

ニューヨーク、ワールド・トレード・センターのトラウマ・リリーフ

JATFT

ニューヨーク、ワールド・トレード・センターのトラウマ・リリーフ

D i a n B a h r - G r o t h (2 0 0
ダイアン・バー・グロス

2001年9月16日日曜日に ケイ・バンゲロウ、ジャン・エマーソンと私は安全だと思われるコネチカット州スタムフォードの小さな町を出て、車でニューヨーク市に向かいました。ワールド・トレード・センターの大惨事とその余波の恐ろしいものを見ることは出来なかったのですが、私たちは町の中に入り、困窮している人たちを助ける方法を見出すことに決めました。

TFTのトラウマ/不安を助けるアルゴリズムのシンプルなビラ「無料、トラウマの軽減」2,000部を持ち、幾らかの水のボトルと小さな折り畳みのテーブルを持って私たちの重苦しい旅は始まりました。それは、完全に晴れわたった青い空と明るい太陽の素晴らしい晩夏の日でした。太陽が私たちの精神を照らしてくれる事を願って、コンバーチブルの屋根を置いていくことに決めました。このような恐ろしいことが起きたことなど、この日の美しさからはいっそう信じがたく思われました。

私たちがマンハッタンの中心街から数分のジョージワシントン橋を通り越したとき、ちょうど大惨事の事実を目にし、そして匂いも感じました。白い煙で覆われた誰もいないスカイラインのひどい光景は言葉を越えて私に衝撃を与えました。もちろん、(すでに) 毎日のニュースで、ワールド・トレード・センターが空に高く威厳を持って立っていないことを知っていました。それでも私は「そこに無い・・・そこに無い・・・」と心の中で自分が繰り返す言葉を聞きました。実際すべての現実を私が知ったとき涙が私の顔を流れ落ちました。煙の刺すような匂いは私たちの鼻孔を満たして、そしてそれほど多く人が亡くなったという確信を強めました。

ドライブしてその状態のショックを吸収しようとする間に、私はよく自分のPRを修正して自分自身にトラウマのアルゴリズムを使いました。私はKayとジャンも同様に自分を治療しているのに気付きました。私たちは永久に変わり果てたスカイラインを見ながら黙って何マイルもドライブをしました。理想的な区域を探して、人々を援助し始めるために、可能な限り被災現場に近いマンハッタンへ近づいていきました。

私たちはちょうどユニオン・スクエア・パークの記念碑の前に奇跡的に駐車場を見つけました。本当なら花と木で満たされている素晴らしい小さい公園ですが、今は行方不明の人たちの写真とポスターで一杯でした。ろうそくと花がその近くにていねいに置かれていました。何千というニューヨーク市民が花を持って来て公園を横切って歩いて、祈願して、そして他の人たちに連絡していました。私たちはこの一時的な記念館の近くで、衝撃を受けたニューヨーク市民を治療し始めました。

木に太陽が差し込んでカラフルな花があちらこちらに広がっていました。空虚な目をして悲嘆

に暮れている人々が公園を横切って歩いているのを見るにつれ、この情景がより現実ばなれしてきて、私たちは始める準備ができました。私たちの張り紙はすぐに困っている人々の注意を引きつけました。

私たちは、100人ほどの人々と共に、そして時々一度に10人くらいまでのグループと共にTFIを行ないました。トラウマのアルゴリズムとウェブサイトアドレスのコピーを500部ほど配りました。私たちが援助した人たちの多くが友人たちや親類を治療するためにその日遅くに戻ってきて、もっと多くのアルゴリズムのコピーを持っていったのでした。その日にケイとジャンが書いたものを次にご紹介します。

ジャン・エマーソン：

私はまず、彼らがよりいっそうの援助を必要とした時に電話できるよう、治療した皆に自分の名刺を渡しました。そして、それぞれの人に誰が行方不明であるか、タワーが落ちるのを見ていたかどうか尋ねました。誰もごく近い家族はおらず、ほとんどはWTCで働いている知人が行方不明でした。すべての人は「その地域（ゾーン）」の建物から、あるいは地上の区域から大惨事のすべてまたは一部を見ていました。

