
医療臨床功

MEDICAL CLINICAL QIGONG

ベーシッククラス

Sun気功ヒーリングスクール

外気療術における重要事項.....	4
①心構え	4
②意念	4
③心身ともにリラックスしていること	7
④療術時の注意点.....	7
気の出し方.....	9
四法.....	9
外気発放の方法.....	10
診断.....	13
四診+気診	13
手感について.....	15
外気による調整（総論）	17
自信を持つ	17
ラポールを築く（相手と話す）	17
手技を用いて患者様を心身ともにリラックスさせる	17
手感を用いて気の状態を確かめる	19
外気療術を行う	19
手感でもう一度気の状態を確かめる	24
気が体内で安定するまで寝てもらおう	24

エネルギーワークを伝える（相手と話す）	25
手を洗う	25

外気療術における重要事項

まずは外気療術を定義します。外気療術とは「強烈な臨場感を伴ったイメージを、気を媒介として情報伝達し、身体現象と身体を操作すること」です。この定義を理解した上で、重要事項の各項目を見ていきましょう。

①心構え

外気療術を行う際は、患者様を自分の家族として接するように心がけましょう。「医は仁術。医者父母心。」という言葉があります。医学・医療というものは、他の生命に対して、「幸福でありますように」「悩み苦しみから解放されますように」「健康でより良い人生が過ごせますように」と慈しみの心で施す技術です。特に気功療術の場合は、施術者の思いが相手の身体に影響を与えるため、「必ず治る！」という確信を持って療術に臨むことが重要です。

以上のような心構えで気を出すと、自然治癒力を高める気が出て効果的な療術ができます。私たち施術者は、相手の立場に立ち、相手が何を求めているのかをよく考え、できる限り親切に対応することが大切です。相手と信頼関係を築き、心からリラックスしてもらうことは療術を進めていく上で非常に重要なことです。それだけでも症状が軽減し、場合によってはコミュニケーションをとっている間に、症状が改善していくこともあります。

②意念

「意」はイメージであり情報のことです。「念」は念力のことであり、集中力のことです。つまり意念とは、自らのイメージに集中することです。そして意念の強弱は、どれだけ雑念や煩悩を持たずに自分のイメージに集中して臨場感を保てるかどうかで決まってきます。

気は意念によってコントロールできます。外気療術においては意念が強いほど施術者が送るイメージが相手に伝わりやすくなり、療術効果が上がりやすくなります。また外気療術では自分のイメージが相手に伝わるので、「自分が行う外気療術は患者様にとって世界一である」と自信を持って行うことも重要となってきます。

それでは医療臨床功において具体的な意念について触れていきます。

北斗七星の気を取り入れて出す

外気療術での最重要事項は、内気（自身の気）を使わないことであり、北斗七星・施術者・患者様が連動して一体になったイメージで療術を行うことです。内気を使うと自身の体のバランスを崩したりすることもありますので、この点だけは必ずマスターして欲しいところです。

医療臨床功においては、霊子通霊法で北斗七星との結びつきを強くすることを前提とし、吸気時に北斗七星の気を百会と命門から取り入れ、呼気時に発気していきます。これを数回繰り返していると、自然と北斗七星の気を取り入れることができるようになり、上達していくと北斗七星をイメージしただけで気を取り入れることができるようになります。また、北斗七星の気を使うことは邪気から施術者を守るという意味もあります。

全神関注

患者様とコミュニケーションをとったり実際に療術を行う時は、相手が健康になって幸せに人生を送ることだけに興味を持ち、五感などのすべての感覚を療術に集中させます。

一念達成

病処が改善していくイメージがはっきりできるまで一つのことに集中していきます。イメージに没頭していくことで臨場感も増していき、療術効果も上がります。

形態の変化

北斗七星の気を入れながら、病変した患部、気が滞っている部位、気が不足している部位が正常化していくようにイメージします（癌細胞が元の正常細胞に戻る、骨のズレが戻る、全身の気の巡りがスムーズな状態に戻るetc...）。

