

なおし家ゆかりの人対談 第4号

(前半) ふたりで語り合う“西荻愛”



ーベストセラー編集者として

院長「今日は、石原正康さんに来ていただきました。お忙しい中ありがとうございます。まず、お仕事の話からよろしいですか？」

石原さん「幻冬舎という出版社に、編集者として26年勤めております。その前も編集の仕事をしていました」

院長「手がけられた作品が…」

石原さん「よく知られているところでは、五木寛之さんの『大河の一滴』や、村上龍さんの『13歳のハローワーク』などですね」

院長「数々のベストセラーを世に送り出している、日本にとってホントに大事な方だと思っています」



ー西荻に惚れたふたり

院長「しかも石原さんは西荻窪、なおし家の近くに住んでおられるんですね」

石原さん「はい、今の家に住んで15、6年になりますが、30代の頃にも西荻に10年住んでいました。それから外に出たんですけど、どうしてもまた西荻に戻りたいと思ひまして、頑張りました(笑)」

院長「私と一緒にですね。私は大学生の時です。関西にいたんですけど、あるご縁で西荻にきて、ここいいなあ〜！って。惚れちゃったんですよ」

石原さん「ええ〜、どういうご縁でまた？」

ー院長、西荻に来たきっかけ

院長「大学2年の時に、一人でスペインに行ったんですが、そこで、めるくまー社という出版社の和田さんという方に会うんですね。その方に勧められた本がラジニーシの『存在の詩』という本でした。これを読んでぶっ飛んでしまって、その後、インドにいくんですが(笑) まあ、それはおいといて、4年生の時のゼミのテーマが“日本人にとって大切なものは何か”だったんです」

石原さん「ほー、すごいですね、学部は何だったんですか？」

院長「学部は経済学部だったんですけど、違う大学の社会学部の先生に出会ったんですよ、あの上野千鶴子さんです。あの頃はまだ若くて、ちこちゃんって呼んでましたけど、ファンでよく出入りさせてもらってました」

石原さん「へ〜、面白いですねー」

院長「上野さんの影響で女性学にも興味を持ちましたね。で彼女に自然食とか、マクロビオティックを教えてもらって、日本人にとって大切なものは“お米だ！”とー。

それで、お米の情報がどこにあるのかと思って、スペインで出会ったメルクマーク社の和田さんに聞いたら、言われたんです。“西荻窪のほびつと村に行きなさい”って」

石原さん「ああ、なるほど、そう繋がるんですね(笑)」

一若者文化、自然食の発祥地「ほびっと村」

院長「ええ、それが西荻に来たきっかけだったんですが、すごい場所だなあ〜って驚きました。ほびっと村は、当時ヒッピーの聖地で、日本の自然食とかエコロジー運動の出発点でしたね」

石原さん「そうそう、ほびっと村は1970年代の若者文化の中心地だそうですね。それと、ほびっと村のレストランは食事も美味しいですよ〜。イワシの梅煮とか。本当に自然で体にいいものしか使ってませんよって言うのが、よくわかりますよね」

院長「玄米定食は、日本の草分けらしいですよ」

石原さん「角谷さんにとっては、お米が東洋医学につながる出会いだったんですね」

院長「そうなんです。ほびっと村のプラサード書店で、聞いたんですよ。お米で病気を治す世界で一番有名な日本人がいるって。それが、マクロビオティックを作ったジョージ・オーサワ、桜沢如一だったんですね。それからですね、桜沢の弟子の話を知ったらこれが面白くて、それからマクロビオティックや玄米、東洋医学や東洋哲学とかに興味を持ちました」



▲ほびっと村と定番の玄米定食

一ふたりの共通点「インド」

院長「そのあと、和田さんから勧められた本の影響でインドに行きました。今、和尚と呼ばれてますけど、覚者ですね、悟った人の道場に行って。大学3年の冬に行って、2ヶ月くらいで帰る予定が、戻ってきたのは大学4年の7月でした（笑）」

