

## Ai ヒーリング ～ 推薦の言葉

ヒーリングや癒し、スピリチュアルという言葉がさまざまな場所で目に付くようになりました。なにかとストレスや悩みの多い現代社会、多くの人が癒しをもとめているのだと感じます。私は現在神経内科医として大学病院で働いていますが、体の病気には心の状態が多大な影響を及ぼしていることを実感しています。認知症という病気を専門にみていると、病気の発症には「その人がどういう人生を生きてきたのか」がとても大きく影響しているということしみじみ感じます。日本人の平均寿命は2014年には女性86歳、男性80歳で世界一になりました。長生きすれば認知症のリスクは避けられません。認知症になりたくない誰もが思っています。若いときにうつ、不眠、神経症などをわずらうと認知症のリスクが高くなることが分かっています。長い人生、ストレスや悩みを乗り越えて幸せに楽しく、生きがいをもって生きていくこと。それが認知症などの病気を予防する大切なポイントです。

Ai ヒーリングは現在あなたが抱えている人間関係、健康、心の問題を解決していくのに力を貸してくれるでしょう。でもここで大切なのは自分を変えるのは自分の気づき、ご自身の意欲であって、単に講師に助けを求めて依存するだけでは変わらないということです。

あなたが Ai ヒーリングの HP にたどり着いたということは、きっと Ai ヒーリングとのご縁があるのだと思います。私も2007年に Ai ヒーリングの上島美穂代表とのご縁をいただき、それから講師の皆さんとお付き合いが今も続いています。素晴らしい情熱と志、そして愛を持って Ai ヒーリングを皆さんに伝えている素敵な女性ばかりです。

私たちの人生の目的は幸せになることです。もし今あなたが幸せでないのなら、どこかに問題があり、その問題を癒していくことが必要です。

一人でも多くの方が Ai ヒーリングに出会い、本当の自分と出会い、人生の最期の時まで幸せな日々を送ってくださることを心から願っています。

なお Ai ヒーリングは鬱、神経症、認知症などの病気で精神科の専門的治療が必要な方は受けることはできませんのでご注意ください。

2015年11月 大阪市立大学医学部 神経内科 特任講師 安宅鈴香