ジョンという片腕の年配の男性は弟と妻と一緒にいました。この男性は非常にトラウマを抱えており、自分の家の窓から大惨事の全てを見て、救出のために水曜日に「その地域」に来たのでした。ジョンは心の中からイメージを取り除くことが出来ないと言い、(SUD) 10点から始めました。彼が片腕であることを言ってくれたとき、私は両方あるように見えて気がつかなかったと言うと、彼はにやっと笑いました。私たちはどのように彼が腕を失ったか話せませんでした。彼が非常にうまくデイパックを背負うことから、片腕を無くしたのはしばらく前だと感じました。私は、他のトラウマを引き出すのではないかと少々心配しましたが、新しいイメージは非常に鮮明だったので治療でそれを引き出すように思われませんでした。私は彼にPRポイントを見せて、テーブルの側面でたたくこともできると教えました。それから圧痛領域を教え、これは彼を本当にリラックスさせました。私たちはトラウマのアルゴリズムを行い、彼が水曜日に多くの人を助けることができなかつたことを悪く思ったと言ったので、人差し指を加えました。私は彼のためにガミュートスポットをタップし、彼の弟にこのように援助できると伝えました。彼は最初の主要系列の後に3か4点であると報告しました。それで私たちはそれを繰り返すと、彼はイメージが意識から薄らいでいると言いました。義理の妹は、うなずいて微笑みながら（彼女は英語を話さなかつた）、私たちと一緒にタップし、弟は見守っていました。彼は本当にすてきな男性であつて、そして非常に丁寧に私に感謝しました。

30代前半の3人の女性がいて、少なくとも二人は姉妹でした。1人は特に涙ぐんでいて、そして大惨事以来悪夢を見ている彼女の孫娘について非常に心配していました。この女性は初めに10のレベルにいたことを報告しました。逆転を修正すると3点になり、そして次に不安とトラウマのアルゴリズムを行ない、より動揺している女性のために人さし指と小指を加えました。彼女は涙で溢れましたが、手順が進むにつれ止まりました。私は、初め非常に混乱していた彼女の

目を追い、PRを修正して再び始めました。二度目には、彼女の視線はより焦点が合ってきて、5点だと言うので、ガミュート・シリーズに進みました。

アイロールでもまだ完了できませんでしたが、私たちがそのまま続けると、2点まで下がってかなり落ち着いたと感じました。彼女のエネルギー・フィールドは2度目の主要系列で目に見えてシフトしました。彼女は娘と孫娘と一緒に必ずそれをやってみると言いました。私は彼女に圧痛領域がみんなをリラックスさせるであろうということ、目を閉じて深く呼吸してそれに集中することが助けになるであろうと付け加えて、再びそのポイントを見せました。三人皆が非常に優しく、お互い気遣いあい、私たちがここにいたことに感謝しました。

その若い男性は20代前半で芸術家兼学生としてちょうど今年ニューヨークに来たばかりでした。彼は最初少し敵対的に思われるほど十分に逆転していました。しかし何よりもおびえていて、まだ消息のわからない友人がタワーにいるので彼らを心配しているのだと言いました。私は彼の未来の恐怖を診断し、最初にPRを修正しました。彼は強く再発性PRを示し、多くのリンパ鬱血があるように非常に痛いものでした。トラウマのアルゴリズムを体験し、彼は10点から2回のホロンの後に、1か0まで下がりました。彼はテクニックの背景に興味を持ち、それがどのように経絡と結び付いているのか、同様に栄養についての質問もしました。すてきな若者です。

