

YSメソッド 奇跡の実証例

～カルテNo.13～

心が閉ざされ東大を中退！父の愛で 真の医療に目覚め、自らの使命が明確に！

YSこころのクリニック
院長 竹本好成

教育熱心な父

私が生まれ育ったのは、広島を中心から少し外れた郡部でした。父は母と一緒に時計や眼鏡、宝石などを扱う商売をしていましたが、父は口べたで、商売上手なタイプではありませんでした。私の祖父は鋳物の職人をしていましたから、そういった気質を受け継いでいたのかも知れません。

私の父親は、ものすごく教育熱心でした。父が祖父に「高校に行かせてくれ」と言った時に、祖父は「勉強するよりも、手に職をつけたほうが良い」と、時計職人に弟子入りさせて、技術を学んだそうです。

しかしその後、やはり学校に行きたいからと、定時制高校へ行って卒業しているのです。だから父には、本当はもっと勉強したかったのにできなかったという思いがあったのでしょう。自分の子どもには教育を受けさせたいということで、塾にも行かせてくれて、私をやる気にさせるのがうまかったのを覚えています。

子どもの頃の私は、周りに比べて我が家は貧乏なんじゃないかという意識がありました。明日食べるものがないわけでもないのに、なぜかそう思っていたのです。その意識が決定的となったのは、小学校卒業後、広島学院という広島一の進学校に入学してからでした。

あちこちから優秀な生徒が集まっていて、医者や大学教授の息子がいたり、

みんな賢く見えました。実際、賢い生徒が多かったのですが、そういった生徒たちと自分を比較して、引け目を感じていたのです。

その頃から、人と楽しく過ごすのが難しくなっていたように感じます。例えば2～3人の友達という時に、「この人たちは、私といっても楽しくないんじゃないだろうか」という考えが浮かんで来て、すごく申し訳なく、いたたまれない気持ちになるのです。

その後もおとなし目で、目立たない感じの中学高校時代を過ごしましたが、高校3年の春から受験勉強のエンジンがかかった私は、駄目もとで受けた東大に合格することができました。

しかし、入学してほどなく、私は大学に通えなくなってしまったのです。入学する前の私は、自分のなかに大学生活のイメージを持っていました。それは、小説などを読んで得たイメージだったのですが、大学というところは、勉強以外のことがメインだと勝手に思い込んでいたのです。行っても行かなくてもいい、試験さえ通ればいいと思っていたのですね。

でも、実際はみんな目の色を変えて勉強していました。今思えば勉強が好きだから勉強しているのでしょうけれど、テストの点数に一喜一憂しているのです。大学とはそんな所じゃないと思っていた私は、大学に行くと人と会うのがだんだん嫌になってきました。勉強していませんでしたから、テストも全然できないのです。「これは留年を覚悟しなければ」と思ったら、行く気がなくなっていました。

人間は何のために生きるのか？

上京してからは、一軒家に下宿していたのですが、そこにずっと引きこもっていました。「これでは大家さんも絶対変に思ってるな」というのが気になりだした私は、2年目からアパートに引っ越しました。そうしたら心機一転、大学に行けるようになるかなと思っていましたが、やっぱり行けないのです。

その後、3年目になっても進級できていませんから、1年生のままだったのですが、「何とかしなくては」と思い、心のことに関する様々な本を読みました。精神世界系の本も読みましたが、何となくそちらの方向に解決策があるような気がしていたのです。

大学のなかにもカウンセリングルームがありましたが、絶対に行く気にはなれませんでした。私は昔から「人に頼ったら負けだ」といった感覚がありました。ですので、どんなに弱っていても行きたくなかったのです。

しかし、心は虚無的になるばかりでした。「人間は何のために生きているんだろう」と、考えていました。遡ってみると、小学生の時にも同じようなことを考えていたことを思い出しました。ふと、「何で自分はここに生きてるんだろう」と思ったのです。もし自分が死んだとしても、この世は何もなかったように動くに違いないというのは、そのとき確信として持っていました。

大学生活で挫折して、そういった想いが甦ってきたのです。例えば、恐竜が絶滅したように、人類も絶滅するかも知れないですし、そもそも地球がこのまま永遠に存続することはあり得ないでしょう。いずれ太陽も寿命が来て、膨張して死を迎えます。すると当然、どれだけ地球上に人類が繁栄していたとしても、そこで終わるでしょう。だとすれば、我々の日々の営みというのは何の意味があるのでしょうか？ そんな考えがどんどん湧いてきていたのです。

しかし、何をどうしたところでやはり大学へは行けないですから、自動的に辞めさせられるところまで追い込まれていきました。対人恐怖の状態、電話が掛かってくるのが大変な苦痛でしたから、電話機の線を根っこから切り取って、押し入れのなかに入れていました。すると、電話が繋がらないことを心配して、ある時急に父が私のアパートを訪ねてきたのです。

そこでいろいろ話をしたのですが、父は「どうせ辞めさせられるなら、辞めて帰って来い」と言いました。私は大学を辞めて父親の商売を手伝おう、そして漠然とですが、将来的には店を継がせてもらうことになるかも知れないと思いながら、広島に帰ることにしました。

父の店を手伝い始めた私は、そこからどうやって生きていくかを考えました。店にいてもお客さんはあまり来ませんし、客商売を実際にやってみて、自分は向いていないと薄々感じていました。その時を逃さず、親戚のおじさんに呼び出された私は、「医学部に行ったらどうか」と言われたのです。

父は私が中学生の時から「医者になれ」と、ずっと言っていました。しかし私は、思春期の頃から父に対する反発心も出てきていましたから、医者には全然興味が湧かなかったのです。