精神状態の変化

北斗七星の気を入れながら、患者様の心理状態が安定し、柔和で安らかで明るい心を取り戻しているようにイメージします。気持ちいい情動をメインにポジティブな感情を感じます。

日常生活の変化

北斗七星の気を入れながら、患者様の病気と症状が治り、充実した日々を過ごされている様子をイメージします（願望が叶っている、健康で幸せに暮らしているetc...）。

③心身ともにリラックスしていること

心と体が緊張している状態では気をコントロールしにくくなります。北斗七星との結びつきが強くなってくると、涙が出るくらいあくびがたくさん出るようになります。またオナラやゲップが出るようになり、体もポカポカと暖かくなってきます。このような状態が心身ともにリラックスしているかのバロメーターとなります。睡眠状態の一步手前ぐらいまで眠気があるくらい心身ともにリラックスすると、療術効果が上がってきます。

④療術時の注意点

療術時間

気功療術をはじめて間もない頃は、北斗七星からスムーズに気を取り込んで出すことに慣れていないので、自分の内気を使いがちです。ですから療術時間を5分～10分程度として、最高でも15分を超えないようにしましょう。また、人間の体は気の許容量というものがあるので、許容量を超える量の気は入りませんし、入れ続けると気も安定しなくなりますので長くても30分以上療術しないように注意しましょう。

いきなり患部に気を入れないこと

療術の最初は、患部以外のところに気を入れて、健康な部位を保護していきます。これには以下の理由があります。

1. 人体は各器官が独立して存在しているのではなく、有機的に存在しています。そのため、身体の一部が病気になり悪循環に陥ると、他の健康な部位にまで機能低下が出てきます。ですから健康な場所が悪くならないように、病状が悪化するのを防ぐために健康な部位に気を入れていくのです。
2. 患部は邪気として考えます。いきなり邪気を扱うと、邪気が他の健康な部位に散ってしまう恐れがあります。邪気が散らないように他の健康な部位を保護することでこれを防ぎます。

療術は焦らず、少しずつ余裕を持って進めていく

体は徐々に回復していくものです。中には劇的に回復する症例もありますが、ごく少数の方に限ります。病気による悪循環は進行してしまうことが多いため、まずは現状より悪化しないようにすること、患者さんの体力を戻して病気の進行を止めることをまず第一にしましょう。それから患部が回復していくように療術を進めていきます。

上医・中医・下医

中国では医者レベルを3段階に分けています。私たちは常に上医であることを心がけ、中位・下医の医者や治療家を見ても、「自分はそうならないぞ!」と戒めるように心がけていきましょう。

- 上医治未病

上医は病気になる前に体の兆候を読み取り、病気にさせません。そして将来病気にもさせないように働きかけることができます。症状を改善させるだけでなく、その原因となるものへアプローチすることができます。

- 中医治已病

中医は現在の病気や症状だけしか改善させません。世間一般でありがたがれる医者ほとんどがここに該当します。一見優秀に見えますが、私たちはより高い理想の上医を目指しましょう。

- 下医乱治病

下医は病気に関して無知で、いろんなことを試して余計に病気を悪化させます。論外です。

つまり、気功療術において大事なことは相手を病気にさせないことです。実際に療術するときには、表に出ている症状だけでなく、病気の原因（病根）から対応していく視点を忘れないようにしましょう。現在の病気だけでなく、それに伴う症状、病歴、社会歴、生活習慣、人間関係、精神状態、あらゆる側面から総合的に、多角的に診ていくことを実践していきましょう。

気の出し方

外気を出す際の注意点は、外気療術を行う上での重要事項にもあったように、以下の二つのことを意識してほしいと思います。

1. 心身ともにリラックスすること

心と体が緊張した状態では、自分自身の気の巡りも良くありません。ましてや気をコントロールするのは難しいのです。ですから常にリラックスすることを心がけましょう。

2. イメージをはっきりさせて集中すること

「気はイメージしたように動く」、という性質があります。はっきりとイメージすると気がしっかり動きます。

四法

四法で心がけること

四法に共通して心がける点は、「円滑に」「自然に」「流れるように」の三点を意識して行います。つまり、体は止まることなく、無理のない動きで自然に動き続ける、ということです。また、練習するときには水のイメージを頭に思い描く際に、目を閉じがちになりますが、目は決して閉眼しないようにします。目を閉じそうになっても半眼で留めておきましょう。これは療術時においても同じです。

