

「リウマチ手記」 安江 幸代 56 歳

2009 年 9 月 30 日

心と体（リウマチさん、ありがとう）

なぜ私はリウマチになったのだろう。

素朴な疑問を抱えたまま発症から 18 年、松本医院のHPにたどり着きその間の様々な出来事を通して病気と心の関係が少しでも伝えられたら嬉しいなと思います。

リウマチ完治の道しるべを示された松本医師の理論に沿って実際に私自身が体験したものであり、喜びの記録であることを証明するものです。

丁度昭和から平成に年号が変わる頃、体に異変が起きました。手首と右膝の関節部分が真っ赤に腫れ痛くて全く身動きがとれない状態になり病院へ行くことすらできませんでした。幸いに腫れは2～3日で跡形もなく引いてきたので近くの整形外科へ診察に行きました。関節周囲炎でしょうから経過を見ましょう、と診断されて湿布薬だけ処方されました。その後腫れは全く出ずに忘れて過ごしていました。

平成2年に甲状腺機能低下症になり、チラージンS錠を服用しました。そして翌3年になった春の穏やかな朝、突然に体がこわばって今まで体験した事のない異様さに驚きました。直ぐに内科で診察を受けたところ、血液検査の結果からしてもリウマチに間違いないと判断されました。病名関節リウマチ、そう告げられました。原因不明の難病であること、一生薬漬けで治らない病気であること、体の変形や寝たきりになるかもしれないことなど足早にこの病気の特徴を話してくださいました。その話には私はどうやらへらへらして聞いているように映ったようで、医師は丁度来ておられたリウマチ患者を呼んで私の目の前に座らせました。そして、将来あなたはこうになりますよと、その人を指さしはっきりと云われました。服で隠せない指はほとんどが変形し、松葉杖を支援にしろと歩いておられる状態でした。

私は医師がどんなに絶望的な言葉と態度に出ても、何故だかあまり気持ちが動きませんでした。一生治らないと宣告されているのに、悲しいとかどうしようとかの不安がなかったということです。むしろ私がリウマチという病気を選んでいる、自分が望んで決めてきたことならば逃れられる術などあるはずがない、

ただ受け容れていこう、そしてそこから動くであろう自分の思いを必死で見えていこう、私が選んだことに間違いはないのだからと頭では解釈していました。私は「心を見る」という学びに出会って2年目になっていましたので、病気になったから人生真っ暗でもないし、リウマチが悪いわけでもなく自分が出した思いが形となって返ってきた、ということは少しは理解できていました。ただ、理屈では分かっているけど心で分かるというところにまでは至らなくて、その後の私の反省ノートには（出てくる思いをそのままノートに書いていく作業）何度もリウマチへの妬み恨みと責任転嫁する心癖の強さを見せつけられるのでした。

なぜあなたは生まれてきたのか、なぜ死んでいくのか、死んだら何処へ行くのか、肉ではなく（五感で感じる世界のこと）意識が（見えない世界）本当のあなたですよ、私は教えてもらっていました。誰しものが一度や二度はこんな疑問をもったと思います。幼い頃や究極の困難に遭遇した時、心が解放されたいと絶叫するとき人はふと立ち止まる時間を用意しています。

宗教ではなく、ただ自分の心を見つめることによって本来の姿、お母さんの温もりに帰っていこう、真実を知るのはあなたの頭ではなく心ですよと何度も同じことを伝えて貰いました。とてつもない大きな何かによって私は今生かされている、長い間の心の苦しみが雪解けのように少しずつ解放されました。そして本当の自分に帰りたい、帰っていこうとする思いは確かに自分の心の中にあると確認したのでした。

シオゾール2錠、ロキソニン1錠を半年飲み続けたある日、体中に蕁麻疹のようなものが出てきました。どうせ治らないといいながら出される薬に疑問を感じていたし痛みはなかったのでそのことをきっかけにリウマチ薬を止めました。

その後3～4年は痛みがあっても病院へは行かず痛み止めだけを服用してなんとか過ごしました。幼い子を育てながら仕事を抱えていたこの時期は一番痛みに耐えた時期で奥歯が欠けるくらい食いしばっていました。しかし心を見れば楽になるという他力の根っこは強く壮絶な痛みに耐え続けるにも限界がきていました。

左股関節の炎症で立てなくなり診察を受けました。骨頭付近が炎症を起こし軟骨の消失と共に骨の変形が始まっていました。レントゲンを見た医師が一言「こんなになるまで痛み止めだけで過ごしてきたのですか？」と私の顔を不思議そうに見ました。

1 本目のステロイド（プレドニン）注射をしました。あっという間に痛みがなくなり初めてのステロイド体験は恐怖と快感でした。

シオゾール2錠とロキソニンの処方に戻りました。それからというものの痛くなればステロイド注射をしました。麻薬と同じですね、1年後には両方の肩軟骨の変形が始まっていると云われステロイドを4本くらいしました。いくら抗リウマチ薬を飲みステロイド注射をしても益々変形は進みました。何の解決をも見出せなくて、この頃になって一生治らないと云われたことが重くのしかかってきました。痛みに対しては我慢強くなったような気がします。できる限り薬は飲みたくなかったので再びリウマチ薬を止めたのは平成9年の頃、夏の暑い盛りでまだ自転車にもかろうじて乗れていたし、歩くのも左足がびっこながら動いていた頃でした。

平成14年、手首、指、足の指、右肘、股関節と、どこまでも体の変形は止まりませんでした。もう自転車にも乗れずにそれは思い出になっていました。左股関節が痛みで歩けなくなり夜も眠れなくなり病院を変えて受診しました。台所に立つことも包丁を握ることもできなくなりました。トイレが大変で何度も粗相をして夫に後片付けをして貰う日が多くなってきました。毎日少しずつ変形していく箇所を眺めながらの日々が続きました。

肩軟骨消失変形、右肘軟骨消失変形、左手首軟骨減少、右足首炎症、左股関節軟骨消失変形、右股関節炎症、体中の関節が悲鳴を上げていました。私の病状はどんどん悪化するばかりで手立てはありませんでした。治らないとされる難病に医者はお手上げ状態でした。だから手術という話を頻繁にするようになりました。