石原さん「長々といたんですね（笑）実は僕も、インドのラジニーシを訪ねに行ったことがありますよ。すごい所じゃないですか」



院長「え、石原さんも行ったんですか??（驚）」

石原さん「吉本ばななさんと行きましたよ。1990年頃ですかね」

院長「そうですかー！なんと。もうラジニーシは亡くなってましたかね。私はまだ生きてる場所で、毎朝、講義してくれてました」

石原さん「あの頃、サイババも大ブームでしたね」

院長「そうそう、インドの時代でしたよね」

石原さん「横尾忠則の『インドへ』も読んでいいなあって。横尾さんとも何度か仕事をしました。本の装丁をお願いしていました」

院長「ほ〜、そうですか。僕らの時代、横尾さんも憧れの人でしたね」

石原さん「文化をひっぱっていた人ですね」

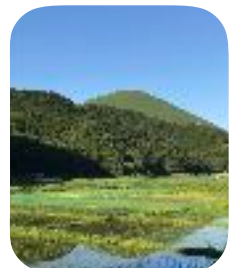
院長「そうそう、その文化を引っ張っていた人の一人が、ラジニーシの本を出した、めるくまー社の和田禎男さんって方ですね、もう亡くなられましたけど」

一里山的な魅力、西荻となおし家

石原さん「僕もその方の本を、何か読んでいる気がしますねー。

でもやっぱり、西荻に惹かれるっていうのは何かあるんですよねえ」

院長「そう、西荻から『名前のない新聞』というのを出して、それが波紋をよんで若者の文化を創っていったというー。そういう文化が西荻にはあるんですよ」



石原さん「そうなんですよね。実は僕は生まれが新潟なんです。西荻のとなりの吉祥寺って、何となく新潟市と似てるんです」

院長「ほ～、そうなんですか」

石原さん「西荻は、都会でもないし、田舎でもないし、里山的な場所、気楽なんですよ」

院長「そうそう、西荻って古い人も新しい人も大事にしてくれて、よそ者扱いしないんですよ、古いものと新しいものが一緒になっていて、しかもスピリチュアルでー。

西荻は、気がいいんで治療院やりたいって感じになるんですよ」

石原さん「そうそう、なおし家は場所がすごくいいと思います。駅から近いのもあるんですけど、いつ来てもどこかに陽が当たっていて。

近くに八百屋さんや中華料理屋さんがあって、雑な音が聞こえてくるんですけど、それがかえってほぐれるんですよ。金ピカピカのメタリックでないところがいいですし、この畳の感じが、来ただけでホッとするような、安心する感じがありますよね」



◀新鮮で美味しいと
評判の八百屋さん
(小高商店)



▶なおし家の中の中華屋
さんからはいい香りが
(中国食酒房まつもと)

院長「私も、温泉旅館とか好きで(笑)」

石原さん「ちょっと温泉旅館っぽいですね(笑)」

院長「もともとここは大家さんのお家だったんで、ビルなんですけど、中に入ると和室なんですよ、窓も大きいし、光も入るんですよ」



石原さん「しかも、西荻らしい光ですよ。施術は場所が大事で、このなおし家はほんと、気の通りのいいところですね。

僕は色々海外にも行きましたが、教会や神社、寺って大体気のいい所にありますよね。アルゼンチンに行った時も、イエズス会の教会ってものすごいいい気の土地に建ててあるから、癒されるし活力も湧いてくるし。そういう所だから宗教も成り立つのかなあとと思いますよね。

なおし家は、場所として気の通りとしても抜群のところですよ。気があって眺めもいいところですしね」

院長「ありがとうございます、嬉しいなあ。ここで施術を始めてもう24年ですけど、自分でも大好きな場所です」

石原さん「それから院長の施術は、朝と午後でかなり違う印象があります。朝は、スカッとしていて、夕方はエネルギーに攻めてくる感じで、それがまた面白いですね」

院長「ありがとうございます。そんなこと言われたのは初めてだなあ(笑)」

(後半) 痛みとシビレで眠れなかった 左腕が治癒するまで

一転んで左腕と膝を痛める

石原さん「去年（2019年）の11月、温泉で滝つぼのところで遊んでいたら、ズコッと転んで深い所に落ちちゃったんです。その時ここを強くぶつけてしまって」

院長「左の腕ですね」

石原さん「ええ、右膝も痛めて整形外科へ行ったら骨が黒ずんでいる、多分内出血だと。治るけど時間かかるよって言われたんです。本当に歩くのが大変だったんですが、その痛みが取れると今度は左の肘が痛くなって。そこもなんとか我慢していたら今度は、左腕の激痛とシビレを発症して、なおし家にきたのが今年の3月でした。仰向けに寝ても全く左肩をつけられない感じで」