気が出ている体の部位で代表的なのは、「手のひら」「足の裏」「おでこ」そして「眼」です。療術時に閉眼しない理由は、目から気が出ているからなのです。

四法の実際

外気発放をスムーズに行うための練習方法として四つの型があります。

一.撥水式（はっすいしき）

水の中に指先を入れ、水中に入れた指を小刻みに微振動させ、その振動が波動のように水中を伝わっていくようにイメージします。

二.拂水式（ふっすいしき）

手のひらを水面上で撫でるイメージで行います。

三.推水式（すいすいしき）

水中で水を押すイメージで行います。

四.抖水式（とすいしき）

手についた水を振り払う、振り落とすイメージで行います。

外気発放の方法

北斗七星の気を百会と命門から取り入れ、両手から出すようにイメージすると、そのように気が動いていきます。北斗七星からしっかりと気を取り入れて出す、というイメージをしない場合は、自分自身だけの気、すなわち内気を出してしまいます。すると療術後に疲れてしまったりすることがあります。最初はしっかりと北斗七星から気を取り入れて出すことを入念に練習することが重要です。また、外気を使うということは自身の内気を守るだけでなく、邪気から身を守ることでもあります。

北斗七星の気を実感し信頼することで、外気発放が自然とできるようになります。そのためにも霊子通霊法をしっかりと練習し、北斗七星の気を浴びることで自身の健康を実感していくことです。療術に対する自信も自然とついてきます。

方法論

1. 北斗七星の位置を確認します。

単純にまずは北斗七星を意識します。北斗七星の気を取り入れる心の準備をします。

2. 北斗七星の気を百会・命門から取り入れ、取り入れた気を両手から出します。

最初は呼吸と合わせて行くと気の出し入れが容易にできます。吸うときに北斗七星の気を取り入れ、吐くときに取り入れた気を両手から出します。これを数回繰り返していると、自然と気が入ってきて出ていくようになります（灯油ストーブのポンプと同じ原理）。慣れてくると呼吸に合わせてなくても取り入れて出すイメージだけでできるようになります。

3. 両手から出ている気を止める。

外気発法を止める時は、闇雲に止めるのではなく意識して「これで終わります」と気を出すのを止めます。そうしないとしばらく手から気が出続けてしまいます。

練習時のポイント

外気発法が上達したかを見極めるために、次の三つの状態の違いを体感できるまで練習しましょう。呼吸するのと同じくらい自然に外気発法ができるようになるまで練習していきます。

① 気を取り入れなていない状態

② 気を取り入れた状態

③ 取り入れた気を手から出している状態

どんどん上達して慣れてくると、施術者が北斗七星を意識しなくても、療術で気を出すと自然に北斗七星の気が体に入ってくるようになります。そうなるために霊子通霊法があるのです。最初は慣れないかもしれませんが、練習する時は気功の達人になったつもりで、「北斗七星の気を取り入れて出すことができている」と信じて行いましょう。

天の気・地の気の出し方

病気の治療に関していえば基本的に北斗七星の気だけで十分ですが、患者様の症状などに合わせて自然界・万物の気（エネルギー）を利用することも可能です（太陽の気、月の気、大地の気、海の気etc）。

- 領気入頭

頭から太陽の気を取り入れて出します。朝陽を浴びている体感などをイメージしながら行います。太陽の気は熱の性質を持っているので、冷えの症状などに使います。

- 領気入足

足裏から地球・大地の気を取り入れて出します。地球のマントルまで根を深く生やしていくイメージで、大地の栄養を取り入れていきます。地球や大地の気は涼の性質があるので、体がのぼせて熱がある症状などに使います。