自転車に眼鏡の若い少女は非常に好奇心が強くて、私が彼女にタップを始める前にいくつかの質問をしました。彼女が問題に集中すると7から0点まで2つの主要系列で下がりました。アイロールで終わり、そして彼女はトラウマ以上にもっと、（正常ですが）びっくりしているように思われました。

非常に心配している様子で、涙でいっぱいややほっそりした女性がピラをとって来て、私たちの真向かいのベンチに座りました。最初はタップを試みることを断わっていましたが、他の人たちが治療されているのをベンチから見守って、そして非常に興味を持っているように思われました。しかし再び私たちに近寄ってこないのが途切れた時に私は彼女のところに行って、「今試してみますか？とても簡単ですよ。私がお見せしますよ。」と言うと彼女はそうしました。私は最も単純な主要系列の繰り返しを使用しました。2番目のタワーが落ちるのを見ていたことについて考えながら、彼女はSUD8点で始めました。私は逆転を修正して次に眉、目の下、わき、鎖骨、ガミュート・シリーズを行いレベルをチェックし（「1あるいは2まで下がって、私にはわかりません、と言ったのです」）、繰り返し微笑みながら彼女は去ったのでした。

ニューヨークの廃墟を目の当たりにした印象を言い表すのは難しいです。少なくともなにかちょっとした事がとても良いことに思えるのですが、その一日がTFTの治療法に対する私の自信を更に新たにしてくれたとしても、私たちがそこを去るに当たって、彼らは一体全体どのようにして、このことから真に回復できるのだろうかと思いました。

ケイ・バンゲロウ：

私はすべての国籍の人々の間で静寂、麻痺、悲しみを見ました。そして怒りと激怒を感じた人がいることも知っていました。その広場では超現実的でした。私はこのような悲劇から奇妙に分

離されていました。自分自身のヒーリングと意識が、ここまでできたことを、そして愛の存在を意識できるように私たちが進化する助けに（この時期に）なれるために、私がそこにいることを感謝しました。私は全てに心からの愛を感じます。

非常にやつれて悲しい顔のスペイン人の男性はストレス・レベル8でした。タップを始めると、突然彼の顔がシフトして、数分のうちに微笑んでいるのを見ました。彼は非常に謙虚に、子供たちにもこれができるかどうか尋ねました。もちろん！それで私達は彼の悲しみに包まれた子供たちと行き、微笑が彼らの顔に戻るにつれて彼らのエネルギーも戻ってくるのを見ました。彼らは皆お互い、そして私達に微笑みました。ストレス・レベルはゼロまで落ちたのです。彼らは私たちを抱きしめ、多くの愛が感じられました。

このようなことが一日中起きていました。若いアジア人の女性が訪れました。彼女のストレス・レベルは6で、私達はタップし始めました。彼女のエネルギーはすぐに戻ってきて、微笑み、私に感謝して友達へのピラを持って行きました。

ダイアンは心から「あの光景」を拭い去ることができない婦人に行いました。ついに、その光景とストレスは去って行ったのです。彼女は近づいて大惨事を見ていました。

最上階の夜勤で働いていた紳士が涙を流していました。彼はすべての友人を失っており、ただ話をして泣きたかっただけで、タップしないことを望みました。私はほとんど「それを治す」モードに入っていた自分自身に気づきました。ヒーリングが始まるのに、私たちはしばらく涙を流す必要が時々あるのです。

私が、黒人の年配の男性の反対側のベンチに腰掛けて微笑みかけると、近づいてきました。彼は、私たちがしていることを長い間見ていたので、何をしているか知りたかったのです。彼は「私は大丈夫だと思います、私は太極拳をするので。」と言いました。彼は非常に冷静で、バランスがとれているように思われました。「良いですね。あなたの友人たちに手を貸すためにこの速いヒーリング・テクニックを見えますか？」と私が言うと「ええ、もちろん！」と彼が言いました。私はタップを始め、彼も同じように始めたのですが、ほとんど後ろに倒れそうになり、すべてのエネルギーが自分に開放されたような気分になりました。私は笑って、「あなたは大丈夫だと感じたのでしょうか？」と言いました。