いずれは人工ばかりの手術でロボットのようになるのだろうか。医者は私にそう宣告しているような感じでした。何があっても起こっても受け容れていこうと自分で決めたからにはそうするしかない。しかし実際はそうと分かっているのに絶叫する思いに蓋をすることは出来ず叫び声を書いていくしかない日々を過ごしました。しかしそうやって書いていくと苦しんでいること可哀想だと自分を慰めてきたことが実は間違いであったということに気付いて心は落ち着くのでした。そしてリウマチという病気を受け容れていくのではなくて、リウマチを通して見えてくる自分の思いを受け容れていこうと思うように変化してきました。思いは正直です。罵詈雑言は山のようにどこまでも高く積まれていきました。それでも自分の恨み妬みを見ていくことは嬉しかったのです。微かなりとも自分が愛しくて許していこうと思えたからです。

多分「心を見る」学びをしていなければこの時期自殺をしていたかもしれせん。このまま醜い姿で生き恥をさらすことの苦しさ、息子のとの葛藤のさなか

にも感じていた、死んでしまいたいという本音。こんな私がいるのに周りで笑う人がいる、おぞましいと笑っているのだろうか。常に自分が自分に脅しをかけてくる、死んでしまえの声。狂いそうなほどの心の叫びを淡々と書いていくこととそれに伴って「お母さんの反省」が日課となっていました。

身体障害者手帳を貰いシオゾールに変わってリマチル2錠を服用しました。医師からはステロイド剤を勧められましたが、ステロイドでは痛みは多少取れても骨の変形を早めるだけだということに気付いたので断りました。洋服を選ぶようにこの薬で駄目なら次はこれにしたら？という医者に委ねることはできませんでした。でも我慢できない痛みにはさすがにしかなく両極端な思いがありました。そして数えてみればステロイド注射は10本以上にもなっていました。もう無茶苦茶でした。元の体に戻れない、戻りようもないと思っていたので怖いというより痛みから解放される方を選択していました。

そんな中でも時々治ったのかなと思うほど体が動いて痛みもなく快適な状態の時があったので学びの友との旅を楽しみました。しかしそれはつかぬ間のことでここ数年は外出も出来なくなり障害者手帳も更新しました。家では寝たきり状態、季節を感じるのも家の中になりました。由一の楽しみは春に窓から見える満開の桜です。綺麗なその風景を眺めてはかごの鳥状態で暮らしました。

18年のリウマチ歴清算のとき、平成21年4月23日のこと。

左股関節の悪化で人工関節の手術しかないと思い、手術は納得できる病院でしたいと考えていました。PCで検索しながら何気なく目に留まったのが漢方医 松本医院のHPでした。何かに突き動かされるように自然に開いた瞬間、涙がドド〜と溢れてきました。自分でも訳が分からずとにかく後から後から出てくる涙をぬぐいながら松本医師の論文を読み始めました。

免疫は押さえてはいけないこと。IgG抗体からIgE抗体へクラススイッチすること。サプレッサーT細胞の存在とメカニズムなど、どれもが口々に自然に帰るんだよと話しかけてきます。医者が作り出す医原病のことは最も納得できました。なんせ今の私がそのものだったからです。しかし医者だけが悪いのでしょうか。違います、一番はやはり私自身の心に原因があるのです。そしてリウマチと共に生きることを選びました。そう捉える方が自然でした。ステロイド注射で狂わされた60兆もの肉体細胞達はその仕事をこなしました。そして私の体が作り出したステロイドにも文句も言わず休むことなく働き続けてくれています。私と思っている器は細胞の塊にしか過ぎないということを強く感じました。しかも自分が働いてこの体を維持しているのではなく肉体細胞達なのだとすることを忘れてはならないと思いました。

松本理論は実に単純で何かしら爽やかなのです。本物は単純だということは心を見るなかで知っていましたから、医学用語がさっぱり分からずとも伝わってくるのです。それを私の心はキャッチしました。医学の真実がここにあった、私はこの時点で松本理論を信じ「リウマチは治った」と強く思いました。

特に強烈に心に残ったカ所があります。

「精神的葛藤（ストレス）に対して知らぬ間に副腎皮質を刺激してそれに耐えるためにステロイドホルモンを出して免疫を抑え、リバウンドが生じリウマチになった」

なぜ私はリウマチになったのか、勿論自分が決めてきたことなのです。間違いはありません。しかしリウマチでなくとも他の病気でもよかったんじゃないかと疑問でした。だから病気は癌を除いて二種類しかない、病名などはなんでもいいという的確な答えはとても心地よかったです。松本理論は医学博士でなくても頭脳明晰でなくても普通のおばちゃんの私でもその真髄にかすかなりとも触れさせてもらえる場でした。肉体生命の単純さ、単純なゆえに間違ったことを許さない厳しさ、心の世界と一緒にでした。上から物を落とせば下に落ちる、免疫を下げれば病気は治らない、真実は誰でも分かる簡単なことだったのです。

学びを知る前の私は子供の問題、離婚、仕事、異性とのトラブルなど本当に多くのストレスをかけ続けていました。特に子供の問題では何度も鬱になりいつ死んでもおかしくない状態の日々を過ごしていました。子供はただ大いに遊び、楽しいことを見つけては仲間とはしゃいでいただけなのに、私は世間の常識に縛られ子供までも型にはめようとしていました。本来持ち合わせた子供の純粋な心は知識ばかりを詰め込んだ頭でっかちな考えに従うはずもなく、私はたったひとりの子供すらほとんど放棄していた状態でした。その子供のおかげで学びに出会いストレスから解放され心が緩んでリバウンドしリウマチになったのでした。

あの当時の私を支えてくれていたのが実は自らが作り出しているステロイドだったのだと松本理論で教えてもらいました。ストレスに負けないように耐えてくれていたのです。私が元気になるのを一番に待っていていました。苦しかったあの頃、死のうと思っていたあの頃を必死で支えてくれていたのです。私は信じがたい真実を知りただただ号泣でした。

