていきます。またヒーリングタッチの実践を行っていくにあたり、ヒーリングを行うものとして、どのように成長していくか、自身のケアの進化や自己の振り返り、バランスの重要性も学んでいきます。

盛り沢山の学びがあるアドバンスIですが、一番の醍醐味は、1時間のヒーリングタッチ・セッションを3~4回実習することでしょう。ベーシックでは、沢山のテクニックを単体で学びますが、アドバンスIでは、テクニックだけでなく、インテイクから、ヒーリングタッチ・セッションフレームワークの手順を踏みながら、最後の評価・フィードバックまで通して行うセッションを練習します。テクニックもひとつだけでなく、クライアントの状態に適したいくつかのテクニックを組み合わせさせていただきます。さらに、セッションの全てのステップにおいて記録するだけでなく、時間の管理も要求されます。



いきなり1時間のセッションができるだろうか、と心配しなくても大丈夫です。1回ごとにガイドラインを設け、少しずつ、独りでテクニックの組み合わせを組めるようにナビゲートします。2日間のアドバンスIを修了した後は、自信を持ってヒーリングタッチに取り組むことができるようになるでしょう。

ヒーリングタッチの1時間のセッションを3~4回行う、ということは、同じ数だけ、クライアント役をすることになります。2日間で、フルヒーリングセッションを数回体験することができます。この時初めてフルヒーリングセッションを体験する受講生もかなりいらっしゃいます。

アドバンスIで学ぶ新たなテクニックの中には、ヒーリングを一段階深いものにしていくテクニックもあります。『スパイラルメディテーション』というテクニックは、クライアントのエネルギーフィールドを拡大しながら、クライアントを深い意識レベルへと誘い、深いレベルのヒーリングへと導いていきます。ぐっすり眠ることでヒーリングが起きる時もありますし、様々な感覚を得ることで、気づきを得ることもあります。『スピナルフラッシュ』と『ホピテクニック』は、首と背中に働きかけるユニークなテクニックです。私たちが体験する多くのストレスは、背面にエネルギーの滞りをもたらすことが多く、それが、首や肩の緊張やこりの原因となったり、不自然な姿勢からくるエネルギーパターンを作ってしまうことがあります。『スピナルフラッシュ』は、背骨の両側の筋肉の中に滞るエネルギーを解きほぐします。ネイティブアメリカンのホピ族から伝授された『ホピテクニック』は、背面の深いレベルのエネルギーの滞りを解消する貴重なテクニックです。『グリーンパティックスシステムサポート』というテクニックは、睡眠時に脳の老廃物をクリアにする「グリーンパティックスシステム」に働きかけ、短時間でリラクゼーションや睡眠に導き、グリーンパティックスシステムをサポートします。1時間のフルヒーリングセッションでは、ベーシックで学んだテクニックに加え、これらのテクニックを含めて、テクニックを組み立てていきます。2日間の学びの後には、心地よい充足感を得ることができるのではないかと思います。

ヒーリングタッチ・アドバンスII：上級ヒーラーの準備

ヒーリングタッチの学びのカリキュラムの3つ目のコースは、『ヒーリングタッチ・アドバンスII：上級ヒーラーの準備(以下、アドバンスII)』です。通常は、9:30-19:00の時間枠で2日間連続して行われます。アドバンスIIでは、ベーシックやアドバンスIとは異なる、エネルギー体の高い階層に対して行うテクニックを学びます。エネルギーの高次の階層に働きかけるには、異なるヒーリングの準備が必要になります。このコース名が『上級ヒーラーの準備』というタイトルの由縁です。

エネルギーの高次の階層、つまり、高い振動数(バイブレーション)のレベルに働きかけるために、ヒーラー自身は、より深くグラウンディングをし、自身をクリアにし、より意識を高め、エネルギーの各階層と同調させます。ヒーラーは、東洋の伝統では「空洞の葦のようである」といい、ネイティブアメリカンの伝統では「空洞の骨になること」と言われています。それは、ヒーラーとは、完全にクリアで強固な器、管、または、道具であり、そこに流れていく光、愛、ヒーリングのエネルギーの通路となることを示しています。これまでとは異なるバイブレーションを経験していくことで、ヒーラーの飛躍的進歩を促します。