診断

四診＋気診

中医学には、「望診・聞診・問診・切診」という方法があります。これを四診と言います。外気療術においては四診だけではなく、プラスαとして気の診断（気診）も同時に行います。

望診

視覚を駆使して、患者様の全身や局部の状態を観察します。物理的に観察するだけでなく、気（エネルギー）としての振る舞いも一緒に観察する意識で行います。

- 神

精神活動の表れとしての表情、顔色、全身の状態、言葉や意識などを診ていきます。物理的な身体を観察してはいますが、意識としてはエネルギー状態を見るつもりで行います。

- 形態

体型や姿勢、身振り手振りや全身の動きなどを診ていきます。呼吸の深さなども観察しておきましょう。

- 色沢

全身の皮膚の色や艶、顔色などを診ていきます。

聞診

聴覚と嗅覚を駆使して患者様の状態を観察していきます。そこから得られる気（エネルギー）状態まで一緒に観察する意識で行います。

- 音声

患者様の発声や呼吸の状態、声色などを観察していきます。

- におい

体臭の強さなどを感じていきます。

問診

患者様に質問をして話を聞いていきます。話を聞くことで気（エネルギー）の状態を診ながらエネルギーの循環を行います。つまりこの時からすでに療術が始まっている意識を持つことが重要です。問診時に望診と聞診も同時に行います。患者様のエネルギーが安定し、穏やかになるようにカウンセリングしていくので、問診する内容は病気のことに限らなくてもいいです。

切診

触覚を駆使して患者様の状態を診ていきます。実際に体に触れた時の気（エネルギー）状態も観察するように意識します。推拿を施しながら切診をしても構いません。

気診

外気療術の診断法は「望診・聞診・問診・切診・気診」で行なっていきます。その中でも気診（気の診断）は医療臨床気功の特徴でもあるのでしっかりと身につけてほしい技術です。気の診断法としては、

1. 手感・・・手を患者様の体にかざすことで気の状態を感じ取る
2. 体感・・・患者様の状態を観察した結果、自然と自分の体で相手の気の状態を感じ取る

があります。手感についてはこれから詳しく述べていきますが、体感も、気功を習得していく過程で自然と身につけていくものです。気功だけでなく、臨床に携わるほとんどの方が経験していることです。我々は、患者様の気の状態を感じるだけで相手を元気にさせてしまうほどの癒しのパワーを身につけていく必要があります。患者様の元気を取り戻すパワーを常に兼ね備えた存在となるために、日々養生気功を実践したり、自身の精神衛生状態を良好に保つようにしましょう。

手感について

「体気」の層

人体には肉体の周りに気の層（体気）があります。この体気の層は健康体であるほど厚く、健康を害している時ほど薄くなっています。施術前後の気の状態を診断する基準にもなります。

また、体気の層は体の状態を反映しています。手感によって体気の層の状態を確認することで、体の状態を知るができます。練功により敏感になった左手だけを使って調べていきます。

手感の方法

1. 体表の状態を調べる

左手を近づけたり離したりして一番強く気を感じる場所を探します。一番強く気を感じる場所は、体表の状態を調べることができる体気の最外層とされています。まずは体全体の体気の最外層をなぞっていき、体表の状態を調べていきます。この時、以上がある場所は感じ方が違ってきます。また、体内の状態が体表に現れているということも念頭に置きながら手感を行なっていきます。

2. 体内の状態を調べる

体気の層は一番外側の最外層が体表の状態を表しています。体内の状態を調べる時は、最外層よりも内部に手を近づけ、調べたい臓器や部位を意識してイメージしながら行うことで知ることができます。心臓なら心臓をイメージし、骨なら骨をイメージしながら手感を行うことで、より正確に気の状態を知ることができます。

我々施術者が感じる手感と症状との関係の目安は下記の図の通りです。しかしあくまで目安ですのでこれが全て正しいということではありません。手感は練習や臨床を重ねて経験を積むことで診断精度が上がってきます。