昼に読み始めた松本理論は私の中でエネルギーとして取り込まれ夕方まで一滴の水も飲まずに読み続けました。

平成21年4月28日、雪解けの日はずいに来てきました。心の真実と医療

の真実、私は両方の切符を持って主人と姉との3人で松本医院を訪れました。松本医師からどうしてもっと早く私のHPにたどり着けなかったのですかと問われ、とっさに「堪忍してや」という思いが出てきました。早く来ればそこまでひどくならなかったのに、という松本医師の優しさが十分すぎるほど溢れて伝わってきます。

いいんです。少しの違いもなく、これでいいのです。今思えばリウマチの長い時間は私にとってかけがえのない反省の日々でした。肘が曲がり指も曲がり軟骨という軟骨が減少しても私は心を見るために生かされ続けました。心の闇は根深く本当の自分から遠い私です。でも母は何もかもを承知で生んでくださいました。そのことに感謝することもなく自分の道を切り開いたのは私自身だ、などと豪語してきた愚か者です。育てて頂いたことなど一度も思い起こすことなくましてや生んで頂いたことへの感謝などしたことはありませんでした。私の人生は私が決める、親なんか必要ないと、ほんとうに思い上がりもいいところです。

おかあさん、ごめんなさい。

治療の最初は何もかも初めてのことばかりで戸惑いました。

朝起きたら煎じ器で煎じ薬を作ります。出来上がるチャイムが鳴るまでの時間、私は丹田呼吸をして瞑想をします。目を閉じれば自分の世界だけが広がっています。肉を持ちながら心は肉の世界にいない楽しい至福のひと時です。1番煎じはややトロ〜とした感じで甘くて飲みやすかったです。2番煎は1000ccにして飲みました。3番煎じまで飲むと一日中トイレに忙しいことが分かったので私は2番煎じまでにしました。お通じがよくなり、こんなに食べたのかいと思うほどみんな出ていくので爽快でした。痩せなくても体が引き締まる可能性大です。

お灸は熱いです。あっちちを連発しながら体中の力を込めて耐えるので最初は肩が凝りました。しかし痛みへの効果は絶大でいつしか魅了されていました。お灸の良さが納得できると同時に体も熱に慣れてくるようで、手伝って貰った姉や友人との会話が笑いで盛り沢山になりました。毎日2時間くらいかけてお灸を楽しみました。

お風呂は1時間ゆっくりと入ります。ベットでは寝返りもままならないのですが、お風呂の中では水を得た魚のよう？なつもりで自由にあっちこっち向きを変えられました。溺れないように気をつけながら。

鍼は痛いんです。痛いから思い出もたっぷりあります。受診するたびに有里さん（早田先生）にさせていただくのですが、生まれて初めてする鍼の痛さには驚きました。突き刺してるやん、と思うほどに痛くてしかも寒くて震え痛くて怯え、

踏んだり蹴ったりでした。しかし当然です、リウマチが長くなれば体は硬いです。固いところに鍼をさせばどうなるか、痛い結果があるのみです。初診で有里さんから「カチカチや」と褒められました。いや嘘を言いました、本当は呆れられていたかものです。鍼をする度にギャギャ喚き倒して余りに喧しいのと、体が硬くて鍼を置きにくかったのだと私は勝手に推測しました。ある日、いつものように鍼が怖いので有里さんの名を思いっきり「はりさん」と呼んでしまい大笑いになりました。しかし反対に言えばそれくらい鍼の効果は絶大であったということです。帰りの私は別人のように例の階段をホイサッサと降りられたのです。それにお灸は効き目があるようでたびたび「真っ赤や」と嬉しいことを言って貰えました。お灸一つ鍼1本で周りが真っ赤になる体質の私は大阪流に云えばセコク儲かっているのです。しかも免疫は上がる一方、嬉しくてうれしくて絶好調なのです。

ついでに免疫が上がってくるとどうなるのか。医者じゃないから詳細は全部省いて、イコール病気が治り元気になるのですが、おまけが付いてきます。運動もしないで歩くことも出来ない私ですが、お灸をした後の体内の燃焼率はなんと31歳やねんて、体脂肪計が数字でそういいます。まあ見た目は年相応だけど体は若者のように燃えているなんて本人にしか分からない事実です。お灸で年齢差25歳の燃焼率を確保できることを知ったのも漢方医学に触れられた特権です。

お灸に関してもう一つ歯医者事件がありました。奥歯を抜いたその日にいつものようにお灸をしたら夜になって血が出てきて止まらなくなりました。朝に抜歯して昼食も夕食も食べて何ともなかったのに今頃からじゃ歯医者は開いていないし困りました。次の日まで我慢できる量の出血ではなかったのととても怖かったです。仕方なく救急車を呼び処置してもらって血は治まりましたが、恐るべしお灸の力に感激してしまいました。免疫を上げるということは血流が半端じゃなく物凄く良くなるということも学びました。

煎じ薬や1時間の漢方風呂など免疫を上げる療法を始めて最初に異変を感じたのは口の中でした。治療から二日目のことです。やたら粘々して何度も唾をはきたくなるのです。鏡で口の中を見たら舌は真っ白で粘々して不気味でした。それは2、3日程で治りましたが、次にびっくりしたのは五日目のこと、漢方風呂に入っているとき耳の中からドロ〜っとしたものが出てくるのです。慌てて耳の中に手を入れてみましたが耳の中はいつものように乾いていました。それはたった一度だけでおしまいでした。

初診から2週間目にリウマチ特有のこわばりがありました。いよいよお出ましのリバウンドでしょうか。一日中だるくて何をするのも億劫になりました。元々

家事等は再婚した夫がせつせとしてくれていましたので、私はただ体が要求するままに大半を寝て過ごしても何の問題も起きませんでした。リウマチ患者をおさぼり病だと批判する人がいて一時期傷つきましたが、それはとっくの昔のことで今じゃここぞとばかりに妻の役もついでにさぼっている次第です。この頃の症状としては、左足首の腫れと頭皮に出来ているおできのようなものが痒く（アトピーになるのかな）になりました。かつてはリンデロンを塗っていましたがリバウンドしています。免疫は覚えている、という論文の件がありますがまさにその通りです。痒いのは治ってゆく過程なのでブドウ球菌にやられないよう気をつけながら掻いて楽しみました。今にして思えば冬になると皮膚がカサカサして衣服を脱ぐとどっさり皮膚の粉が雪のように舞っていましたので、私はリウマチとアトピーを合わせもっていたということです。だから抗リウマチ剤のリマチルだけですんだのかもかもしれません。担当医からも検査結果はたいしたことないのに症状がどうしてこんなに重いのかなといつも首をかしげておられました。今なら担当医にお礼として云って差し上げます。ステロイド注射による医原病ですよ、とね。

