

# 高岡英夫の 達人通信

2025 年春期集中講座に寄せて



" 圧打系ほゆる " の全ての出発点となる手指骨圧通法の  
デモンストレーション

## 「ほゆる」について

人の身体を構成しているパーツは骨格、筋肉、内臓に大別できます。これらのパーツそれぞれにフォーカスをあててゆるめる方法として「ほゆる(骨のゆる)」「きゆる(筋肉のゆる)」「ぞゆる(内臓のゆる)」を開発し、それらをまとめて『基礎ゆる』として発表し、高能力開発と健康開発の世界で大きな成果を挙げてきました。

中でも「ほゆる」を、身体的全組織の中で最優先にすすめるのは、「ほゆる」こそが全身をどこまでゆるめられるかの"尺度"、すなわち"決定要因"となるものだからです。

何故なのでしょう?細胞クンたちのことを考えてみてください。そもそもズルズルユルユルした組織の筋肉や内臓に住む細胞たちに、細胞同士が互いにゆすり揉みほぐしゆるめ合う運動刺激つまり「ゆる」を届けるのは初めから可能な話でしょう。でも岩のように固い骨体にバラバラに点在する"小穴"に一粒ずつ住む骨細胞クンたちに、細胞同士でゆるめ合う運動なんて、構造的に不可能です。いくら全身のいろいろな組織の「ゆる」ができて、全身を支える根幹である骨の細胞クンたちに「ゆる」が届かない限り、どこから来るのかわからない奥深い鈍い不快感つまり骨の深部ストレスに襲われ続けることで、全身の「ゆる」は日々失われ続けるのです。

「ほゆる」が全身をどこまでゆるめられるかの尺度であるとは、こういうことなのです。これを放っておいていいわけはありません。ということで生まれたのが「ほゆる」。「クリームミルクのユ〜ルユル・・・」は、筋肉にも内臓にもどこにも通用しないけど、「クリーム色の骨」には抜群に効果的、まさに画期的なものでした。おかげで"ゆるの尺度"は上昇し、全身のいろいろな組織のゆるが進む役割を果たせたのです。

## 特別推薦「高度ほゆるⅠ初級」「高度ほゆるⅡ初級」について

でも皆さんお気づきにはなりません。骨細胞クンたちはクリーム色をしていないことに。その通りで、骨がゆるむことで小穴の壁や床がゆるむのですから、骨細胞クンたちの住まいも良くなり骨細胞クン自身も少しは快適になったはずなのですが、でも細胞同士でゆるめ合う「ゆる」はやっぱり届かないわけ。仕方ないか・・・?

骨細胞の不幸を仕方ないか・・・、と片付けていいわけはありませんよね。ということで研究に研究をかさね開発したのが今回の特別推薦の2つの講座です。「高度ほゆるⅠ初級」はズバリ「クリームミルク」の限界を超えて骨細胞クンに「ゆる」を届ける、目のウロコ&脳のウロコが落ち続ける工夫満載、楽しさ満載の講座。「高度ほゆるⅡ初級」は細胞同士のゆすり合い揉みほぐし合いである「揺動系ゆる」とは全く異なるアプローチである、骨の固さを逆利用する手指骨由来の浸潤伝導法で、骨細胞クンに「ゆる」を届ける「圧打系ゆる」の初公開となる講座。

どうしてもこの2つの講座を同時期に一緒に学びトレーニングしていただきたいという、私の切なる願いから生まれた、2022年以後講座の割引なしのルールを超え、6講座編成の慣習も超える、特別推薦、破格のお届けです!!

なお今回のような、私の「どうしてもこの2つの講座を同時期に一緒に学びトレーニングしていただきたい」という切なる願いによるセット候補は、他に複数組あります。この春期集中での講座編成を多くの皆さまにご支持いただけたなら、今後一期おきに特別推薦セットを入れた講座編成をお届けしたいと考えています。

(2025年3月5日 高岡英夫 談)