私自身TFTにとっても助けられたことがありました。昨年12月、私は新車で凍った道路でコントロールを失い、ポールに突っ込みました。そのときの私の命はコントロールできない状態でした。ところが助けに来た警察の車も同じところで滑って車の後ろに突っ込んできて、私と同乗の友人は命を落とすところでした。私は命を失ったかのようにトラウマを受け、暖炉の前で横になっていました。そして、ダイアンがTFTで私を助けてくれて、身体的そして心的外傷がクリアになったのです。私は再びエネルギーを得て、再び生きましたが、自分が命に何をしたのかを理解する時間が必要でした。

ダイアン・バー・グロス：

その美しい夏の日曜日にこれほど多くの人々が空虚な目をした公園を横切って歩いているのを

見ることは信じ難いものでした。彼らはまだ火曜日の悲劇から大変ショックを受けていました。公園は非常に混雑していて、私たちはそこに小さなTFTセンターを設けました。私たちの小さな看板は彼らの注意を引きつけ、すぐに人々が私たち痛みを和らげようと、行っていることを尋ねてきました。私達が痛みや彼らが経験している恐れや不安のレベルを減らす援助ができることを説明した後に、多数のニューヨーク市民が並びました。彼らはかれこれ言わずに好奇心で見ていた傍観者が多くいる中で、自分をタップし始めたのです。

それは驚くべき光景でした。時々私たちがそれぞれ1人や2人に複雑なトラウマのアルゴリズムを指導しましたが、10人位の人々が共にタップしていたのです。歩くのをやめて、体の種々のポイントをタップしていた人の隣りに立っていた人もいました。彼らはストレス軽減のエクササイズに参加することがうれしかったのです。それが終わると、彼らが微笑んでアルゴリズムのコピーを持って行きました。私たちはその日行なった人たちの名前すら知りませんでした。数人のニューヨーク市民のことは忘れ難いです。エリザベスは彼女の姉を助けるために立ち止まりました。エリザベスは、若い女性でワールド・トレード・センターに面している高校で働いていました。彼女は両方の飛行機が建物に衝突するのを見ていました。彼女の目は空虚で非常に悲しんでいて、自分が決して再び幸せにならないことを恐れていました。彼女のレベルは10点の動揺でしたが、複雑なトラウマのアルゴリズムで非常に早く活気が戻り始め、2分で彼女は微笑んでいて、実際に紅潮していました。恐ろしい光景がなくなっていて、自分が実際に幸せであることを彼女は信じられませんでした。彼女の姉が連れて来られ、そして彼女もあまりにも速く微笑んでリラックスし始めました。彼らは私たちを抱きしめて、他の人たちとTFTを共有するために急いで立ち去りました。

若い日本の少女が母親に連れられてやって来ました。彼女は初め非常に悲しそうでしたが、数分の内に動揺は8点から0点まで減りました。彼女は微笑んで、トラウマから解放されたことを非常にうれしがりました。彼女は恐がらない子どもに戻ったのです。

フィリップという非常にハンサムな若い男性のダンサーは動揺から解放されたいのか決めかねていました。彼の友人の何人かがワールド・トレード・センターの最上階のレストランで亡くなったのです。彼は悲劇の前に数回そこで踊ったのです。彼の動揺はレベル8でしたが、複雑なトラウマのアルゴリズムを2回行った後にすぐ、1（10点尺度）まで下がっていました。彼もひどい光景が消えたことを驚いていました。