耳鳴りがひどくなってきたのはこわばりが消え体全体にこそこそと痒くなってきた頃からです。お灸をしている時と漢方風呂に入っている時が多いように思います。特にお灸の時はまるで耳の中に蟬を飼っているように煩く感じました。免疫がバンバン上がってきている証拠だと思いました。耳の中のヘルペスは回復に向かっている兆しの表れでもありましたので私はドンドン出ておいでと思っていました。

ヘルペス治療にベルクスロンが処方されました。この薬がどのように効くのか興味があったのでお尋ねしたら松本先生は看護婦の泰子さんを（横山さんのこと）呼んでお絵描きしながら教えてくださいました。医学知らずの私には面白い絵くらいにしか分からないけど、要は新しく増殖するヘルペスウイルスをやっつけるということに領けました。ヘルペスは神経細胞に入り込んで見つからないように増殖するらしくゴキブリさんに似ているなあ〜と何となく思いました。私はゴキブリさんのがめつい生命力が何処か好きなのです。多分私に似ているからでしょう。

5月8日2回目の受診後最低1回の鍼を2回にしようと思い近所の鍼灸医へ受診しました。鍼は流派があると聞いていました。鍼の形からして違うのですね、とにかく免疫を上げる為にするのだから何でもいいのかと思いました。しかしその後1度も行かなくなりました。男性の方だったので着るものに気を遣うのが煩わしいと感じたからです。なんせ有里さんの前ではほとんどスッポンポン

に近い下着状態でしてもらっているのも楽過ぎて困ったものです。

6月に入ると体のだるさと難聴の右耳から聞こえてくる蝉風味はその後も相変わらず続きましたが、リウマチ特有の痛みはあまりありませんでした。毎年梅雨の季節になると気圧の変化で手首右足首や右肘、股関節などすでに変形してしまっている個所すら痛みを感じ横になっていることが多かったのですが、今は朝早くに目覚め動きたいと思うようになってきました。鍼でも一番痛いところを聞かれるのですが返答に困り、考えてはエ〜ットえ〜つとを連発していました。

嬉しかったのは早くも変形した箇所が本来の姿に戻ろうとしていたことです。特に右足指の変形でバネ指になっていたところや地面から浮いて不格好だった指達は少しずつですが真っ直ぐに伸びていこうとしているのが感じられます。いつものように靴下を穿かせてくれる夫が伸びようとしている指を見て驚きながらさすってくれました。私も上からしか自分の指を眺められないけど嬉しいなあ〜と思いました。

7月暑さとともにものすごく楽になってきました。左足首の腫れは多少残るもののびっこながらサッサと歩けました。朝起きも洗濯や掃除が普通に出来ます。家事もいそいそ体が動きます。サボっていたお掃除のホコリが目につきました。初診から3ヶ月しか経っていないけど、こんなでいいのかなと思うくらい楽な生活になりました。

ある日突然夜中に痒くて目が覚めました。お待ちかねのアトピーです。思い切りボリボリ掻きました。明日が楽しみです。きっと湿疹だらけになっていることだと思いました。しかし目が覚めて見た私の皮膚には跡形もなく、あんなに掻いたのにあれは夢か幻か。

耳鳴りは相変わらず続きました。時々右まぶたの上がピクピクしましたがヘルペスだと聞いていたのでせつせとお灸をして免疫を上げました。リウマチでの痛みはほとんど意識することすらなくなりました。ステロイド注射で歪められたものが元に戻っていきこうとしているのが私の肉そのものにも現れてきました。ステロイドで薄くなってしまった手や足の皮膚は年齢相応のしわが出来てきました。しわなんか見せても喜ばないでしょうけど私は人に見せたいくらい嬉しいものでした。

初診から4回目の血液検査結果が出ました。

「凄い、みんな消えてしまった」と松本先生のひとこと。やっとなじ薬やお灸や鍼などが松本理論の波に乗ってきたところだったので半信半疑で聞きました。

R F 定数だけが 27 と（正常は 20 まで）やや高めながら他はほとんどが正常値範囲になってきました。嬉しかったというより誰かのと間違えたのではと疑うほどの数値でした。それに松本先生が私の学び「意識の流れ」を信じないとあかんかな～あなどとポツッと云ってくださったのには更にびっくり仰天でした。私は血液結果より松本先生の一言に感動しました。飛び上るほど嬉しくてね、診察室だということのも忘れ主人の手をとって喜びました。うさぎ追いしかの山、ついついこのメロディーが口から出てきます。

松本先生の診察は毎回楽しいものです。10 年前くらいの体験談を見ると熱血で怒鳴るイメージがありますが、今は枯れて？いや失礼、現在はいつもリラックスされていて私は思わず友人に話すような口調になってしまい、時々ここまで踏み込んでいいのかなと思うほど何でも言えました。先生は私の素人質問が面白いようで丁寧に答えてくださいました。しかし大抵は世間話と心の勉強討論会を開催しているという感じのもので、患者の T P O にもちゃんと合わせてくださる機転の利く方でした。

私が面白いと思ったのは「治してあげるよ、自分の免疫が治すんだよ、怖い病気などはない」などの名言で励ましてくださり握手して下さいますが、私の心からは「次にアメリカで会いましょう」としか出てこないのです。それと診察すれば誰でも机の上を書いてある文言の紙を見られると思いますが、私はいつもその紙が受験生のように可笑しくて仕方ないのです。こんな少年のようなカッコいい医者にはお目にかかりたくてもなかなか見つからないものです。

