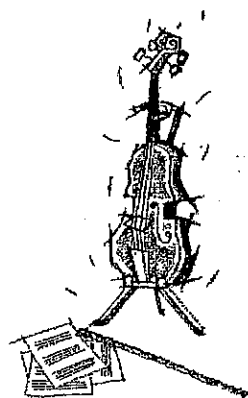


サウンドヒーリング——古代から未来へ

喜田 圭一郎



私たち人間は皆等しく母親の胎内で心音につつまれて約10ヶ月余りの時間を過ごしている。地球の生命進化の30億年のプロセスを急ぎ足で経験しながら育っていく。耳が機能し始める4ヶ月半頃からは母の心音を安心と幸せに満ちた音と記憶し潜在意識のメモリーに蓄えていく。

泣き止まない新生児にこの心音を聞かせると約90%の子供達が安心して眠るといふ。

大人になってからもゆったりとした安定した音を繰り返し聞くと人は安心しやすさを感じる。

その音を体感振動として体に響かせると更に体の緊張がほぐれ、血液の循環がよくなり手足が温かくなり、眠けを誘う。

宮沢賢治の童話「セロ弾きのゴーシュ」の中では森の動物達がゴーシュの弾くチェロの響きで病気を治す。チェロの低い音の振動が野ねずみやたぬきの体に伝わり、心地よいマッサージ効果を生み、血流がよくなり自然に病気が治るといふ訳だ。

音は空気中を波として秒速340mの早さで伝わるが、水の中では速度が早くなり秒速1500

mになる。水は音を伝えやすい媒体であり、70%が水分の体は音が伝わりやすく、共鳴しやすい構造といえる。体の中に入った音は波として細胞一つ一つに細かな波紋を広げ体の中を伝わっていく。心地よい上質の体感音響振動として細胞レベルのマッサージ効果を与えていく。特に150Hz以下の低い音は体で感じやすく、体を緩める効果も高い。チェロの音で何とも言えず心に訴える音もこの低い音であり感動や満足感を倍増すると同時に演奏者はこの音の情報を耳だけでなく体感振動として受け取っている。チェロを演奏する糸川英夫博士の発案から始まった体感音響(BODY SONIC)システムはこのチェロの音を振動として再生することを目的に今から20年以上前に開発された。そして現在更に進化した手に持てる小型体感音響(HEALING VIBRATION)システムが医療や福祉や介護また美容の現場で活躍し始めている。補完代替医療や美容法を補完する道具としてである。

古来より音楽は病気の治療や神との交流のため

に使われていた。宇宙の法則を音で表したものが音楽であり、心と体の調和、精神性を高めることを目的に音楽は演奏されていた。そして音楽に治療の力を高める働きがあると信じられていた。この調和の響きの音楽を小型の体感音響システムで再生し体の局所にあてると、心に響く音楽のリラクゼーション効果が体と心に響く音響振動のマッサージ効果が相乗効果を生み短時間で深いリラクゼーション効果が得られ自律神経のバランスがとれる。古くて新しいこのサウンドヒーリングは現在9・11同時多発テロの後遺症(PTSD)やガン治療の副作用の軽減にも役に立ちニューヨークの病院やSPAで活躍をしている。薬に頼らず自身に内在する本来の自然の治癒力を高めるためにも、自分らしく健やかに生きる心を取り戻すためにもこのような道具の普及が急がれていると感じる。先進国の医療費の軽減にもきつと役立つはずだ。