

グッド・バイブレーション

# Good Vibration

Listen Good Vibration  
Feel Good Vibration &  
Give Good Vibration  
For Happy Wellness Life

協会誌 No.4

2005年10月発行

編集発行：日本サウンドヒーリング協会

URL <http://www.sound-healing.jp>

〒158-0092

東京都世田谷区野毛1-17-7

Tel:03-3441-6796 Fax:03-3441-6929

## ～人はなぜ波動に癒されるのか～

「波動」とは「波のような動き」のことをいいます。物理学では「空間的にも時間的にも変動する場の運動」を波動といっています。

光や電波のようにその波長がごく短くて振動数の多いものから、音波のように中間的なもの、地震波のように波長が長くて振動数の少ないものなど、波動の種類は無数にありますが、そのいずれの波動も、わたしたちの健康に何らかの影響を与えています。

母親の胎内にいた9カ月余、生命進化のプロセスを猛スピードでたどる夢を見ながら、全身でさまざまな波動のシャワーを浴びつづけていたわたしたちは、誕生後も波動とは切っても切れない関係にあるのです。

泣きやまない新生児に母親の心音を録音したテープを聞かせると安心して泣きやむのも、その心音のもつ特有の波動とリズムが、時計時間で9カ月、生命時間で数十億年にわたって浴びつづけてきた、なじみ深いものだと思われるからです。まだ目があかない新生児でも母親の声がする方向に顔を向けるのは、胎内でいちばんよく聞いていた声の波動をからだで覚えているからなのです。

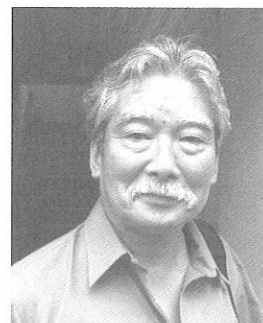
むずかる子どもはまた、やさしく揺すられたり、ゆりかごで揺られたりすると落ち着きますが、あれもまた羊水のなかで揺れながら育ったからだ、波のような動きの心地よさを覚えているからだと考えられます。

音楽はいうまでもなく波動の一形式であり、その人にとって好ましい音楽の波動は、耳から脳までの狭い領域だけではなく心身相関作用によって神経的・内分泌的・免疫的な機能を高める働きをします。それが音楽療法の効果です。

耳からいい音楽を聴いただけでも生じる癒し効果は、音楽にシンクロする物理的な振動が全身の皮膚や筋肉を経由して体内に伝わる時、その効果を倍増するであろうことは容易に想像できます。好ましい音楽にシンクロする物理的な振動は全身の細胞や組織の水性成分に伝わって、その秩序性を高め、ホメオスターシス（恒常性維持）機能を刺激して、心身を調和回復の方向に導いてくれるからです。

新生児や胎児のような無の心境になれば、その効果は一層高まることでしょう。

Listen Good Vibration  
Feel Good Vibration &  
Give Good Vibration  
For Happy Wellness Life



日本サウンドヒーリング協会理事 ホリスティック医学協会副会長  
上野 圭一