

セラピストに必要な講座①

「エネルギーライン(セン・ライン・ナーディー・経絡・アトミートレイン)を科学的に理解し、効かせるツボを一日で極める講座です。座学1時間、実技5時間の予定です。修了後、痛み・違和感に対しての改善法が身につきます。また、タイで行われている、臍を弾く手技(ジャブセン)も練習します。

講習日：2024年2月7日(水)10時~17時(昼休憩あり)

講習費：15000円(テキスト付き)

お申し込み、問合せは、日本タイマッサージ協会まで、電話03-3783-0186、または、メールinfo@thaimassage.jpでお願いいたします。

Part① センについて

古来ヨガの教えでは、私たち人間の身体を粗大身、微細身、原因身の3つの次元に分けて考えています。

1. 粗大身 (Body)

粗大身は、手で触れることのできる西洋医学的次元での肉体的存在です。

2. 微細身 (Mind)

微細身は、粗大身の死後も存続し、肉体を高い次元から支配する霊体のような存在です。生命エネルギー(プラナ)の通り道である「ナーディー」とその通り道の結合点である7つの「チャクラ」がここに存在します。



7つのチャクラの位置と名称

3. 原因身 (Spirit)

原因身は、粗大身、微細身の背後にあり、それらと密接な関係を保ちつつ、それらをコントロールして生命エネルギーを送り、その人が存在しうる原因で、粗大身と微細身の存在を可能ならしめている大きな存在です。

4. セン

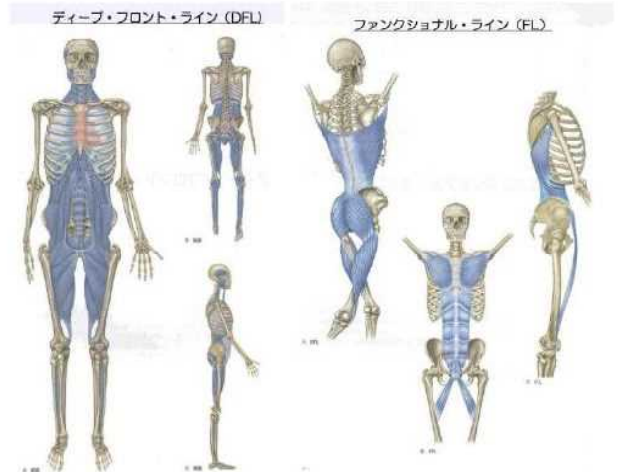
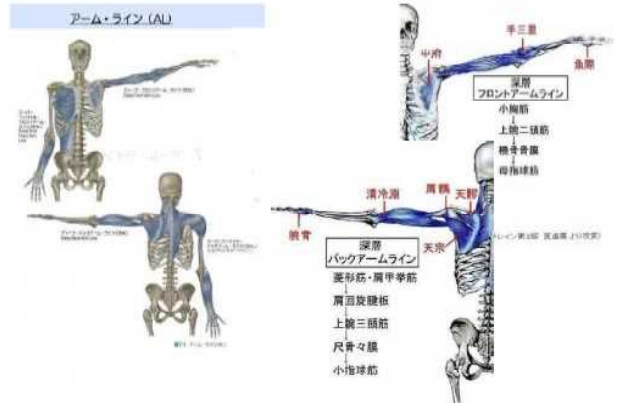
タイ伝統医学では、生命エネルギーが身体の中を流れる通り道を「セン」と呼び、それはヨガの「ナーディー」に相当します。また、この「セン」上には「ジュツ」と呼ばれる様々な症状に効果があるツボが存在します。



センは、母親の胎盤を通して酸素や栄養素が胎児に送られ、胎児が出した二酸化炭素や老廃物は、同じルートを通して母親の胎内に吸収されます。そのルートがセンの考え方の始まりといわれていて、そのためセンは、臍周辺から各感覚器官、泌尿器官、排泄器官、生殖器官、そして手足や体の中心を通っているわけです。

その名称もサンスクリット語の発音をタイ人は、そのまま使っていて、別な名称になったり、通るルートが変わったりしました。センは細かいものまで数えると、約7万2千あるといわれています。ここでは、代表的な10本のセンを紹介します。

