

卵巣（らんそう、英：Ovary）

【解剖】

女性の生殖細胞である卵子を育てて放出するとともに、エストロゲンやプロゲステロンなどのホルモンを分泌する。

卵巣は、男性の精巣（睾丸）とともに生殖巣とも呼ばれる。

卵巣内には、常にある数の一次卵胞（原始卵胞）があり、下垂体からのホルモンの刺激を受けて成熟して二次卵胞（発育卵胞）になる。さらに成熟し続けて2cmにもおよぶ成熟卵胞（グラーフ卵胞）となり、卵子を放出する。これが排卵で、ふつう、左右の卵巣で交互に起こる。

卵巣は前後に扁平な楕円形で子宮の両側に左右一つずつある。（図1）

成熟卵巣で長さ2.5cmから4.0cm、幅1.2cmから2.0cm、厚さ1cmほど。くるみくらいの大きさをアーモンドのような形。

子宮とともに骨盤に包まれている。おへそに親指を当てて、手を軽く開いてお腹当てると小指と薬指の間くらいにあると考えていい。（図2）

卵子は、直径0.07mmから0.17mmほどの球形の細胞。人体最大の細胞で、卵黄と核からなり、周りを透明な膜と放射状に並ぶ細胞が包んでいる。

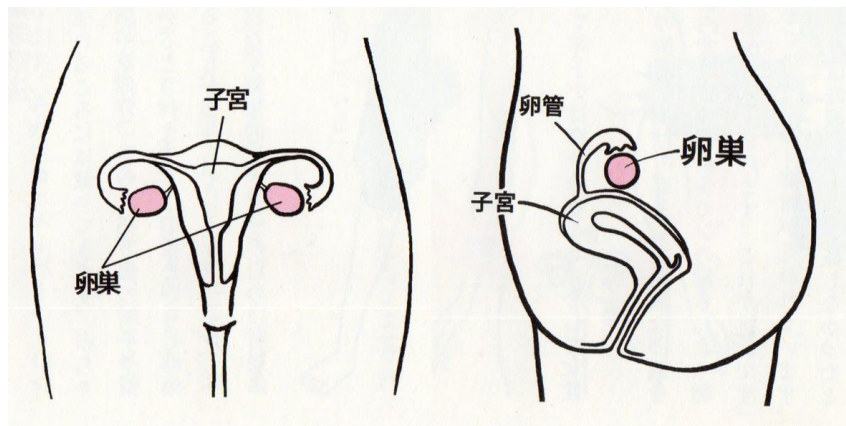


図1

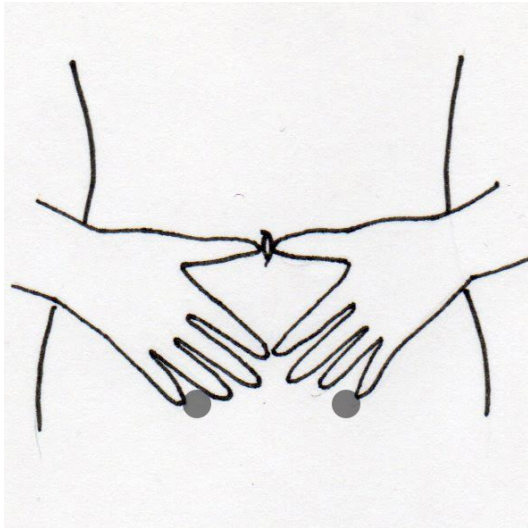


図2. 卵巣のおおよその場所探し方

【東洋医学的見解】

東洋医学では、卵巣は腎と関係が深く、子宮は肝と関係が深いと考えられている。生命の源であるから、全ての五行に影響があることは間違いない。卵巣嚢腫などは、瘀血の問題だと考えている。

相対的に、生殖器全体としては、女性生殖器は陰、男性生殖器は陽と考えられる。女性生殖器の中において、子宮と対応させて考えると、卵巣が陽、子宮が陰となる。男性生殖器では、睾丸が陰、ペニスが陽と考えるのが一般的だ。ただし、陰陽は全て相対的な考えなのでどこから見るかということによって、常に陰陽は変化を起す。

また、一人の女性の原始卵巣や生理にもある程度数が決まっていること、男性の射精の回数や精子の数が決まっていることから、生理や射精が人の若々しさや健康に関係があるとタオでは古くから信じてられている。

