

気功と現代医学の原理について
劉錫棊先生 2004年養生の旅にて

劉錫棊先生のプロフィール

劉永言先生のご子息。12～13歳で既に気功の臨床治療をしていた。フィリピンで西洋医学における神経研究で博士号を取得。中国で中西医結合博士号を取得。国家研究プロジェクトの一員として人間の老化を防止する漢方の新薬を開発し、その製薬は既に政府によって認められている。元南京軍区総病院準教授。現在マニラで一指禅功クリニックを開いている。

気功と現代医学の原理について

私たちは生きている限り、たとえば仕事での人間関係で非常に感情的になる、何かの事故で外傷を負うなど、体と心は外部の様々な刺激を受けています。そしてその刺激は私たちの体と心の健康に影響を与えます。原理として、何故人間の体と心の健康はそれらの外部の様相によって影響されるのか。

たとえば、私たちが何かの危険に直面すると、まず第一の反応は心臓の動きが早くなり、全身の血液の流れが速くなります。心臓がドキドキする。それがまず第一の自然反応です。

私たちは外部の圧力によって体と心が変化を示しますが、その直接の理由の1つは感覚器官、たとえば目で見た、耳で聞いた、それらの私たちの五感をとおして外部の世界の情報を吸収して、その外部の情報は一種の感覚として大脳に反射します。大脳がそれを受け入れると、大脳はそれによって反応してホルモンの分泌が促進され、それによって体と心に変化が現れます。つまり、まず最初に神経によって反射する。その神経の反射によって内分泌の変化が現れる。内分泌の変化が現れると私たちの内臓器官の変化が始動します。

これは正常な状態の反応です。しかしもし、私たちが長期的にこのような様々な外圧を受け、体が常に刺激を受けた反応をしていると、だんだん反応しなくなる、あるいは反応が鈍くなり、正常反応を起こさなくなってしまう、あるいは正常反応が遅くなってしまいます。それによって内臓器官の様々な病気の症状が起きてきます。心臓肥大症、高血圧症、糖尿病、あるいは甲状腺の機能亢進(?)とか。つまり反応しなくなること、あるいは反応が鈍くなることによって、内臓の機能的あるいは気質的な変化があらわれます。これは正常な状態から病気に至る過程ですが、しかしもし私たちが神経系統の調節能力を回復させれば、私たちは健康から病気へという変化の過程を逆転させる事が可能です。

ここで気功の話に入りますが、私たちがしている静座という状態は、体と心の本当の意味での休憩です。気功は内臓器官にどのような影響を与えているのか、それはまず脳下

垂体に対する影響です。脳下垂体は様々なホルモンを分泌しています。たとえば成長ホルモンがあります。この分泌量は非常に少ないものですが、私たちの体には様々な影響を与えます。

静座をして静かにリラックスした状態に入ると、内臓の周辺システムのリラックスが促進され、それによって体内の情報伝達能力が高められ、自己コントロールシステムが働くようになります。人間の様々な内臓器官、あるいは整体システムはいずれも自己コントロールシステム、自己修復の機能を持っています。静功のような練習をとおして、自己コントロール、自己回復システムを働かせることができます。

脳卒中とかのような患者は、恒常的な免疫力の低下に伴って症状が起きる事が、長期にわたる臨床患者の研究の中で既に証明されています。必ず免疫力の低下に伴うものです。たとえばもう一つの例として、風邪にかかった時に寝ているだけで良くなる、あるいは気功を練習して良くなります。これは休憩をとおして免疫力が増強されるからです。

私がお話したことには3つのキーワードがあります。1番目に大脳組織の神経。2番目に内分泌。3番目に免疫力です。従来、神経組織、内分泌、免疫力は別々に研究されてきました。しかし最近の医学は、この3つが一つのネットワークシステムとして捉えられて、一つの全体として研究されています。

中医学と西洋医学では診療方法が異なります。西洋医学の場合は、たとえば風邪の場合は、まずどういうウィルスが入ったのか、そのウィルスに対応したワクチンを与えます。たとえばよく見られる風邪、ウィルスによって引き起こされる風邪です。しかし中医学の漢方場合はウィルスを殺すような、ワクチンのような、ウイルスを殺すような薬ではありません。たとえば、それら漢方のエキスを抽出してウィルスを入れてもそのウィルスは全く死にません。

去年のサーズですが、これは一種のウィルスによって引き起こされた病気です。しかし、漢方の治療の中ではウィルスを殺すようなものは一類も使われませんでした。中医学の治療というのは、まず生気を補う、増強する方法を使います。

たとえば熱がでる、蕁麻疹がでる、それは体の外部のウィルスあるいは邪気に対しての正当防衛としての反応であり、その反応はいいことです。反応がでるといのは私たちに抵抗力があるからです。場合によって、肺炎とか気管支の炎症とかいう症状がでる人もいます。その理由は、抵抗力が足りなくなって進入してきた細菌とかウィルスの攻撃に抵抗しきれなくなり、そういう炎症を起こすものです。中医学はそのような抵抗力・正気を増強するものです。

