

☆☆

MKS 整体院に通って変わったことと言えば、

ひと言で言うと、西洋医学のお医者さんに通って治せなかった病気や不調が、良くなってきているので嬉しいということです。

どうして悪くなったかの原因や理由や、治る原理・治す原理を教えて頂けるので、生活習慣から治していくことができます。原因を知り、二度と悪くならないような習慣を手に入れられたら、それは生涯の宝物になると思います。だから、身体も良い方向に変わってきましたが、意識も変わってきました。意識は少しずつ、身体はすごい勢いで進化中？！です。

腰椎椎間板ヘルニアを治すのが目的で通い始めたのに、ダイエットや美肌・気分も良くなる等々の、たくさんの嬉しい作用（副作用?!）があり、今ではそれらも目的の一つになりました。

☆☆

☆☆☆

人生で 3 回、腰椎椎間板ヘルニアを患いました。（たぶん初回は 18 歳のとき。MRI で検査できたのは、3 回目の時だけです。その前はレントゲン・触診・問診のみなので、椎間板のつぶれを目では確認できていません。）

最後の 3 回目（たぶん 32 歳）の時は一番ひどく、左の坐骨神経と足の裏に感覚の薄い麻痺した部位が残っていました。4 年近くは、ほんの微々たる変化しか感じることができず、少しずつしか良くなってはいきませんでした。治療に関しては、自分ひとりの努力【もちろん、有り難いことに周りの協力はありましたから、厳密には一人ではないけれど…】（姿勢・運動・食事・自然治癒能力というものに、ほんのちょっぴり意識が向いていましたが、風が吹いたら飛んでいってしまいそうなくらいの微々たる知識と努力【その中には間違ったものもありました】では限界があり、ある段階まできたらそれ以上の身体の変化は望めなくなってしまいました。そんな状態だったので、一体どうしたらよいものかと思っていました。ずっとよい治療法・良い治療院はないものかと、アンテナを張っていました。安全・安心な治療をしてくれるところでない、怖いので通いたいとは思いませんでした。

『関節法フットケア』という本に偶然出会い、また、インターネットでも治療法等を確認したうえで、MKS 整体院に通い始めました。

治療を受けるたびに、足の感覚がだんだんと戻ってきています。萎えてしまっていた左足のふくらはぎに筋肉がついてきました。ヘルニアによる、足の太さや腰のくびれや、むくみや肉付きによる左右の身体の差違も、段々小さくなってきました。夜中に足が攣って目が覚めることもほとんどなくなりました。（西洋医学のお医者様では治すことができなかったもので、感激です。そのお医者様には、「だましまし身体を使って行って、温存療法がよいと思う。すぐ治るかもしれないし、何年かしたら治るかもしれない。こればかりは何とも言えない。できたらやらない方がよいけれど、経過を観察して行って、もしどうしても治したかったら手術する選択肢もある」というようなことを言われました。）

今は、もう二度と再発しない身体を手に入れられるような気がしています。

☆☆☆

姿勢が変わって、身体の使い方も変わってきたので、日常生活が楽になってきました。立っている時も座っている時も、歩いている時も、少しずつ、無駄な力が入らずに動けるようになってきているので、

すごく楽です。(今までは何もしなくても疲れていました。今では、ちょっとずつ身体が変わってきているので、姿勢や動作が、段々楽に保てるようになり始めています。) 胸郭が広がってきたので、息を吸うのも楽です。肺にたくさん空気が入ってきます。

☆☆☆

脊柱に弯曲がでてきたのを感じます。首のラインも変わったので、今まで下を向きがちだった目線が変わり、見える世界が違うようになりました。視野が広がり、街並みや景色などが以前より目に入るようになり、おまけに世界が明るく見えるようになりました。

☆☆☆

肩がいつもパンパンだったのがゆるんで、つらくなくなってきました。

以前は頭の皮がパツパツに張っていたけれど、最近は「カツラみたいに頭皮が動くね」と人に言われるほど緩んできました。

☆☆☆

腰痛もなくなりました。以前は、たまに腰の調子が悪くなったときには、朝起きがけは、ロボットの如く腰が固まってきて、注意して動かないと危険なことがあったけれど、最近は全くありません。また、眠るときに上を向いても、腰に抵抗がなく寝られるようになりました。クシャミをするときに腰に注意を払わなくてもよくなりました。

(意識するのを忘れて姿勢が崩れているときには、腰にあやしい感覚が出るので、気付いた時点で気を付けています。)

☆☆☆

便秘症が治りました。最もひどかった時期には便意が全くなく、10年以上便秘薬が手放せなかったのに、MKSに通い始めてからは一度も便秘薬を飲んでいません。必要がなくなったみたいです。(西洋医学のお医者様には、「体質だからしょうがない」と言われたことがあります。) 今でも、たまには出ない日もあるし、また、便秘とは逆の意味で困ることもあるので、快便のコントロールは、まだ改善の余地が十分にありそうですが…。それから、ドライアイの目薬も、花粉症の目薬も必要がなくなってきました。

☆☆☆

よく眠れるようになりました。(以前は夜中に何度も目が覚めたりして、よく眠れないことが多々ありました。)

