

# 愉気からみる身体観



1、愉氣とは？？？



# 1、愉氣とは？？？

- 野口整体の方法論のひとつ。
  - 積極的に下腹に息を吸い込んで、手から吐くような気持ちで相手の中に気を送る。気を外から与えるのではなく、一カ所に気を集注させると、相手の気との感応が行われることで相手を元気にさせる。
  - 集中して行うが、相手を治そう！などと邪気を持って行ってはならない。
  - 元々は「輸氣」だったが、愉しい気持ちでやろう、ということで「愉氣」と変えた。
- 
-

2、気とは？？？



## 2、気とは????

- 生まれた時から持っている、生命そのものの働きのことを指す。
  - 生きている限り働き続けている生きる力＝「気」に働きかけ、停滞している「気」を巡るようにしてやるのが「愉気法」。
  - 「気」を感応させることで、相手の潜在体力を引きだすことができる。
- 
-

### 3、日本における気



### 3、日本における気

日本には「気」に関係する言葉がたくさんある。

「元気」「陽気」「本気」「根気」「病気」「のん気」「やる気」「気遣い」「気働き」「気が乗る」「気が抜ける」「気が散る」「気のせい」などなど…

### 3、日本における気

穢れ…気枯れ

腐る…気去る

気が無くなってしまうと良くない？

=気は何か重要なものとされている



## 4、中国における気



## 4、中国における気

- 中医学では、体の部位により「気」の名称が異なる。
- 漠然としたものではなく、具体的な作用を持ち、生命エネルギーのようなものとして考えられる。
- 「気血」…血液が血管を通っているのと同様、「気」は経絡を通るものと考えられている。

## 再び日本における「気」について

- 中国における「気」の概念より、ぼんやりしたものという印象。
  - 「大気」「空気」「気象」など、そこらへんにもふわ～っとある印象。人間以外のものにもある。
  - 大体の意味は中国と同じだが、若干の相違も見られる。
- 例) 中国では「神氣」は神の出現の兆候であり、多くの場合雲の形をとって現れる。縁起の良いもの。それに対し日本で使われる「神の氣」は神の息吹であり、疫病のこと。
- 
-