8 月、5 回目の血液検査結果。少し高めだった R F 数値が正常値に入ってきました。血沈は 15 と高めでした。体がだるかったのでリウマチの名残りはまだまだあるなと感じられました。油断大敵火がぼうぼう、なんだかそんな思いが心にありました。松本先生の H P は週一の感じで読み込みました。リバウンドしても乗り越えられるよう一番肝心の根っこの理論だけを繰り返し読みました。枝葉となる体験談もドンドン読みました。激しいリバウンドを乗り越える様は想像を超えています。しかもそれぞれが様々な症状と向かい合っていくしか治るすべはないという険しい道です。皆さん痛々しくも必死で耐えておられるのが文面でも十分過ぎる程分かり私も頑張ろうという気になるのです。

ところが私には勝負どころだと考えていたリバウンドらしき大物が今のところ皆無と云っていいほどないのです。あっちこちに現れる小物たちは辛いと感じる間もなくあっという間に通り過ぎていくし何だか心構えだけが空回りしています。クラススイッチは一体どの場面でなったのかが解明できないほど急テンポに治っていきました。呆れるほど楽チンな状態になって松本理論の証拠人がまた一人増えるのです。

9月、6回目の血液検査結果。血沈12、ぎりぎり正常値に近くなってきました。血沈は風邪を引いても上がるから全体を眺めて数値を見なさいよ、と看護婦の泰子さんに励まされました。学びのセミナーから帰ってきた翌日の採血では体がとても疲れていましたが、こんな状態でも血液結果が良かったなら本当にリウマチが治ってきていると判断できると私は考えていました。

単純ヘルペスの数値は76.4（正常値2.0未満）で依然として高いですがこれで順調のようです。ベルクスロンを飲んだ時とそうでない時の耳鳴り状態をお伝えしたかったのですが、量れない分この判断は大変難しいです。水痘帯状ヘルペスは42.7あったものが17.1（正常値2.0未満）までなくなりました。

毎日の生活が快適です。痛みでしかめっ面が当たり前でしたがこめかみのしわもすっかり伸びた感じです。時々近くのスーパーや散歩に出かけられるようになり夢のようです。後遺症が残った箇所はこれからリハビリで少しずつ良くなっていくと確信しています。なぜなら元に戻らないのを悲観した私に有里さんから「駄目だと思い込んでいる」と指摘されハッと目が覚めました。心を見るための大事な体です。最初から投げ出してどうするの、あなたの思いが作ったんでしょ、そんな温かな思いが響いてきます。この言葉を忘れずにいたいと思います。本当にありがとうございました。

これからは2週間ごとの診察と漢方浴2日に1度に変更されました。こうしてリウマチ治療というよりはヘルペス治療になってきているように思います。

さて中間報告が長くなりましたが、松本先生には本当に感謝しかありません。その証拠にすでに私は松本医院の看板を背中にかけて生活していると思っています。例えば私の周りに集まってくる人がガンと遺伝子病以外の病気なら必ずHPを教えてあげるでしょうし、リウマチは治ります、怖い病気はないよと教えてくださった先生への感謝の気持ちは完治した人からまた次の人へと伝わっていくと私は思っています。

私の流れの中で出会うべきして出会いました。決して偶然ではなく必然的にたどり着きました。その流れはごくごく自然でした。疑いもなく松本理論を信じ委ねていくことはとても喜びでした。医学が無知だからよかったのかもしれませんが。でもこの理論を信じられたのは私自身が心から真実だと思ったからです。それ以外にありません。

ある日治療について私が先生の言う通りにしますと云うと「あなたは私を信じているのじゃなく自分を信じているんや」と簡単に見破られてしまったエピソード

ードがありました。その通りです、だから常に自己選択自己責任なのです。決して人のせいにはできません。そういう基礎になる部分を学びの中で十分に教えて貰ってから必然的に松本理論に出会いました。そしてそれは私の意識の流れの今なのだということがとても嬉しいです。

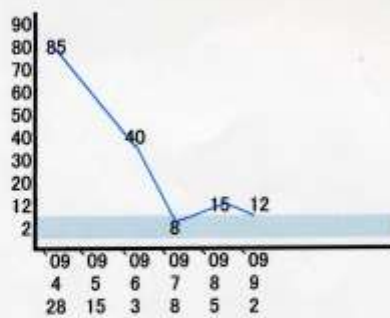
リウマチさん、私の苦しみを病気という形で表現してくれたのがあなたでした。そのあなたに向かって唾を吐き続けてきました。私を苦しめるものは敵でした。だから闘ってきたのです。でもそれは筋違い、間違いだと気付かされました。私は自分に向って唾を吐いてきただけのことでした。

どれだけ苦しいと思いをぶつけてもあなたから流れてくるエネルギーは穏やかで優しいものでした。消えてなくなることも承知で私が気付くのを待っていていました。心と体は一つで繋がっていることの実践もさせていただきました。おかしいかも知れませんが今こうして卒業証書を片手だけでも持つことができたことを一番にあなたにお知らせしたい心境なのです。とても嬉しいです、リウマチさんありがとうございました。

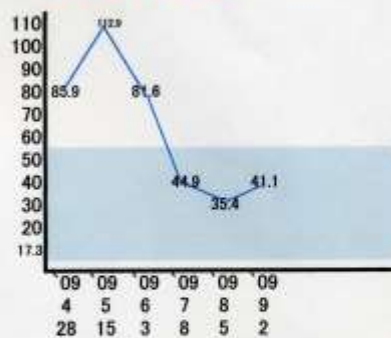
血沈

MMP-3 (マトリックスメタロプロテイナーゼ-3)