手感	症状
痛（痛い）	痛み
麻（痺れる）	神経がよくない
跳（拍動する）	気の滞り
重（重たい）	腫瘍・重病
涼（涼しい）	冷え
熱（熱い）	炎症

施術時の手の位置と患部との距離

実際に外気施術をするにあたっては、体気の最外層よりも患者様の体に近い位置に手をかざして施術の方が療術効果が上がります。

人体は常に安定しようとする働きがあり、体気の最外層より外から入ってくるものに対しては人体に入りにくくなっています。また、体気の最外層の距離は刻一刻と変化しています。施術者の状態や患者様の状態、あるいは天体の動きや季節によっても変わっています。患者様の体と施術者が発する気との距離は、療術効果を大きく左右しますので、常に意識しておきましょう。

外気による調整（総論）

自信を持つ

外気療術を行う前提として、自分自身の療術に対して「必ず治す！」という自信を持つことが最も重要です。意識を外気療術を行う状態に切り替えるようにしましょう。なぜならば、気の性質が意識によって動かすことができ、イメージで身体情報に書き込むことができるからです。

「必ず治す！」という強い意識状態が気を動かしやすくし、患者様が治るイメージをつてやすくなるのです。外気療術の反省は後になっていくらでもできますので、施術時だけは自分自身を「気功の達人」だと強く思うような意識状態を保ちましょう。

ラポールを築く（相手と話す）

問診の時間をできる限り長くとり、不安や疑問を取り除き、心身の緊張をほぐすように四診を行っていきます。自分自身もしっかりと緩むことで、患者様も緩んでくれます。すでに外気療術が始まっていることを意識し、患者様とのいいエネルギー循環ができるように働きかけていきます。

そのためには、患者様の健康や未来にのみ興味を持ち、積極的にコミットしていく心を持つことで、問診時にそのエネルギーが自然と伝わっていきます。その結果ラポール（信頼関係）が構築され、患者様の不安や疑問が解消されていきます。また、外気療術の効果も上がります。

手技を用いて患者様を心身ともにリラックスさせる

外気療術を受ける姿勢には、椅子などに腰掛けて行う「座位」、ベッドに横たわった状態で行う「臥位（伏臥位・側臥位・仰臥位）」、立った状態で行う「立位」があります。患者様の容態や病気の内容をしっかりと問診した上で、どの姿勢で受けてもらうかを決めます。総論ではどの姿勢で行っても大丈夫な患者様の場合について説明していきます。

手技について

医療臨床気功で行っていく手技の目的は、気血・経絡の流れを調和させ、ツボを開くことで患者様の心身が緩むだけでなく、気が入りやすくするために行います。手技をおこなう際は、下記の注意事項をしっかりと理解しておきましょう。

- ① 最初に患者様の姿勢を整えます。衣服のシワや、体の歪みなどを整えていきます。
- ② 自分自身が心からリラックスするようにします。手技の場合は施術者の状態を患者様は敏感に感じ取っています。相手をリラックスさせる秘訣は自分自身が緩むことです。
- ③ 決してもみほぐそうとするのではなく、あくまでも気の巡りを円滑にするという目的を意識においておきます。ですので、物足りないぐらいの圧加減にとどめます。

伏臥位の手順

1. 体の位置と衣服を整える
2. 脚部と足裏の圧迫。委中・湧泉の指圧。
3. 背部の圧迫。膀胱経絡の指圧。
4. 肩腕部の圧迫。肩井の指圧。肩甲骨の圧迫振戦。

仰臥位の手順

1. 体の位置と衣服を整える
2. 脚部の圧迫。胃経の指圧。
3. 腹部の圧迫。
4. 胸部の圧迫。中府・雲門の指圧。
5. 肩井の指圧。
6. 百会・四神総・風池の指圧。

手感を用いて気の状態を確かめる

患者様の周りを左回り（反時計回り）に歩きながら気の状態を確かめていきます。

手感の手順

脳・目・耳・鼻・口・喉・肺・心臓・肝臓・脾臓膵臓・胃腸・内腎・外腎・右腕・右足・右足裏・左足裏・左足・左腕・外腎・内腎・胃腸・脾臓膵臓・肝臓・心臓・肺・喉・口・鼻・耳・目・脳の順番で手感を行っていきます。