夜中にトイレに起きることがなくなりました。日中にトイレに行く回数まで減りました。以前は人並み以上にトイレが近かったので、不便でした。

☆☆☆

異常な食欲がなくなってきた、暴食することが少なくなってきました。最近は、食事には結構気を使ってはいるけれど、我慢はしていないのに、味覚や食欲が良いように変化してきたもようです。特に甘いものの摂取量の変化(低下)に、味覚の変化に、ビックリしています。また、良い塩分(お塩等)を

好むようになり、摂取量が増えました。以前は、サウナに入って気持ち悪くなるのがたまにあったけれど、最近は全然ありません。(サウナに入る前とかにも、たまにお塩を舐めることがあります。)

☆☆☆

頭がスッキリしてきたし、頭脳がほんのちょっぴり良くなった?! ような気がしています。

☆☆☆

股関節の痛みが少なくなってきたので、ちょっとずつ四股が踏めるようになりました。(以前は、痛くて全く踏めなかった。) まだ、日に 2 回くらいしか踏めていないけれど、それでも、大腿部・寛骨のまわりが、見た目にも何だか違う感じがしてきました。

☆☆☆

気持ち・心・身体が軽くなってきました。(不安感や怖れといった感情が小さくなってきたような気がします。安心できる比率が増してきたようです。)

また、体力・気力が付き始めたようで、以前よりちょっぴり活動的になってきたような気がします。

☆☆☆

施術していただいた日(あと)には、羽が生えてフワフワする感覚や、スキップしたくなる感覚、ルンルンする感覚を味わえる日もありました。

逆に、好転反応で、悪寒が走る日もありましたし、だるさが出る日もありましたし、痛みが出ることもありました。こういう時の悪寒やだるさや痛みは、非常に嬉しい反応です。(進化の痛みは、大歓迎です。うれしくなります。)

☆☆☆

今まで運動(体操とかトレーニングとか)をしても、うまく身体が反応してくれなくて成果が出にくかったけれど、今は結果が伴ってくるようになってきました。身体がしなやかになり、関節の可動域が広がってきました。

可動域が広がり背中全面に手が届くようになった私を見て、お友達に、「それだけ背中に手が回るようになると、海とか行ったときに便利だね～。ひとりでも日焼け止めが塗れそうだね～」と言われました。

☆☆☆

約 20 年、間違ったストレッチで頑張ってきたので、『かかとを付けての和式トイレ座り』がどうしてもできませんでした。

MKS に通うようになって、中学の頃からやりたくてもできなかった『かかとを付けての和式トイレ座り』ができるようになりました。

☆☆☆

◎体型がスリムになってきました。

また、横に広がった体型が丸く変わってきたような感じがします。(実は、母親の胎内にいる時分に、象さんにも踏まれて平べったい身体になってしまったのかと密かに思っていたのですが、違ったよう

です。)

およそ3ヶ月でベルトの穴が3つ、4ヶ月でベルトの穴が4つくらい減りました。そして、そのうちの一つ分は、姿勢を意識して保つと、お腹がへこむ分だと思います。

◎体重・体脂肪率が減ってきました。

◎血圧が、適正になってきたようです。

◎肌が白くなり、美肌になってきました。髪質も変わってきて潤ってきました。

◎スポーツクラブのお風呂場でも、体型・内面・外面の変化を褒められるようになったので、うれしいです。(裸の時に褒めてもらえるので、ある意味すごくリアルなので)

☆☆☆

意識が変わってきました。普段の生活で今までとは違う意識を持つようになりました。

姿勢・食事・運動・心の持ち方・生活習慣を、ストレスにならない程度に少しずつ良いように変化させるように意識を向けるようになってきました。(できるときだけ、少しずつですが…)

難しいことはよく分からないけれど、何が常識で何が非常識なのか、何が正しくて、何が間違っているのか、常識や真理について、本当にほんのちよっぴりだけれど、考えるきっかけになりました。まだまだ何鱗かだけれど、目からウロコが落ちたような気がします。

☆☆

MKS 整体院は、魔法の機械に、魔法の手(施術)、《松原先生には、マジック(魔法?!)まで披露していただけるし……。》

安全・安心な治療だし、開節法マシンは、寝て機械に揺らされているだけでよいので楽ちんです。

オイルマッサージ等も、とても気持ちがいいです。(最初の頃は、リンパの滞りが大分あったし、今とは身体が違っていたので、少し違った感覚がありましたが…)身体も心も“ゆるゆる”になります。私にとって最高に贅沢な時間です。自分ではどうにもできないところ(手が届かない所や、治せない所)をも含めて、総括的に根本的に治療していただけるので、とても感謝しています。

また、皆さんに甘えたり我が儘を言ったりしても温かく接して下さるので、身体も心も、とても癒されます。

もしかして、ハリーポッターみたいに、魔法の世界・空間に迷い込んでしまったかも?!と思うこともあります。

☆☆

いつも、愛情のこもった治療をして下さりありがとうございます。とても感謝しています。

2009年4月下旬
沼田 理恵(仮名)

追伸：私は欲張りなので、ここまできたら、不具合なところは完全に治してしまって、もっともっと進化?!していきなあとおと思っています。どこまで変わるのか未知数ですが、友人・知人・親族ともども、欲張りな私を、これからもどうぞよろしくお願ひします。