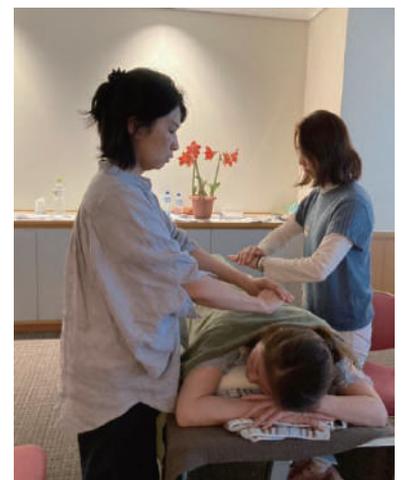
アドバンスIIでは、まずは、自身のバイブレーションを高める練習を何度も何度も繰り返し、しっかりと身に付けていきます。『光の手』、『癒しの光』、『コアライトヒーリング』の著者であるバーバラ・アン・ブレナンの教えに習い、ハララインを設定し、コアスターを拡大し、チャクラを回転しながら、自身のバイブレーションを高めていきます。それに伴い、ブレナンの「生体エネルギー意識体系」の知識も学んでいきます。ヒーリングタッチを創始したジャネット・メンゲンは、多くの著名なヒーラーから学びを得ましたが、ブレナンもそのひとりです。ブレナン本人から許可を得て、ヒーリングタッチのカリキュラムの中に、ブレナンの教えやテクニックを取り入れ、このアドバンスIIコースを通じて伝えています。

このコースでは、さらに3つの役割を体験し、高いバイブレーションとエネルギー感覚を深めていきます。3つの役割とは、プラクティショナー役、クライアント役、そして、観察者です。ジャネットは言います(以下、Wadel 2000 "White Shadow"より引用)：

「3つの役割・・・最初は受け取る人、これはコントロールする立場ではありません。受け取る人は手放し、無条件に受け取ることを学びます。2番目の役割は、プラクティショナー。全ての指示を与えられている人です。最後は、観察者/コーチの役割です。ワークを助け、(場の)エネルギーを保ち、ワークするプラクティショナーを見守ります」

「受け取り上手になりなさい。無条件に受け取りなさい。受け取るこそ、魔法の法則です。」

アドバンスIIのテクニックとしては、まず、ブレナンの師匠のひとりであるロザリン・ブリエールが開発した『キレーション』を学びます。ヒーラーは自身のバイブレーションを高め、自身のエネルギーフィールドをクリアにした上で、クライアントのエネルギーフィールドの下位4層をクリアにし、活性し、バランスを整えます。『キレーション』を行うことで、上位のエネルギーフィールドに働きかける準備ができます。他にもブリエールが開発したリンパシステムをクリアにするメカニズムを使った『リンパクリアリング』というテクニックや、ブレナンの『癒しの光』に



掲載されている第5層、第6層、第7層に働きかけるテクニックを学びます。さらに、アドバンスIで学んだ『グリーンパティックシステム サポート』の後半部分で、インドの伝統医学におけるツボに相当するマルマポイントを活用するテクニックも学びます。

受講生たちが、毎回バイブレーションを高め、自身をクリアし続けるので、会場はどんどんクリアになり、その中心部分では非常に高いバイブレーションを感じます。受講生たちがバイブレーション負けをしないようにインストラクターとヘルパーたちは、しっかりと場のエネルギーをホールド(維持)します。高いバイブレーションの中で学ぶ2日間は、受講生たちに様々な体験と感覚をもたらすようです。2日間のワークを終えた後には、世界が少し違って見えてくるかもしれません。

ヒーリングタッチ・アドバンスIとIIコースをご紹介いたしましたが、いかがでしたでしょうか。ヒーリングタッチの米国本部であるヒーリングビヨンドボーダーズ(HBB)は、安全性と倫理を最重要視し、受講生たちが安心してエネルギーヒーリングを学び、深めていけるヒーリングタッチのカリキュラムとサポートを提供しています。HTSJでは、その教えを可能な限り忠実に日本で伝えることに務めています♡