正常値: 女性 2~12mm(1時間後) : 正常値域



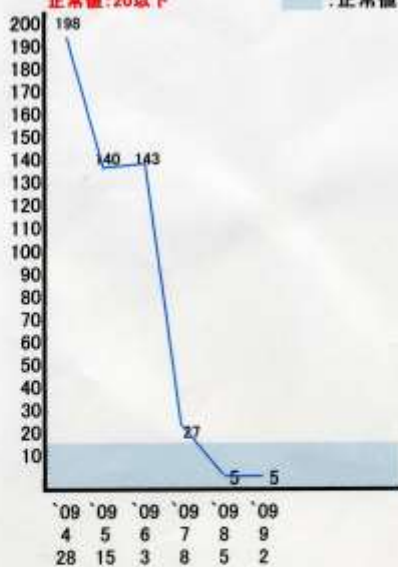
正常値: 17.3~59.7 : 正常値域



RF定量

正常値: 20以下

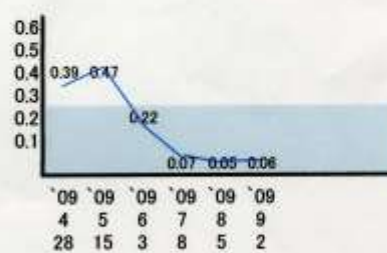
: 正常値域



CRP定量

正常値: 0.30以下

: 正常値域



「リウマチ手記 後半」 安江 幸代 56 歳

2010 年 4 月 20 日

後半のリウマチ完治の手記を書かせていただくことにします。
治療としては中間報告後半でそのほとんどが終わってしまいました。後は取り立てて書くような出来事もあまり無いので、話は私が学んでいる方向へといてしまうかと思われます。ですが完治したご報告はやはりすべきと考えましたので思いのままに書き進めていくことにします。

まずは中間報告の先生のコメント、赤い字が延々と目に飛び込んできました。若かりし頃に塾の講師をしていたとお訊きしています。さしずめ赤い文字は答え、ということなのでしょう。嬉しいというよりそのコメントの多さに唖然としました。凄いなあ〜がまずは先でした。何が凄いと思ったのか、ようこれだけ書くことがあったわという驚きと、松本医師を動かしているマグマのような心の中のエネルギーです。「免疫を抑えなければリウマチは治る」と謳ったことが私を通して短期間に如実に実証されたのですから噴火して当然といえば当然かもしれません。まっ、他人が思うことは其々なのでコメントに議論する気はありません。

医療に関しての真摯な見識と、ど素人のおばちゃんにも分かりやすく解説して頂いているのにはとても感謝しています。医学に関しての知識が少し増えました。治療で実践してきたことは私の宝物でとても役に立っています。松本理論で知り得たことを友人に分けてあげられます。先生の片腕ならず小指の先くらいにはなれる可能性があるかも、なのです。(冗談ですよ、アッハッハ。松本医師の笑いを真似してみました。)

コメントの端々に「リウマチが治って良かったなあ〜」と素直に喜んでくださっているのを感じます。うれしいです。「松本先生、有難うございます。」と、お返事させていただくとともに、沢山の文字を快く打ってくださった助っ人の方にもお礼を云わせて頂きたいと思ひます。御苦労さまでした、そしてありがとうございました。

患者の心得、ひとりごと。

ほとんどの患者は自分に優しくないから病気になっている事実を知りません。病は災いだからです。まさか自分の間違っただけが起こしているとは逆さまになっても考えに及びません。しかもそれをしっかり教えてくれているサインが「病

気」といわれているものだと薄々気付いていても、責任は全部外へ外へと向いてしまう傾向にあります。世間の常識では残念ながらそれが一般的なのでしょう。自分がやってきたことには責任を取らないくせに、リバウンドで苦しくなると平気で疑いをかけ、文句ばかりをぶつけます。紹介されても自分で見つけたとしても、治療をしようと思ったのは自分なのに、です。これだ、と心に感じ治療を始めるなら腹をくくるくらいの覚悟が必要です。病歴も違い何が起こるか医者にも予測できないことはあるのです。お金では買えない頭脳と実績を自分の為に精一杯遣ってもらうのには、まずは責任転嫁をしない決意が必須条件だと私は思います。一番の拠り所、協力者を幻滅させるほど勿体ないことはないです。

リウマチ治療開始から約 1 年が過ぎようとしています。本来なら血液検査が正常になった時点で完治した報告をすべきでしたが、私はかなりの怖がりで臆病でおまけに小心者ときています。反動で大胆なことが出来るのも身の程知らずが平気なのも案外この臆病さからくるのかもしれません。だから長いリウマチ歴の年数分を思うと、たった 4、5 ヶ月で完治したとは言い切れませんでした。歴然とした事実はあるとしても油断せずしっかり見届ける必要があると思ってきたのです。

しかし初診から 1 年経過した現在においてもリウマチの数値はどこを探してもないので、リウマチ完治と自覚に至っています。

中間報告からの続きを思い出しながら進めていきます。

10 月頃、いつものように朝起きたら、肉の安江幸代という着ぐるみをひょいとかぶり、(イメージ) 丹田呼吸をして煎じ薬を作り、瞑想をしての一日が始まります。丹田呼吸をするとき、「ありがとう」と言っている自分があり嬉しくなります。肉でしているのは単に丹田呼吸ですが、その心で思っているのは「ありがとう」です。そして私の一日はこうして肉の事をしながら動いている自分の心を見る作業にほとんどを費やして生活しています。

10 月も半ばになって急にリウマチの煎じ薬が飲めなくなりました。以前から多少胃が痛む感じはありましたが、たいしたこともなく先生にも報告しませんでした。快適な生活を過ごせるようになっていたので冷え性のことも忘れ久し振りに PC で多くの友人にメールを出したりして、体が冷え切っているということに気付くませんでした。ブルっと寒気がしてから、しまったと思っても後の祭りです。後にそれも大きな要因の一つだと教えてもらいました。

診察より鍼灸が先だったので有里さんに胃が痛いことを言うと、胃の当たりがカチカチになっているし足が冷えてるね、と触れながら診てくださいました。自分がしでかした冷えの原因です。おへそを真ん中にして十字架のように乗せる温灸治療を教えてもらいました。燃え尽きる最後だけキュッと熱いですが、直火でお灸をしてきた私にとっては屁の河童という感じがありがたかったです。それから1カ月くらいは、お腹と背中と足の先にこの温灸を自宅で続けることになりました。

体の冷えを通して、私は自分の欲を見せてもらいました。欲張りの欲です。血液検査でもリウマチじゃないよという証拠を目で見てきましたし肉でも明らかに過ごしやすい正常な状態を体験しているのに、まだまだ安心できないから余分に飲んでおいても大丈夫だろうと軽く考えていたのです。治っていたにもかかわらず、です。薬にしがみついていたのです。