西洋医学の場合は、試験管の中でまず細菌あるいはウィルスを培養して、薬を投与しウィルスが殺せるか、あるいは抑制されているかどうか、抑制されていればその薬は効くと考えます。

去年のサーズですが、中国の南にある広東省の広州中医学医薬大学付属病院では漢方を使って何人もの患者を治療しましたが、死亡例は一例もありません。しかし、その漢

方の中にはどれもウィルスを殺せるようなものは一類もありません。

逆に北京の場合は西洋医学のワクチンを投与して西洋医学のやり方で治療し、たくさんの死者がでました。これらの結果を対照して、中国政府は漢方を中心にしてサーズに対応する考えになりました。

患者の回復する過程を見ていると、病気から回復するまでは一つの過程、流れがあって、たくさんの患者は西洋医学のような薬を飲まなくても勝手に治れるものです。私は病院でたくさんそういうケースを見えています。病気は一つの変化であって、悪いほうに向かっていくか良い方向に向かっていくかです。

人間は一つのミクロのシステムです。今日皆さんも歩きましたが、山の中には森があって水があります。その森を切ってしまうえば水も残れません。自然界はこのような循環のルールがありますが、人間の体の中にも同じような一つのルールがあり、循環システムがあります。ですから、私たちが気功を練習する、養生するのも、内気の秩序ある一つのコントロールシステムを増強する、あるいは回復させるものです。

今、たくさんの患者が病院に通っていますが、医者が薬を出してくれなければ納得がいかない、薬をもらえなかったとってしまいます。ですから、病院から出てくれば、薬がいっぱい入った袋を持っています。1日に3回飲むような薬も1回に10粒も20粒も飲まなければならない。コレステロールを下げるような薬とか、血圧を下げるようなものとか、糖尿病の血糖値を下げるようなものとか、さまざまな栄養剤とか、感染症があればワクチンとか。1日か2日ならばいいのですが、1週間も1月間も飲むとどういうことになるか。薬を飲むのは適応症があります。あるいは適応する時期があります。いつでもどこでも飲むべきというものではありません。

私たちの気功という練習はとても天然的な、純朴的な治療法です。まず一つは自己コントロールです。もう一つというは外在的な力、他力的なものとして、たとえば気功の経験のある先生をとおして治療してもらおう。内面と外面両方の力を合わせて。しかし、究極的な目的はその人が自分で持っている自己コントロールシステムを回復させることです。

今日は事前に十分な準備をしていませんでしたので、皆さんが、何か興味あることあるいは知りたいことがあれば、その問題に応じてお話したいと思います。

[何十肩とか言って肩の痛みに悩む人が多くいますが、原因は何でしょうか。]

頸椎の構造はかなり複雑です。人の頭の重さは12ポンドあります。2.5ポンドが2Kgですから、だいたい5~6Kgあります。たとえばオフィスで字を書く仕事をしていると姿勢は前に倒れてます。そういう状態になると頭の重心はずれて、第5と第6頸椎、そして第6と第7頸椎の間に圧力が掛かります。すると圧力は12ポンドではなくもっと重くなります。通常でない圧力を長期的に受ける椎間腔(?)の神経が圧迫され

ます。また皮層神経も圧迫されます。そうすると 3 本、あるいは 2 本の指がしびれます。

神経には分類がありますから、その症状によってその病気の場所がどこにあるか推測し治療することができます。

腱鞘炎と頸椎病の症状の痛さのタイプは違います。肩と腕の関節は 2/3 が筋肉によって接続しており、1/3 は差し込まれています。ですから 360 度回転が可能です。肩の筋とか筋膜が癒着すれば運動の障害が出ます。360 度回転できません。これが腱鞘炎です。もし今 360 度回転できるとすれば、40 肩ではない。それは頸椎病です。

[肩の問題が頸椎である場合に、自分で治す方法はありますか。]

劉永言先生が考案した頸椎病回復の運動があります。会員の何人かはしています。

[老化現象と自己治癒力の限界、関係は。またそれを気功の練習によってどの程度カバーできますか。]

人間の生老病死は自然のルールです。しかし気功の練習によって、年を取っていくという事を有効的に抑制することができます。同時に生活の質の向上を高める事ができます。50 歳で 30 歳の心臓、90 歳で 50 歳の心臓という一つの不老化があります。これは気功による老化防止と養生の役割です。先ほど言った生老病死というのは逆転できないルールです。