1. スシュムナー：臍の奥から肛門、そして頭頂まで
2. イダ：臍の奥から左鼻孔まで
3. ピンガラ：臍の奥から右鼻孔まで
4. ガンダーリ：臍の奥から左目まで
5. ハスティンジャ：臍の奥から右目まで
6. ヤジャスヴィニ：臍の奥から左耳まで
7. プーシャ：臍の奥から右耳まで
8. アランブサー：臍の奥から口まで
9. クフ：臍の奥から尿道まで
10. シャンキーニー：臍の奥から肛門まで



2. 手の強弱大筋群(20穴)

1	前 腕 ヲウウ	示指伸筋(前中腕部、前甲の角を去ること1分に取る。正中神経(知覚神経)に取る。	短軸・咽頭炎・歯痛・口内炎
2	二 腕 ヲウウ	第2中手指節関節の下、橈腕関節に取る。別説：示指を曲げ、近位指節関節の橈腕横結核に取る。 橈骨神経(知覚神経)に取る。	のぼせ・歯痛・咽頭炎
3	三 腕 ヲウウ	第2中手指節関節の上、橈腕関節に取る。別説：示指を曲げ、中手指節関節にできる横結核、腕関節に取る。 尺骨神経に取る。	腰痛・歯痛・三叉神経痛・咽頭炎・のぼせ
4	合 中 ヲウウ	第1・第2中手骨関節の下、腕関節、第2中手骨寄り取る。	風邪・顔面神経麻痺・半身不遂・眼疾・耳鳴り・歯痛
5	腕 脇 ヲウウ	第1肩甲骨関節 / 尺骨神経 手関節後面腕部(あり、母指を伸張してできる長母指伸筋)の腕の屈凹部に取る。 長母指伸筋・短母指伸筋 / 橈骨神経	頭痛・眼疾・歯痛・耳鳴り・腰痛・高血圧・ヒステリー / ノイローゼ
6	腕 腋 ヲウウ	前腕伸筋(あり、陽結穴から曲池穴に向かい上3寸)に取る。	肩凝り・顔面神経麻痺・前腕神経痛・浮腫・てんかん・歯痛
7	腕 肘 ヲウウ	前腕伸筋(あり、陽結穴から曲池穴に向かい上3寸、長・短腕伸筋の間に取る。 長腕伸筋・短腕伸筋 / 橈骨神経	頭痛・咽頭炎・腰痛(下腕部痛)・肩背部疼痛・歯痛
8	下 腕 ヲウウ	前腕伸筋(あり、曲池穴の下3寸、長・短腕伸筋伸筋の間に取る。 長腕伸筋・短腕伸筋 / 橈骨神経	頭痛・めまい・上腕部・腰痛・肩こり・歯痛・のぼせ
9	上 腕 ヲウウ	前腕伸筋(あり、曲池穴の下3寸、長・短腕伸筋伸筋の間に取る。 長腕伸筋・短腕伸筋 / 橈骨神経	半身不遂・手足しびれ・吐瀉・のぼせ
10	手 三 指 ヲウウ	前腕伸筋(あり、曲池穴の下2寸、長・短腕伸筋伸筋の間に取る。 長腕伸筋・短腕伸筋 / 橈骨神経	頭痛・腰痛・歯痛・めまい・のぼせ・脳出血・肩こり・半身不遂・歯痛
11	手 中 指 ヲウウ	肘を屈曲してできる肘窩横紋の外方で、上腕骨外側上顆の側に取る。	半身不遂・三叉神経痛・高血圧・高熱・腰痛・ノイローゼ
12	肘 脇 ヲウウ	前腕伸筋(あり、曲池穴の下2寸、長・短腕伸筋伸筋の間に取る。 長腕伸筋・短腕伸筋 / 橈骨神経	肘関節の痛み・橈骨神経痛・後骨神経痛・しびれ
13	手 五 指 ヲウウ	上腕三頭筋・腕伸筋 / 橈骨神経 曲池穴から陽結穴に向かい下3寸、三角筋の筋線に取る。 注：橈骨神経が走る。	肘関節痛・後骨神経痛・後骨神経痛・歯痛
14	腕 腋 ヲウウ	肩髁穴から曲池穴に向かい下3寸、三角筋の筋線に取る。 注：橈骨神経が走る。	肩凝り・上腕部痛・歯痛(7〜10・五十肩)・腰痛