文:HTI認定ヒーリングタッチ・インストラクター:戸田美紀

九州チーム 練習会報告

草村 淳子 看護師、HTI認定ヒーリングタッチ・プラクティショナー、HTSJ理事

2024年10月6~7日。九州チームのメンバーは3名と少ないのですが、集まるときは皆さん、ほぼ皆勤賞です。

今回は福岡に前日入りして、山神ダムのとあるお蕎麦屋さんのイベントに行きました。育生会横浜病院院長の長堀優先生がはるばる九州までこられてのお話があるとのこと、メンバー全員で参加しました。長堀先生はいくつかの著作を出されていて、目に見えない世界、霊性について深く語られています。今回は「日本の秘史をめぐる旅」の出版記念でした。先生のお話の中で、気に留まった言葉が、今までの二元性の思考から、一元性へと移行していくこと。これはヒーリングタッチで言う、エネルギーに良いも悪いもないということと同じです。日常生活で二元性の世界でいろいろジャッジしていますが、もうそこから卒業したいと思う私でした。夜は、博多温泉「富士の苑」という100%かけ流し温泉に宿泊しました。朝食付き1泊6300円という、マンション型3部屋のリーズナブルで安心なお宿です。

福岡での練習会は那珂川市のはずれにある「四季彩館」という川の畔にある公民館です。広いホールにポツと、1台のマッサージベッドを置き、順番にセッションをしていきます。日頃の仕事や家庭生活で溜まったものをすっきりとヒーリングタッチで解放していきます。特に今回、私の五十肩の痛みが激しく、この練習会を心待ちにして日々を過ごしていました。セッションでは、寝ているだけで、ズーンと肩と腕が疼き、姿勢の調整に気を使わせてしまいがちながらも、リラックスできる姿勢を探しつつ施術してもらいました。1~2週間マッサージをしてもすぐにぶり返す痛み、セルフヒーリングも肩の痛みでうまくできず、整形外科に行くべきか悩んでいました。まずはヒーリングタッチをしてもらってから考えよう、そんな思いでした。



やはりエネルギーのバランスは局所に留まらず全身的に滞っていました。ゆっくり時間をかけてセッションしてもらい、重い肩の感覚はやわらぎ、帰りの車の運転は楽でした。しかし、同一姿勢での運転はやはり、負担です。帰宅後に肩に疼きがぶり返し、もう一度セルフヒーリングをしてみました。思いがけず、簡単に疼きが緩和され、気持ちも楽になったのです。玉ねぎの皮を剥くように、昼間のセッションで大きな皮を剥いてもらい、残った薄い皮をセルフヒーリングで解放したように感じました。ヒーリングタッチが自己治癒力にスイッチを入れる、ということを実感しました。今回の練習会の旅では、長堀先生のお話と練習会での体験を通して、健康を自分で維持するために何が必要なのか、静かに私の心の中で変化が始まった素敵な旅でした。

対面・リアル練習会に参加して

井下原 百合子 ヒーリングタッチ・アドバンスII修了

コロナ禍による規制が解除されてから街には、少しずつ活気が戻って来ています。それに伴い、これまでオンラインで行われていた練習会も(これは、現在も継続されていますが)以前のように対面での練習形態にもシフトしています。

私は、東京近郊の在住者ということもあり、これまでも(コロナ以前も)時々、体験会や練習会などに参加させて頂いていました。対面(リアル)練習会が見合されていた頃は、オンラインでの練習会に参加し、美紀さんよりヒーリングタッチの関連資料や書籍などの解説を受けていました。それはそれで大変興味深く、充実したひと時となっていました。オンライン練習会は、在住地域を問わず参加できるという利点や講習会などに参加しない限り、受けられない講義(?)を聞くことができるよう有意義だと感じていました。

しかしながら、徐々に「対面(リアル)練習会」が再開されて、参加するようになってみると、目の前にいる人々の声を聴く、身体に触れる(触れないまでも空間を共有する)といった「実体感」が伴うことが、とても大事なことであったということを痛感しています。先ず、「場」のエネルギーの高まりが、「対面練習会」の空間には、充満しています。