外気療術を行う

大脳・脳幹調整

生命活動の中樞である脳幹に気を入れることで全身が緩んできます。また、人間の場合は進化の過程で脳を発達させてきており、現代においては脳のストレスで全身のバランスが崩れてしまっています。最初に大脳と脳幹を調整し、全身調整を行うことで、のちの調整法の働きかけがしやすくなってきます。

大脳・脳幹に北斗七星の気を充分に入れ、その後全身の細胞隅々まで気を流していきます。

呼吸調整

中医学では「体内の気血が滞った時に病になる」と考えられています。また、気が巡らないと血も巡りません。そこで「気の本」と言われている肺（呼吸器）を調整することが重要になってきます。呼吸器を調整することで全身に気が巡りやすくなり、結果として気血が全身をスムーズに流れるようになります。

百会・脳幹・鼻・気管・気管支・肺・横隔膜・肺・肩・指先の順番で気を流していきます。

患部の療術

手感や問診時の情報を元に、患部に気を入れていきます。主に患者様の主訴である患部に気を入れていきます。最初に患部を扱わない理由は、いきなり患部を扱うと邪気が散ってしまう恐れがあるため、その前に患部以外の調整しておく必要があるからです。大脳・脳幹調整と呼吸調整がそれを可能にしてくれます。

患部の療術が終わったら、再び患部以外の全身調整に戻ります。

動静脈調整

中医学では「気血のめぐりが良くなれば病気にならない」という言葉があります。呼吸調整で気のめぐりを良くしましたが、血の巡りも良くして相乗効果を上げます。方法としては体の外側を順時計回りに気を回していきます。

1. 百会から左側頭部・左側頸部を通して心臓
2. 心臓から左腕外側を通して左指先
3. 左指先から左腕内側を通して左脇
4. 左脇から左体側を通して左足先まで
5. 左足先から左足内側を通して股まで
6. 股から右足内側を通して右足先まで
7. 右足先から右体側を通して右脇まで
8. 右脇から右腕内側を通して右指先まで
9. 右指先から右腕外側・右側頸部・右側頭部を通して百会まで

神経調整

大脳・脳幹調整では主に緩ませることを主眼において調整しましたが、神経調整では神経の機能を促進させることを目的に行います。人間の体は脳の働きと密接に関係があります。脳からの神経伝達がスムーズに行われれば、体のバランスは自然と良くなっていきます。また、上位神経の働きが良くなると、末端の神経の働きも良くなっていきます。

1. 右脳・脳幹・脊髄・左手指先・左足先
2. 左脳・脳幹・脊髄・右手指先・右足先

五臓調整

五臓の状態は、全身のあらゆる器官や心の状態とも密接に関係があります。すなわち、全身の気血めぐりや陰陽のバランス、精神状態の安定にとっても重要な調整法となります。西洋医学での五臓の働きは物理的器官のみの働きにしか言及していませんが、中医学ではもっと広い意味での働きとして五臓を捉えています。

① 肝

肝は血を貯蔵し、必要な時に全身の各器官に気血を分配・調節する働きがあります。目や筋肉、感情では「怒り」と関連があり、肝臓が弱るとイライラしやすくなったり、目が充血したり、足が攣ったり瞼が痙攣するなどの症状が見られます。また、血を貯蔵したり調節したりする働きがあるため、女性の生理周期とも関係があります。

② 心

心は血液循環機能を司り、精神活動をコントロールする機能を持っています。脳との関係が深く、心が弱っていると不眠になります。体のサインとしては、汗をかきやすくなったり、舌が赤くなったり、舌に口内炎ができるなどです。

③ 脾

脾は気・血・水を作り出す場所、すなわち後天の気を作り出す場所です。口から肛門までの消化器官や肌とも関係が深く、脾が弱ってくると、肌のたるみ、全身倦怠感、下痢、口腔内の口内炎、むくみなどが現れます。また湿気に弱く、梅雨時に弱りやすい臓器です。