いらしたときはかなりお辛そうでした。腕がすごくシビレていましたね

石原さん「そう、ブーンと電気が流れる感じだったんですよね。あと肩甲骨と背骨の間と胸の痛みもあってどうしようもないなって。そういえば数カ月前にうちの女性編集者が、この前角谷先生とこ行きました〜って、言っていたことを思い出して。それで角谷先生に治してもらおうと思って伺ったのが最初でした。この痛みは取れないんじゃないかなと、覚悟を持ってきた感じでしたね」

院長「その時は夜も眠れなかった感じですね」

石原さん「その時、整形外科でもらった薬がロキソニンって鎮痛剤だったんですが、角谷さんに言われてよく覚えているのは、神経そのものは問題なくて神経が圧迫されることによる痛みですね、と。ですから神経そのものに作用するロキソニンは、特に必要ないでしょうと。ああ、なるほどと思ってすぐロキソニンをやめましたね」



一頸椎症と五十肩を併発

石原さん「それと痛みが首に隠れていたのは、角谷さんによって気づくことができました」

院長「最初見たとき、病名でいうと頸椎症と五十肩を併発してました。腕も上がらなかったし。そのままじっとしていても痛くて夜も眠れないってことだったので、急性期、炎症期でしたね」

3時間眠れば
いいほどでした。
痛みで揺り動かされて
起きる感じでしたね



石原さん「変形性頸椎症というのは、整形外科でレントゲンを撮ってわかってたんです。でも五十肩は、もぐった感じなんですね、僕にとっては。五十肩は2、3年前にやったような記憶があったんですが、両方一緒に起こしてたっていうのは、わかりませんでした」

院長「五十肩は急性期で、しかも普通は手にシビレは起きないんですけど、シビレがおきてる五十肩だったので、頸椎の神経が圧迫されてるな、っていうのがわかりました。それで、治療が始まったんですよ。炎症の時は、患部に直接鍼ができないので、血流をよくする治療を行い、炎症を早くおさめるようにしていきました」

石原さん「そうですね、それはすごく効きましたね。もうイタイ、イタイって言うんですけど、角谷さんが肩甲骨の骨のところを押してると思っていたのが、実は骨ではなくでコリだったという（笑）それはびっくりしました」

院長「肩甲骨の所は腕にも効くし、実はシビレをとるツボでもあるんですよ。その肩甲骨のコリが（神経を）圧迫しているとシビレが腕にくるのが酷くなるということがある。（肩甲骨は）しびれのツボでもあったんです。でそこに鍼をしましたね」

ーペインクリニックも利用しながら つらい炎症期を乗り越える

石原さん「それと角谷さん、正直だなと思ったのは、頸椎の痛みにはブロック注射もあるから、自分の治療と併せてペインクリニックも行ってみたらどうですか、と勧めてくれたんですね。

できる範囲でベストを尽くすけれども、もうちょっと早く治したいんだったらそれもやってみましょうか、って取り入れてくれるところもすごく良いなあと思いましたね」

院長「なるほど。炎症期の時はどうしても直接、患部には鍼ができないから、ペインクリニックに行つて痛みを止めてもらうのも手なんですよ」

石原さん「角谷さんには、そういう総合的な治療をプランニングしてくれるってところがあって、ありがたかったですね」



院長「人には専門専門があり、自分だけでやってもしょうがないですから。自分ができないところは、他の専門に任せていいなと思っています」

石原さん「僕にとっては早く治ればいいので、それはありがたかったです。

ペインクリニックは、結構痛かったですけど（笑）

80歳くらいの女医さん、ホラー映画に出てくるような面白い姿の先生ですけど。

四谷のクリニックで、その場所も気の通りのいい所でしたね～」

院長「それはすごい先生でしたね（笑）」

石原さん「角谷さんは持つてる本能をひきだすよなところがありますね」

院長「そうですか（照）それで施術6回目（3月18日頃）で少し仰向けで寝れるようになってきて、シビレが良くなって眠れるようになりましたね」

石原さん「すごく楽になったなあ～と思いながら、治療ベッドの上に寝ていたのを覚えてます」

院長「その頃から、やっと首に鍼ができるようになりましたね。ペインクリニックの治療もあって炎症が早くおさまってきたですね。で、そのペインクリニックに行かなくても大丈夫になって、夜も眠れるようにー」