するとどうなるのか、そんな疑問も罪悪感すらありませんでした。そしてその結果を体の冷えと共に体験することになります。胃が焼けつくように痛みだして食事ができなくなりました。少しでも食べると胃痛がして横になることが一ヶ月くらい続きました。

辛くて当たり前、苦しくて当然でした。自分が握っている他力のエネルギーはなかなか見抜けません。こうして肉体細胞が教えてくれ表面化されて初めて気付きます。優しい肉体細胞に支えられての自分を感じるとき、間違いに気付いて良かったという思いに変わりました。もっと良くなりたい、もっともっと良くなれ、しつこくある他力の思いを、おバカさんと笑ってやれる余裕も今はあります。修正に繋げていけるチャンスがとても嬉しかったエピソードでした。胃の修復には時間がかかりました。松本先生は「早く言えばいいのに、食後に飲みなさい」といつてくださいましたが、もう完全に要らなくなったことを肉体細胞に教えてもらったので躊躇なく中止していただきました。

11月頃、好酸球の値が25.4もあり、胃の痛みの数値を示してくれていました。お薬も頂いて少しは楽になって食事するにも影響がなくなってきました。そして日にちと共に治まりましたので胃の薬を止めてヘルペス治療薬だけにしました。頭の痒みは少し広がってきたように思います。搔いては紫雲膏を塗る、の繰り返しですが痒みというのは本当に不思議な存在だと改めて思いました。クラススイッチのメカニズムではなく、そのものが画期的とでもいうのでしょうか、そのお陰で今の状態があるので痒みに、ありがとう、という思いが自然に出てきます。

思い立って診察時に「リウマチは又なりますか？」とお尋ねしました。

すると「あなたの心がストレスを感じ、条件が揃えば又なります、だからスト

レスのない生活をしなさい」との返答を頂きました。前半の手記でお話ししたように、相当のストレスを与え続けてきた結果、リウマチ発症に繋がったことを教えて頂きましたので、同じような状態になれば再発するということにも領けました。しかし、です。私はその時瞬時に心から上がってきた思いがあったので、治療に全力で尽くしてくれた夫に喜んで伝えました。しかし返事はそっけなく「そんなもん誰にも分からない」と正直に返してくれました。そうでしょうね、誰にも未来のことは分からないし、ましてや18年も患ってきて色々な想像を絶する状況を視てきたのですから、そんな答えが返ってくるのは無理もないことです。私は「もう二度とリウマチにはならないよ」と云ったのです。どうしてそう思ったのか？リウマチは治りましたが、リウマチさんは今もこれからも、ずっと一緒だからです。本当にそう思っています。だからかりに再発しても全然怖くないです。肉は完治した経験に基づいていけばいいし、心は更に深く見ていけるのですから。

11月後半になってI-podでいつものように学びの講話を聞きながら過ごしていたら、突然ツ〜ンと音を立てて聞こえなかった右耳の難聴が治ってしまいました。丁度鼻が詰まって息が苦しい時にスーッと抜ける感じで何ともいえない清々しさです。思わず耳を指さして「ほらほら」と夫に云ってしまい、ホラホラといわれてもなあ〜と呆れ顔が笑って応えてくれていました。ヘルペスの数値は上がったたり下がったりしながら下降していくので、まだまだ戦っていると判断できます。これからはゆ〜っくりでいこうと思いました。自分の肉体細胞に思いを向ければ、のびのび〜っとしてるねん、という感じがたまらなく愛しくて、嬉しくてたまりません。

12月頃。血液検査結果の中で、いつも松本医師がチェックする箇所あります。免疫の中核、6種類あるというリンパ球です。他の人の手記のコメントのなかで、リンパ球の数でその人の幸せ感の見分けがつく、くらいのことをいっておられましたが、私は21.2が最高です。(正常値18.0~59.0)免疫を上げリウマチが治ってもリンパ球の数値は相変わらず低いままです。本来ならグングン回復してくるらしいのですが、ステロイドや痛み止め、おまけに免疫を下げる間違った治療を長期にしてきた為、幹細胞を殺してしまっていて、どうやら元には戻らないようです。先生はリンパ球の数字をペンでなぞりながら説明してくださいました。

「私のリンパ球は数が少しでも、多い人の分くらい働いているのよ」と思わずいうと、「そうとも言えるな」と面白いなあ〜を連発されていました。変なこと言ってしまったのかな？だって元気に過ごせているということは、リンパ球も

少ないながら最大限の役目を発揮してくれているという証だと、素人ながら思ってしまう。いっぱいある人も少ない人も十分に生きていられるのだから、ええやん、と自分のリンパ球をかばっている私を見つけました。それより、今をどう生きようとしているか、生き方のほうが遥かに問題だと思ってしまう。

こうして年を越し、今は4月。

念願の桜道を歩き感触を楽しみました。窓から眺めるだけの桜もその時は奇麗だと思いましたが、やっぱり近くで観るさくらは格別です。

治療はリウマチの後片づけになってきました。

後遺症は至る所にあります。大きなところでは両方の股関節です。特に左の股関節は骨頭が変形してしまい右の足よりかなり短いです。真っ直ぐ歩いても斜めになっているのが分かるくらいです。その為びっこです。階段は左手で支えを頼りに一段ずつ上がります。正座はできません。高めの椅子になら座っていられます。初診の頃にはキッチンツールを持参していました。最近は少し低めでも座ることが可能になってきました。そこから立つときには介護してもらっています。靴下も補助具を遣ってなら履けますが、殆ど夫をこき使っているのが現状です。右股関節は炎症を起こした最初の段階に戻っています。ステロイド注射を打った分可動域が狭く無理をすると痛みが走ります。お風呂に長く浸かって温めてから運動をしています。足先の変形は最近の部分は目に見えて元に戻りつつあります。時間をかけてなった箇所は外科的手術以外、方法は無いかも知れません。しかし今は歩けるのでそんな気も起こりません。両肩軟骨の消失は左肩だけはずいぶん改善されてきました。右腕はお箸で食べることは困難ですが、手のひらが顔に付くまでに回復してきて、うれしいです。