この信義の上で成り立っている呼吸法や訓練方法がある。

いずれにしろ、その人の自分との性やセクシャリティー、精力に対しての考え、関係、歴史、態度、感情というものが、その人の心身の健康や生き方に大きな影響を及ぼしていることは確かである。

ここを避けては、なかなか本来のヒーリングにはなりにくいものがある。

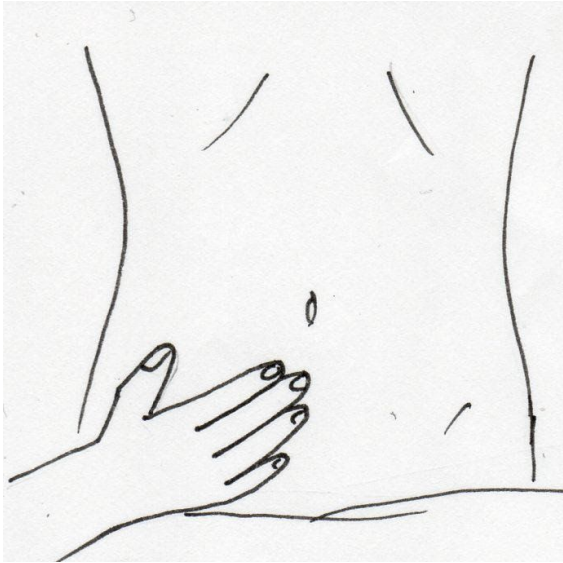
【手技】

卵巣は、生命の源である卵を作り出す器官。

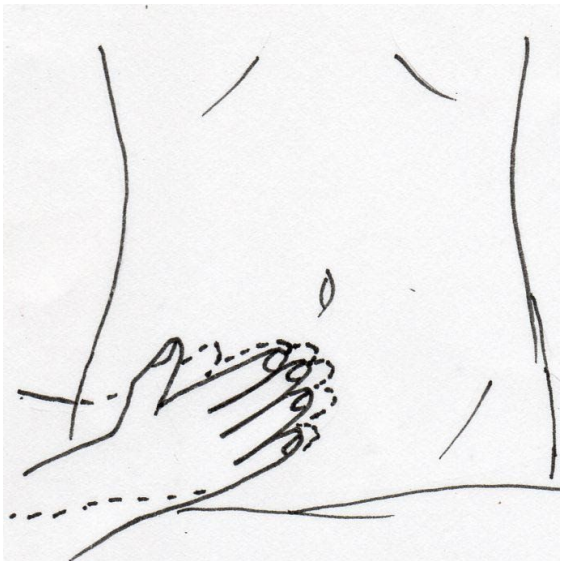
卵巣を温かい気持ちと感謝の気持ちで包み込むというのが基本の姿勢。

1. クライアントの卵巣の場所に、前面から手を添える。温かい気持ちと感謝の気持ちを内側に持って。この場合、直接肌に触れる方が好ましいが、クライアントの気持ちになって、状況によっては服の上からでも充分である。自然な呼吸を数回行う。

両手を使い、右手を左の卵巣、左手を右の卵巣に置いてよい。



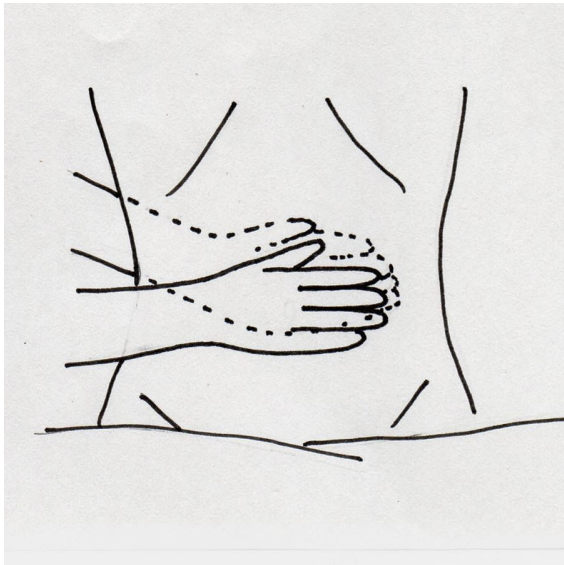
2. 片手を背面に置き、両手で卵巣を包むようにして、温めるようにする。



3. 右と左の卵巣の感覚の違いも感じる。温か、冷たさ、微妙な動き、位置、もつと言うと、左右の性格や感情などの違いも感じられるかもしれない。

4. 必要だと感じたら、氣を足の方に、あるいはヘソの方に流しても良い。

おへそと命門に手を当てて包み込むようにしても良い。



子宮にも、同様なアプローチが可能。詳しくは、レベル2で紹介したいと考えている。

【レベルアップの施術法】

卵巣や子宮は臓器の中でも、最も下に位置しているもので、だんだんを重力に押されて下に押されて圧縮されたり、落ちてくる傾向がある。極端な場合には体外から出てしまうこともある。

