

## The Episode of Oil Massage⑫

### 関節法上達の秘訣もオイルマッサージにあり！

体質研究所主宰 松原秀樹

オイルマッサージが下手な人で、関節法ができるようになった人は一人もいない。当たり前だ。筋肉すら満足にゆるめられないのに、筋肉より奥にある骨を動かせるわけがない。「ただ身体を揺らしていればよい」わけではないのだ。

大方は“形だけ真似して、関節法をしている気になっているだけ”である。

**効かない人の施術は、背骨が揺れない。**足首や趾/指を回しても、その場所が動いているだけで、背骨に揺動が伝わってこない。

効く人の施術は、手足のどの手技をしても背骨が揺れて、内臓全体が振動する。



左写真のように、**体重を寄りかけて“身体の軸が傾いた”**マッサージとか、**手が動くたびに“頭が前後に動く”**マッサージをしているかぎり、**100年やっても関節法が効くようにはならない！**

**「身体の軸をまっすぐにキープしたまま、強い下圧ができる」**ようにならないと、**関節法の手技は何一つ効かないのだ。**

そうした『関節法ができる身体（合気体）』を作るために、もっとも効果的なのが、「木刀の素振り」と「オイルマッサージ」なのだ。

**木刀の素振り**で“**屈筋を収縮させずに手を上下に動かす**”コツをつかんで、**そのコツを活かして“体重をかけずに、筋肉の深い部位まで圧をかける”**ようにオイルマッサージするのだ。これを毎日続けることで、**徐々に『関節法ができる身体』**になっていくのである。

私は、この合気体を作るのに7年かかった。

講習を受けてコツを知るだけで、できるようになるわけがない。

できるようになった人は、木刀を毎日千回以上振って、オイルマッサージを毎日10人以上している。岡山の洲脇氏は毎日4千回素振りし、MKSの橋本院長は毎日1時間以上も木刀を振って、毎日平均14人（最高22人/日）のオイルマッサージをして、短期間で『関節法ができる身体』を身に付けた。