ー早く寝るようにして免疫力アップ

石原さん「角谷さんの暗示もあると思うんですが（笑）再三再四、角谷さんが僕に言ったのは、人間の体は夜9時から3時の間に寝ると免疫力があがるって。で、実際そうやったら、元気になってきまして（笑）」

院長「よかったです（笑）それまでは、結構寝るのが遅かったですよね」

石原さん「それまでは寝るのが大体、午前3時か4時くらいでした。それを12時くらいにしたら、すごいスッキリして」

院長「ええ、血流が改善されて顔色も良くなり、体調もだいぶ良くなってきましたね。

そして今度は、左の首のところが凝っていたんで、首のコリを緩める鍼をしました。コリが緩んだことで首の面積が広がって、神経を圧迫しなくなったのでシビレも出なくなりましたね」

石原さん「そうですね、左の首が楽になると、今度はそこをカバーしていた右の首の痛みを感じるようになって。

そちらも治してもらって、とても楽になりました」



ー鍼とセルフケアで治癒力を引き出す

なおし家の施術

院長「まとめると石原さんの場合は、血流を良くすると、コリをとっていく治療をやってきました。頸椎のキワにすごいコリがあったので、そのコリをとって、手につながる神経の圧迫をとっていくという方針で治療していきました」

石原さん「血流と睡眠にしてもそうですけど、いろんな意味で、もともと持っている自分の治癒力を引き出してくれるようなことをやっていただきました」



院長「実は治療ってこちらが治すだけじゃなくて、セルフケアも非常に大事なんです。特に石原さんには、早く寝てもらって免疫力をあげることをアドバイスしました。自分の持っている力を引き出さないとなかなか治っていかないと、そう思いますね」

石原さん「特に薬を使うってわけじゃないですね」

院長「そうですね。で、4月初旬にはだいぶ痛みも痺れもなくなってきて、その後は仕事が普通にできるようになってきましたね」

石原さん「はい、全然問題なかったですね。寝るのも前は、どういう角度で寝ようかなって考えながら寝てましたけど、今はどうにでも寝れますからね」

院長「よかったです、石原さんが良くなっていかないと社会的な損失がありますからー」



石原さん「いやいや、角谷さんこそですよ。本当にこちらは、なおし家そのものと角谷さんと、スタッフみんなの明るさみたいなものが素晴らしいと思いますよ、やっぱり人間の力ですよ。それと、施術を受ける側の力も引き出してくれるっていうのがよくわかりました」

院長「首の治療って実は難しく、それができるところは少ないと思います。なおし家は首の治療をひとつ専門にしている、その専門と石原さんの症状がしっかりかみ合ってたなあとと思います」

石原さん「ほんと、助かりました、これだけは。ちょうど、コロナが流行り出して気持ちも暗くなっていたんで、そういう部分でもとても助かってます」

院長「そうですね。これからも、健康に留意しながらこちらに関わっていきたいと思っていますので、よろしくお願いします」

石原さん「こちらこそ、引き続きよろしく申し上げます」

(2020年4月17日 なおし家にて)



石原 正康 (いしはら・まさやす)

1962年、新潟市生まれ。法政大学を卒業後、角川書店入社。1993年、幻冬舎設立に参加。編集者として、五木寛之の『大河の一滴』や『人生の目的』、天童荒太の『永遠の仔』、村上龍の『13歳のハローワーク』などのミリオンセラーや多くのヒット作を手がける。現在、幻冬舎の専務取締役として編集本部長を務める。NHK「プロフェッショナル 仕事の流儀」に出演するなど、業界屈指のベストセラーメーカーとして知られる。現在、BS朝日「ザ・インタビュー ～トップランナーの肖像～」でインタビュアーをつとめる。