卵巣、子宮を下から支えてあげる施術もある。

睾丸など、男性生殖器にも施術方法はあるが、現在日本や西洋では実際に施術として行うことは法律的に不可能だ。しかし有効な方法であることは確か。

【施術者が意図するもの】

このような施術としては単純なものは、特に施術者の気持ちと、クライアントがどのくらい心と身体を開いてくれているかが、重要なポイントになる。

卵巣は、生命の源を携わる器官であり、人類という種を維持するためにも大変に重要な臓器だ。これは、単にクライアント一人の生命とか子供、子孫ということではなく、もっと大きな人類の生命と同調しているものだ。

そして、卵巣や子宮などの生殖器には、複雑な感情や思い、情報などもと滞りやすい。これも個人の感情とか歴史だけではなく、何代もの蓄積でもあり、環境、社会、人間関係で複雑な感情や情報などと直接に関連している。

ここには特に、素晴らしい生命力や喜びや希望とともに、深い恐怖や羞恥心や怒りなども混在している。

それを全て認めて包んでいる、頭では分かる必要もない。偉大な、そして神秘的なものに施術者が勇気を持って立ち会うという気構えと、その神秘性と生命力は、個々のものではなく共有しているものだという実感が必要だ。

これは、頭で理解するだけでは、帰って害になる。コンパッションと呼ばれる慈悲・深い共感の感覚だ。

では、これをどうやって施術者が養っていくかということになる

一つには、卵巣呼吸とか睾丸呼吸と呼ばれるヒーリングラブの瞑想を深めることだ。自分で深めていかない限り、表面的なヒーリングになってしまう。

と同時に、自分の限界にも気がついておく必要もある。

もう一つには、日頃から観察することだ。自分の、知人の、そして社会の性的なものへの態度、そして感情や人間関係との関わりなどに興味を持つ。

解決しようとするよりも、理解しようとするのが、分かることわからないことも含めて、全てを認めることが大切だと考える。

深い共感、親密感などがキーワードになるだろうと考える。そして、これは施術の時にしようと思っても無理なもので、普段の生活の中で勇気を持って試行錯誤して失敗したり、成功したりしながら磨き上がっていくものであることは確かだ。

シンプルな施術は、もうテクニックではない。だからこそ、難しい。

でもだからこそ、重要だ。

【期待される変化】

- ・ 生理不順、生理痛の緩和
- ・ 子宮筋腫、卵巣嚢腫による痛みや不快感の緩和
- ・ 深い安心感
- ・ 自分を深く認められる。自分に自信が出てくる。セルフ・エスティームの安定
- ・ 血行が良くなる。
- ・ 深い眠り
- ・ 適度な体重への移行
- ・ ホルモンバランスが取れてくる
- ・ 冷え性の緩和
- ・ 不必要な遠慮などの緩和
- ・ 感情のバランス
- ・ 情熱、やる気が出てくる
- ・ 若々しくなる、感じる
- ・ 不妊症の改善（これはチネイザン全体で期待されるもの）

【注意点】

・ しこりのようなもの、硬いときもあり、ちょっと柔らかいものもある。これは筋腫や腫瘍の可能性があるので、十分に気をつけること。病巣を疑うものは、医療機関での受診を促すとよい。早期発見になることがしばしばある。

※決して施術者が診断しないようにする。

・ 男性の施術者が女性に行う場合には、特に十分にクライアントの気持ちになって行うか、この施術を行わないかも含めて気を配ること。

- ・決してクライアントの心のそして身体のプライベートな空間に無理矢理に侵入しないように。
- ・クライアントの許可が出ているような時には、変に遠慮はしないで進めること
- ・必ずしも、すぐに効果が見えるわけでもない。また、時にはかえって否定的な反応が出てくることもある。施術者は、それにも対処できる自分を準備する必要がある。