

# 西洋医学から見るとセラピーの効果はどうなのでしょうか

阿保義久先生  
 東京大学医学部卒業。虎の門病院、東大付属病院、三楽病院などを経て、北青山Dクリニックを設立。www.dsurgery.com

実際に風邪や健康に不安のある患者さんなどに向けて一般的な治療をしている現場から見ると、各種セラピーやカウンセリングなどは精神療養としての重要性があると思います。というのも、患者さんとお話をしていると、怪我や病气など肉体的な疾患に問題があるというより精神的にコントロールできていない場合が多いのです。患者さんの半分以上が精神面で悩み、疾患を抱えていると言えるでしょう。実際、違う疾患症状で来院されたのに、実はメンタル面のケアが必要な場合も少なくありません。ですから、医療機関での治療治療以外に精神的にプ

ラダ」と発言することもありますが、医療

人としての説明には背景に科学的な根拠が必要ですが、セラピーなどは背景に根拠や科学的説明がなされることが少なく、感覚的に話しているなど感じる場合があります。それに、受け手はその言葉をより拡張して受け取ってしまうでしょう。ですから私は少しでも不確定要素があるときには「我々の考えではこういうことが見込まれる」とか「改善する可能性がある」などの表現をします。確かに表現にインパクトはありますが、そう言わなければ伝わりません。再発は100%しない訳ではないが、97%は大丈夫です。

# ヒプノセラピー

深くリラックスした状態で潜在意識に働きかけ、自分と向き合っていきます。



「催眠」は眠っている状態ではなく、本人の意識はあり続ける。意識の80%を占める潜在意識に働きかけて、自分と向き合っていきます。



木下美帆さん (34歳)

「ヒプノセラピー＝催眠療法」って、一体何をやるんだろう？ テレビの催眠術ショーの映像が頭に浮び、不安と好奇心でドキドキしながらサロンを訪れました。迎えてくれた志麻先生は優しく話しかけ、すい方で一安心。まずはヒプノセラピーや潜在意識について説明してくれました。海外では戦争帰還兵のケアに、また代替医療として用いられているそう。私たちの意識の80%を占める潜在意識の中にはすでに忘れていたけれど現在の私を作り出している過去の出来事、感情などの情報が入っているのだから。そこで、安全な誘導睡眠で頭を休息させ、潜在意識にある情報を探っていくのだそうです。私は忙しいと子供を怒ってしまいがちで、そんな自分を嫌だなど感じていたのですが、これに向き合うことにしました。リラクゼーションシートに座り、先生の声に従いながら深呼吸をし、雑念を消して頭に浮かぶイメージ映像を見ていきます。終了後、それらを基に先生とふり返ります。日ごろ、やらねばと自ら多忙にし、完璧な子育てを目指してストレスを抱えていたのですが、手放せるものは手放し、自分の本心に好きなことをやって、子育ても両親や主人にも少し協力をお願いします。という思いがありました。

## 北青山Dクリニック院長の阿保義久先生に伺いました



初回は十分な時間をとり質疑応答などカウンセリングを行う。オーラや潜在意識などについて絵図を用いながら説明してくれる。



アロマを勉強したことがあると伝えると、アロマ・リーディングも少し。アロマ好き、セラピストの方々に人気のセラピーだそう。アロマは植物エッセンスなので、オーラを持っている。オーラ写真を撮ると、精油を垂らした手はオーラが囲んでいるのがわかる。

## ここで体験しました

### 志麻ヒプノ・ソリューション

東京都中央区日本橋蛸薬町1-28-9ヤマナシビル7F  
 TEL: 03-3654-6126  
 www.hypno-solution.com  
 ヒプノセラピー120分 ¥20,000  
 オーラ・リーディング ¥20,000  
 アロマジェネラル60分 ¥20,000



志麻絹依 先生  
 心理療法家、スピリチュアル・カウセラー

お子様は何かを教えにきてくれる存在。お子様が親を選んで生まれ、その課題を受けるだけの器が家族にあるということです。家族はつながっているのが影響力も大きい。例えばお子様に問題があると思っていると、実は父親の仕事のストレスがお子様に出ていることも。育児でストレスを抱えても誰にも言えないお母様も多いですが、周りに協力者がいることを忘れないで。お母様が自分をリセットできるきっかけ作りをお手伝いできればと思います。