④ 肺

肺は呼吸器の機能を助け、全身に気を送る働きがあります。また皮膚と腸との関係も深く、肺が正常に働くと肌と腸の潤いを保ちます。肺が弱まると咳・鼻水・痰などの症状が出やすく、肌が乾燥したり便秘になりやすい傾向があります。

⑤ 腎

腎には母親から受け継いだ先天の気が収められています。生殖機能、生命維持機能の基本的な働きがあり、成長や発育、泌尿器系、内分泌系と関係が深いです。腎が弱ると足腰が弱くなる、骨粗鬆症、浮腫、不妊や性欲減退などが見られます。

外気療術の五臓調整では、中医学の陰陽五行論の考えを基に五臓のアンバランスを取り戻すように調整していきます。

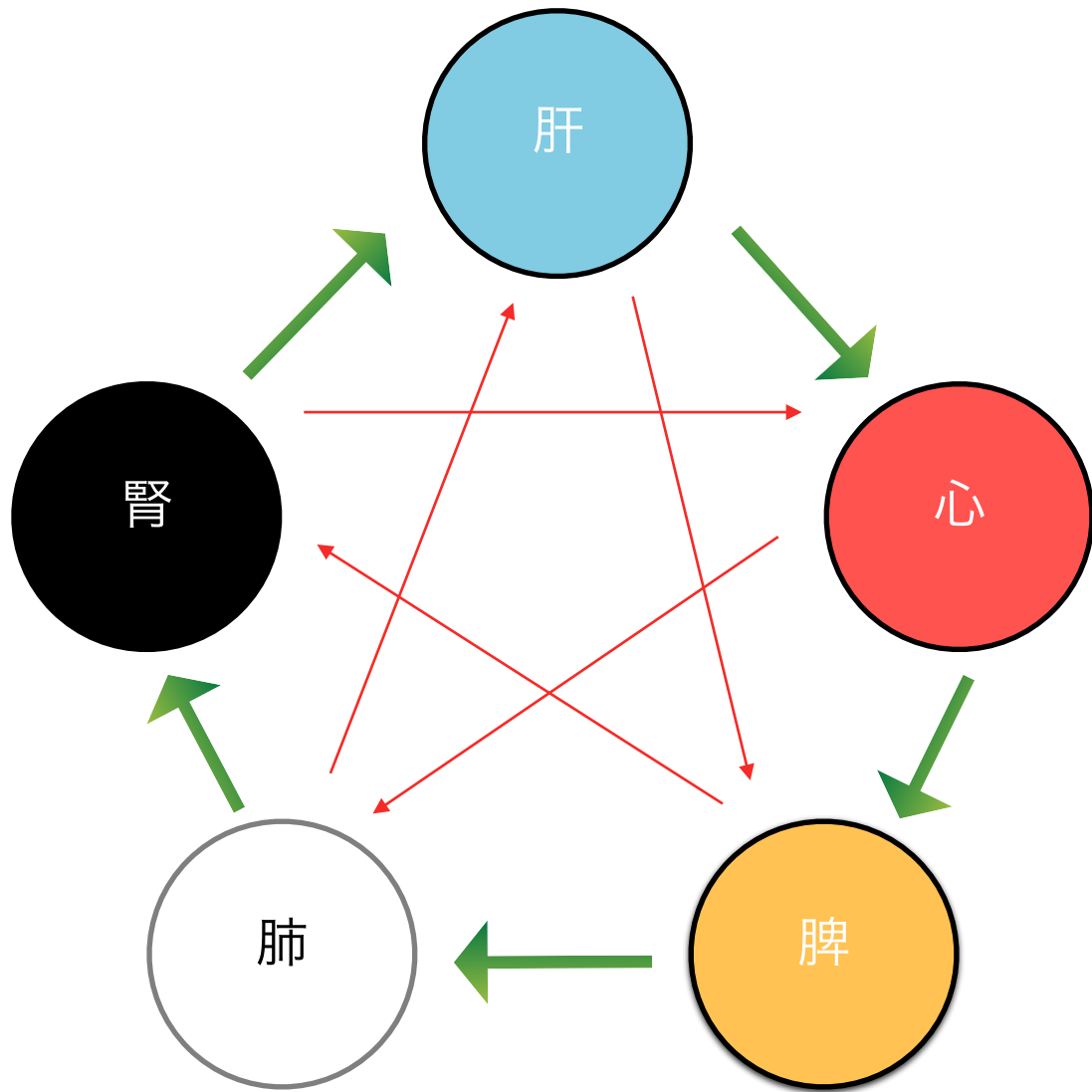
1. 五臓相生発気調整法

五行の相生関係（母子関係）に則り、順時計回りに手を回しながら五臓に気を入れていきます。つまり、肝・心・脾・肺・生殖器（外腎）・腎臓（内腎）の順番に気を入れていきます

2. 五臓相克発気調整法

五行の相克関係（父子関係）に則り、逆時計回りに手を回しながら五臓の邪気や多すぎる気を抜いていきます。つまり、肝・脾・生殖器（外腎）・腎臓（内腎）心・肺の順番で各臓器の気を抜いていきます。

これらの調整法を行うことで、臓器間の気の流れをスムーズにし、五臓の気のバランスが取れてくるようになり、結果として全身の気を調整することができます。



相生： 

相克： 

陰陽調整

人体は陰陽のバランスをとることで維持されています。気の偏りなどがあると身体が正常に働きにくくなります。ですので、療術する際には患部だけではなく、それと対になる部位の調整も行い、アンバランスを整えていきます。例えば、背中が患部なら背中と胸やお腹を調整し、右肩が患部なら右肩と左肩の両方を調整していきます。

つまり、陰陽調整とは、患部とそのほかの部位を前後・左右・上下の三次元でバランスをとることなのです。全身の陰陽のバランスをとるように常に心がけていきましょう。

食事調整