しかし、具体的な病気で考えると逆転できるようなケースがあります。たとえば糖尿病です。西洋医学ではその病気の進行は逆転できないものですが、気功から見れば逆転できます。臨床治療でよく見られる第二期の糖尿病、インシュリンは分離できるが細胞はブドウ糖を吸収できない、これが第二期の糖尿病です。インシュリンは細胞が吸収できない。そこで細胞エネルギーの消耗を抑制する事ができなくなる。自分自身の細胞がインシュリンに対抗している。それで、私たちが知っているように血糖値が高い状態の中では血管が厚くなってしまふ。そこで眼底の ??? が高くなったりする。

そういう流れは西洋医学から見れば血糖値をコントロールする以外に方法がない。これもまた内分泌のカテゴリーに属しています。90 年代に多くの実験をしました。その中には気功の実験も含んでいました。たとえば気功の練習をした後は血糖値が下がっていました。西洋医学から見れば血糖値のコントロールは薬を飲む以外にはないが、しかし、気功の練習をとおして血糖値が下がったという事は、薬を飲まなくても私たちの生活の状態を変えることができるということが証明されました。

糖尿病は同時に他の病気が発生します。たとえば目が見えなくなる。あるいは腎臓病です。しかし、気功の練習により、それらのものも病状が改善されるか、あるいは治つ

たケースもあります。ですから、いわゆる私たちの養生は、老化防止あるいは老化制御ということができます。その一つは病気の発生を減らす。そうすれば 80 歳になっても目も良く見え、手足もよく動かす事もできる。そうすると生活の質も自然に高められます。

[アメリカで今、精神医学でトランスパーソナル病というのがあるそうですが、その現状をご存知でしたらお教えいただきたい。]

たとえば、その中でも西洋には今、そういうところから出てきたたくさんの治療法があります。たとえば今大変はやっている香りをとおして体の調整をするアロマセラピーもその流れの一つです。

西洋の哲学というのは2つの行動パターンしかありません。闘うか逃げるか。何か外部の圧力、外部の刺激に直面する時に、逃げるか逃げ切れない時に闘う、それしかありません。そうすると先ほど言ったような反応、心臓の拍動が早くなったり血液の流れが速くなったり、必ずそういう体の反応が出てきます。

アメリカで今最も先端的な技術というのは映像技術です。CT スキャンを撮って脳の中の動き、たとえば、こういうことを考えたときは脳のこういう場所から赤い光が出てくるとか、あるいは食事をするとか、こういうことを話している時にこういう場所からこういう光が出てくるとか。大脳に窓を開けているのと同じです。だいたい人間の動的な状態では大脳の活動は、脳のどういう場所がどういうふうに機能しているのか、そういうことがだんだん分かってきました。

さらに、ある実験が行われています。大学入試前にそれぞれの人の反応がどうなるか、2つのグループに分け、1つの組は気功の練習をした者、もう1つは気功の練習をしない組。結果的に2つの組に差異のあることが認められました。練習をしていない人は、大学入試前の大脳の中には良くない興奮があちこちにゴチャゴチャに出てくる。

ですから、西洋医学はこういう方法を使って経絡とツボを研究しています。たとえば肝臓に関するツボ、胃に関するツボに針を刺し込んで、大脳のどこの場所にどのような反応が出てくるか。ここに出てきた反応、光っている場所はちょうど大脳の肝臓をコントロールする場所、大脳の地域であるか、脾臓をコントロールする場所であるかどうか。一致している場所であるかどうか、そういう研究をしています。

私たちはこれまでは、その人の気分が良いか悪いか、機嫌が良いか悪いか、あるいは気功の治療の結果も、直接的な判断はできませんでしたが、今はそういう技術を使えば直接に目で見えて確かめる事ができます。ですから、最初的话题に戻って、やはり神経・内分泌・免疫力は1つのシステムです。そういうシステムから考える必要があります。トランスパーソナルという事の答えからは少し離れているかもしれませんが。

[悪玉コレステロールはなぜ増えるのですか。]

コレステロールはまず一つは飲食の習慣と関係します。もう一つは体内の新陳代謝の能力と関係します。密度の低いコレステロールは良くありませんが、密度の高いコレステロールならば、数値の高いのはむしろ良いものです。

コレステロールというのは油のようなものです。悪玉は血管の壁にくっついて血管の硬化になります。原因が飲食にあるならば食生活を変え、繊維があるものとか緑の野菜を多く食べる必要があります。もし新陳代謝からくるものだったら、気功の治療を受けるとか、血管の硬化を予防する練習が必要です。

気持ちも影響します。西洋医学の場合は非常にデータを重視します。数値が高ければコレステロール値を下げるような薬を与られます。あるいは正常な数値の範囲内にコントロールするような方法を使います。しかし中医学の場合は、たとえばコレステロールの検査のデータが高くても自覚症状として元気であれば正常と見ます。緊張によりコレステロール値が高くなっているとすれば、気功の練習、治療によってコレステロール値を下げることはできます。