ジョアンという女性が数時間私たちを見ていて、そしてついに勇気を出して私たちに合流しました。彼女は当然の事ながらレベル8のトラウマに動揺しており、それを私たちがクリアにしました。しかしながら、彼女には顔面麻痺と線維筋痛があり、WTCのトラウマとは関係のない恋の痛みと損失の個人的な問題に対応する必要があったのです。彼女の不安が下がっていく間、彼女は体の痛みが分散され、顔面麻痺が9から2へと下がったことにびっくりしました。彼女には私ができること以上の援助が必要でしたので、TFTができるほかの人に電話するよう勧めました。彼女も同じく家で使えるアルゴリズムのコピーを受け取り、プラスの結果にとっても驚いたので必ず行なうと約束しました。

スーザンは若い女性で、恐らくその日に泣いた初めてで唯一の人でした。彼女は元来TFTを

行っていた小さなグループにいましたが、彼女にはより個別の援助が必要だとわかりました。アルゴリズムでは不十分だったので、診断（dx）のために脇に連れて行きました。

彼女は明らかにPRしており10点以上でした。彼女は2番目の飛行機が衝突するのを目撃していました。彼女は近くの屋根の上にて、飛行機が彼女も殺そうとしていると思ったのです。彼女は何日も寝ていなくて怖がっており、TFTを行なった間一瞬泣きました。

「飛行機はとても大きかった」そして彼女に向かってきました。しかしながら数分の内に、恐怖の涙は喜びの涙に変わりました。彼女は微笑んで、少し困惑して、そして私たちがこのようなすごい変化を引き出すことに驚きました。彼女は今では飛行機をととても小さく感じ、そしてそれは彼女の心から消えました。彼女もトラウマから自由になって、今他の人たちを援助できるのです。彼女は恐怖でもう凍りつくことはありません。

若者が私たちに話をするために立ち寄りしましたが、その時はTFTを使わないことを好みました。見たところでは彼のすべての友人たちが殺されたようでした。彼は夜勤で働いていて、そして最初の飛行機墜落事故の前にWTCでの仕事が終わり帰ったのでした。彼の日勤の友人たちは上の階にいて、そして全員亡くなったのです。彼はアルゴリズムのコピーを家に持って行きました。そして、もしかしたら1人の時にそれを使うかもしれないと言いました。

アリスという素晴らしい若い女性がストレスを減らそうと立ち寄りしました。彼女は多くのショッピング・バッグと袋を持っていたのですが、TFTに集中するために快くそれらを下に置きました。彼女はトラウマについて考えた時、涙がこみ上げてきましたが、10点以上の動揺はすぐに完全に消えました。彼女はリラックスして、穏やかでした。それらのぞっとするような光景はもう彼女につきまといませんでした。彼女の体はリラックスしていて、そして首の緊張も消えました。彼女は友人も援助するためにつれて来ていいか熱心に尋ね、彼女の友人も結果に満足しました。数人の人々が彼女とともに彼らのストレスを減らすことに参加していました。

私は公園で、リラックスしていた2人の非番の警官に近づきました。1人は女性でもう一人は男性でした。彼らは私がしていたことに興味を持ち、男性がTFTを実行し始めました。

そして女性の警官も始めましたが、彼女にはそのプロセスの居心地が良くないもので笑い出してしまいました。男性も止めなければいけないと感じて止めました。もし彼らがユニフォームでいなかったら、そして大衆の反応を目にしていたなら違っていたでしょう。彼らはプライベートで行なうためにアルゴリズムのコピーは持って帰りました。

私がWTC大惨事から行なった、たいていの人々は複雑なトラウマのアルゴリズムあるいは怒りと罪悪感を伴う複雑なトラウマのアルゴリズムに助けられました。それは直接その場所にいた人たちや、友人たちを失ったり、友人が行方不明になったりした人たちと共に完全に効果的でした。空虚な目をした人々に活気が戻ってきたのです。私はまだ親類や配偶者を失った人で行なっていない。そのヒーリングは後にいつか始まるでしょう。今夜私は、TFT治療がどれほどすばらしく効いたかの完全な詳細をもっと書くつもりです。援助を必要としている人たちのためにTFTという方法があったことに大変感謝しています。