何よりもリウマチ特有の痛みからは解放されて肉も身軽になってきました。

ステロイドの後遺症でしょうか。顔の皮膚や体の一部分がまだらになっています。特に目の周りや両方の口元が顎にかけて線が出来たように白いです。それに長い間免疫を抑え続けてきたので歯茎すらもガタがきています。自慢にもなりません。リウマチの間、虫歯でもないのに歯槽膿漏の為に2本も抜けてしまいました。先生が「ぐらぐらしている時に言ってくれたら治っているのに。何人も治してあげたから」と、これまた抜いてからなのでどうにもなりません。まさか歯槽膿漏に効く煎じ薬があるなんて思ってもみなかったもので、びっくり顔をしていたら「中国人だけが生き残るやろなあ〜」と漢方薬の素晴らしさを語っておられました。私にはその真意はわかりませんが印象に残りました。

歯医者といえば、1本目の抜歯体験を前半の手記で書きましたが、その治療をしていいのか先生にお尋ねしたら、痛み止めは一過性のものだから大丈夫、と

いうお返事でした。そのついでに「糸で引っ張って抜いたら」と真顔でおっしゃって、今でも思い出してはひとりで笑ってしまいます。昔はそうでしたね、同じ年代を感じます。

さて、最後に松本先生のコメントで沢山出てくる「意識の流れ」について。

『私達人間の本当の姿は肉ではなく波動、意識、エネルギーであって永遠に存在するものです』これが真実なのです。

宗教ではありません。本物は目には見えません。頭ではなく心で感じるものです。だから目を閉じ瞑想でしか分からないということです。しかし、なにも特殊な世界ではありません。誰でもがその心で感じられるものだからです。

「意識の流れ」という言葉に反応され、興味をもってくださいの方がいらっしゃって、とても嬉しかったです。私は単にリウマチ手記を書きましたが、同時に役目も果たしているようです。そんな方がまだいらっしゃることを想定して（勧誘はしません）どうしたら「自分の心を見る」ということが出来るのかを、この場をお借りして簡単に説明させて頂きたいと思います。

まずは本を読み知識を頭にいれて下さい。

U T Aブックから『意識の流れ』『続意識の流れ』『意識の転回』『第二の人生』などの書籍が出ていますので何度も繰り返し読んで下さい。（5月中頃には「意識の流れ、増補改訂版」が出版される予定です。）

次に基本となる、お母さんの反省をします。（ノートに、お母さんにしてもらった事、してもらえなかった事、その時々に出た思いを書いていく）それと並行して毎日ホームページを開いて読みましょう。ホームページはU T A会で検索してください。

更に心惹かれるものを感じたあなた、いよいよ実践です。セミナーに参加しましょう。申し込みはU T A会ホームページに記載されています。

先輩後輩ありません。男女も金持ち貧乏も、頭の良し悪し、病人健常者などまったく関係ありません。教祖も指導者もない学びの場です。来る者拒まず去る者追わず。本当の自分に出会いたい、本当のことが知りたいと思っている人、共に学びましょう。

どうぞあなたの意識が変われば見えているものが違ってくることを体験してください。なぜ生まれてきたのかを知るチャンスです。なにも摩訶不思議なことでも、特別な世界のことでないことが自分の心で感じられることでしょう。

リウマチ手記後半の雑談しかないと思われる内容も、これでおしまいです。松本医師が医者観からメッセージを発信するように、私は「心を見る」学びの目線でしか書けませんでした。学びを知らない人にとっては非常に分かりに

くいと思います。リウマチ手記じゃない内容ですもの、御免なさいね。

私は誰の評価もほとんど気になりません。自分がどう思っているか、のほうに重点を置いて生きているからです。他人の思うその時その時のコロコロ変わる感情にはあまり関心がなくなりました。でも、もし自分の心を突いて揺れたなら、その思いを必死で見るでしょう。それが学んだこと、私の仕事だと思っています。

これからも自分が決めてきた時間のなかで、安江幸代という肉をまとい、かしましい大阪のおばちゃん役を演じながら、学びの友、夫と共に歩く幸せの道、まっしぐらとま・い・り・ま・す。

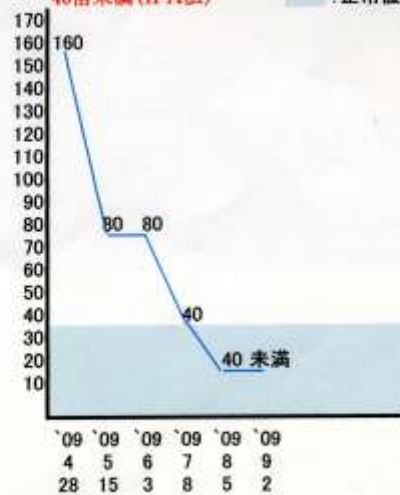
心は大いなる母なる宇宙に馳せて、ありがとうございます生まれ、ありがとうございます肉を置いていく、うれしい今世にしたいです。ごきげんよう。

抗核抗体検査

抗核抗体検査の基準値

40倍未満 (IFA法)

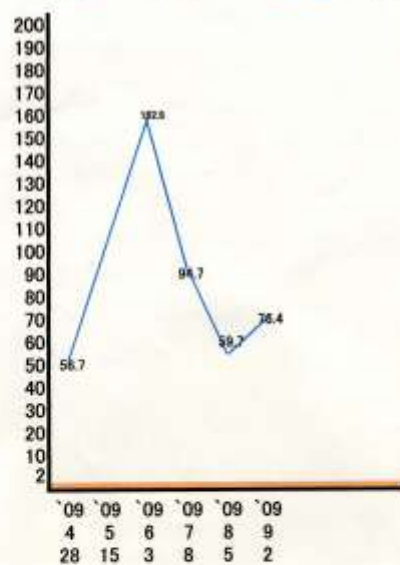
：正常値域



単純ヘルペス

正常値: 2.0未満

：正常値域



水痘帯状ヘルペス

正常値: 2.0未満

：正常値域