私は、ヒーリングタッチを「看護」「介護」「癒し」などに活用するような立場にはないのですが、この所、「対面練習会」に行ってみよう!と思う第一の理由は、そこにあります。また、これまでに受講して、取得した様々な「技」の再確認です。



日頃は、周辺の理解ある血縁者に施術する程度ですが、それでも「やり方」や「思い込み」でやり過ぎてしていることが多いので、明確に理解できていない点は、練習会に参加している諸先輩の方々や美紀さんに臆面もなく問いかけることが可能です。そして、「対面練習会」での重要で大事なポイントは、なんといっても施術者、クライアント双方が、実際に相手の体温、体感を感じながら練習ができる。という点だと思います。「練習」とは言え、ここで得られる深いリラククス、緊張が解けた状態は、何物にも変え難いものです。これは、勿論、クライアント役になり、施術を受けて実感するものですが、そこには、相互関係が生じ、施術者がクライアントに流したエネルギーは、そのまま施術者にも流れるという実感も得られるように思います(元気になる!)

練習会場や時間帯の関係でなかなか参加が難しい方々も多いとは思いますが、今までヒーリングタッチにご縁のあった方々には、是非、一度は覗きにきて頂くと実感して頂けるのではないかと思います。

「対面練習会」の大切さを痛感している私にとっては、コロナ禍を経て、中断の時期も無駄ではなかったと感じています。

ZOOM勉強会のお誘い

コロナ禍から始まったZOOM勉強会は、月に一回、通常は土曜日の20:00~21:00の一時間の時間枠で行っています。コロナ禍と比べ、今では参加者が随分減って、通常は5名~8名程ですが、全国各地の皆さんとオンラインでつながれる貴重な機会となっています。最初に短いチェックインをした後、瞑想やセルフケアテクニックを行います。そして、20分ほどの学びの時間をとります。以前は、まだ日本語に訳されていなかったバーバラ・アン・ブレナンの『コアライトヒーリング』や、ブレナンの師匠のひとりであったジョン・ピエラコスの『コアエナジェティクス』を少しずつ勉強していきました。最近では、遠隔ヒーリングの練習をしています。短い時間の遠隔ヒーリングですが、大好評ですので、これからは頻繁にとり入れていこうと思っています。ヒーリングタッチ・ベーシックまたは、バイオフィールドタッチケアDay2までを修了した方はどなたでもご参加いただけます。しばらくヒーリングタッチと離れている皆様も大歓迎です。お待ちしております。 HTSJ事務局

お知らせ

HTSJ スケジュール

11月9日 ZOOM勉強会
11月30日-12月1日 ヒーリングタッチ・ベーシック
12月15日 リアル練習会(東京)
12月21日 ZOOM勉強会

2025年

1月12日 リアル練習会(東京) 予定
1月11日 ZOOM勉強会 予定
2月15日 リアル練習会(東京) 予定
2月15日 ZOOM勉強会 予定
2月中旬-下旬 HTSJ通常総会
3月1-2日 ヒーリングタッチ・アドバンスI
4月26日-29日 ヒーリングタッチ・プラクティショナーI
5月3日-4日 ヒーリングタッチ・アドバンスII

ヒーリングタッチ・ベーシック 11月30日-12月1日@大井町きゅりあん

お申込み:



ボランティアスタッフ募集

HTSJでは、ボランティアスタッフを募集しています。作業時間や内容は、ご希望やスキルに応じます。作業分野としては、①各種講座運営、②企画、③広報・宣伝、④経理・財務、などです。ご応募、ご質問は、info(アット)healingtouch.or.jp までご連絡ください。

☆皆様からの寄稿をお待ちしております。

ヒーリングタッチの実践、応用、練習会の体験など、是非、お寄せください。
ご投稿、ご連絡、お問合せ先: info(アット)healingtouch.or.jp

Healing Presence -HTSJ会報誌- 年4回発行

編集 大木恵美子、鈴木幸子、戸田美紀

NPO法人日本ヒーリングタッチ協会

info(アット)healingtouch.or.jp <http://healingtouch.or.jp/>