人間が健康であるためには食事は重要な要素となってきます。後天の気がしっかりと作り出されることがない気を補うためにも重要になってきます。食事調整では食欲低下の患者様に効果的です。

食事調整では口から肛門までスムーズに気が流れるようにします。口・舌・食道・胃・十二指腸・小腸・大腸・肛門の順に気を流していきます。

睡眠調整

睡眠も食事と同様で、自然治癒力を上げるためには欠かせない要素です。特に慢性病の治療では、第一に食事と睡眠が十分に行われるように調整していきます。

根本的な生命活動の土台となる睡眠は、人類が進化する上でも、体調を整えるためにも欠かせない行為です。

調整の仕方としては、心臓と脳患部に同時に気を入れていきます。

手感でもう一度気の状態を確かめる

外気による調整が終了しましたら、もう一度手感で患部の気の状態、あるいは全身の気の状態を確かめていきます。患部の反応が取れていたり、全身の気の層が厚くなっていたり、強くなっているのを感じられれば自然治癒力は格段に上がっています。

気が体内で安定するまで寝てもらう

外気療術の直後は、患者様の気の巡りが安定してくるまで5分～10分ほどそのままにしておきます。

気功水の作り方

横になっている間に気功水を作っておきます。気功水は、患者様の施術後に作ることで、体調を整えるために最も適した情報を水に入れることができます。

コップに浄水を注いで、北斗七星と繋がった上で気を入れていきます。そして、患者様の患部がよくなっていくイメージや、健康で幸せに生活しているイメージを情報として入れていきます。

エネルギーワークを伝える（相手と話す）

外気療術中に気づいたことや感じたことを中心に、患者様とお話しします。話をしている時に直感で思ったことを話すことが大切です。この時点で患者様とはラポールをしっかりと築いているので、思いついたことは患者様の心にしっかりと届きます。世間話でもいいので、話をする時間を設けましょう。

手を洗う

衛生上、または手に付着した患者様の気を洗い流し、次の療術に備えるためにも療術後は手を洗いましょう。