しかし、東大を辞めた私は、その時は自分もやるだけやってみようと思いました。いろいろ探して、見つけたのが島根医科大学でした。そして、受験したら通ったのです。試験勉強は半年もしていませんでしたから、とても幸運なことだと思いました。

外科医としてキャリアを積む

実際に島根医大に行ってみると、すんなりと馴染むことができました。田舎ですし、単科大学で1学年に100人しかいませんでしたから、いわば高校の延長のような感じで、みんな顔見知りになれる環境でした。そういうところが幸いしたのでしょう、そこで私の気持ちは明るく蘇っていきました。

私は思索にふけったり、いろいろ考えたりすることが好きでしたし、精神世界の方面にすごく興味がありましたので、入学当初は精神科に進むことも考えていました。しかし実際に精神科を回ってみると、多くの患者さんが治っていないことが分かりました。治せないのであれば意味がないと思った私は、この時点では精神科を選択しなかったのです。

私が決めた道は、外科でした。元々手先が器用でしたし、手術を見学して向いていると思ったのです。それともうひとつ、大きなきっかけになったのが、外科の助教授として赴任してきた先生が、ものすごく強烈な人だったのです。最初の講義の時から迫力が違う方で、話を聞いているだけで生徒をやる気にさせるのです。

それから私は外科医としてキャリアを積み上げていくことになるのですが、外科医となって2年目に結婚し、翌年には長男が生まれました。その頃、国から多額の研究費が出て、薬の効果を調べる研究を始めたのですが、私はその研究がとことん嫌になってしまったのです。

肝臓移植関連の実験のために、動物を殺さなければならず、それがとても嫌だったのです。医学のためだというのは分かるんですけど、動物を殺してまでやる意義が認められず、やる気がなくなっていました。

そこで抑うつ状態のようになり、もう実験をしたくないのですが、税金を使って研究していますから、必ず結果を出さなくてはいけないというプレッシャーがありました。他の医師が書いた論文も読みたくなく、自分の論文も書けず、無気力なまま研究を続ける状態は、2年ぐらい続きました。

その後の私は、山口県の岩国や島根県の益田、福岡、姫路、奈良など、様々な病院に勤務しました。家族が住む奈良で開業しようと思ったこともありますが、借金してやるにはかなりリスクが高いと思い、しばらくは大阪のある病院で、院長として勤務していました。

その時、私は家族のある問題を抱えていました。どのような問題だったのか、詳細についてはまた別の機会にお話できればと思いますが、家族のなかでは重

要な問題でした。何とかならないかと、インターネットなどで解決方法を探して
いて、見つけたのが佐藤康行氏が主宰する心の学校だったのです。この学校では、
本当の自分である「^{いのち}生命の源」に出会う「YSメソッド」を、研修形式で提供し
ていました。

すぐに佐藤氏の本を買って読んだのですが、これはいいと思いました。人間の
心の奥には、完全完璧な本当の自分、^{いのち}生命の源があって、それに目覚めることで、
あらゆる問題が解決するというのです。心の仕組みについては、ユングの深層心
理などを勉強していたこともあり、知識的なベースがありましたので、違和感は
全くありませんでした。それで私は、この研修への参加を決めたのです。

ヒポクラテスの誓い

研修では、紙に両親への思いを書くワークなどを通じて、自分の内面を深く掘
り下げていくのですが、私は特に父への感謝が湧く出来事を思い浮かべていま
した。塾など教育を受けさせてくれたり、そんなに裕福ではないのに、お金がか
かる進学校や、医科大にも行かせてくれて、さぞかし大変だったろうかと、子ど
もがいる立場になって分かることがたくさんありました。

参加した当初は本当にこれで^{いのち}生命の源が開くのか疑問を感じていましたが、
2回目の研修に参加したとき、ある変化が私のなかで起こったのです。

それは、2日間の研修のうち、1日目が終わった夜のことでした。寝ようとし
て横になっているのですが、まだ研修が続いてるような感覚がありました。する
と突然涙が溢れてきて、止まらなくなったのです。なぜ涙が出てくるのか理由が
分からず、とても不思議に思いました。

それからは、本当に父に対する感謝を強く感じられて、徐々に^{いのち}生命の源が開い
ていった感覚がありました。

これによって何が一番変わったかといえば、患者さんに接する態度、想いです。
日本の医学部では、古代ギリシア時代の医聖、ヒポクラテスが遺した宣誓文を学
びます。それは「ヒポクラテスの誓い」というのですが、「害をなすなかれ」と
いった、戒めの言葉があるのです。医師であれば、当然みんな知っている言葉で
すが、本当にできている人は少数派なのではないでしょうか。

もちろん、本当に立派な、頭が下がるような先生もいらっしゃいますが、必ずしもそうではない医師、病院も見てきました。それに、かくいう私もそうではない方の一人だったと思うのです。昔からどうしても人をランク付けする癖があり、しかも好き嫌いもあったのですが、「それは人間である以上しょうがない」と思っていました。

また、周りのスタッフに対しても、私は結構手厳しかったのです。今では考えられませんが、かなり怒ったりしていたので、怖い先生だと言われていました。

それが、生命の源を開いたら好き嫌いがなくなったのです。相手が素晴らしい存在に思えますから、人を見下したり、逆に気遅れすることが少なくなってきました。相手に対する自然な興味や、愛情のようなものが自然に湧いてくるのです。それが相手にも伝わり、患者さんも心を開いて寄ってきてくれますし、スタッフとの関係も明らかに良くなりました。

自分としても、すごく働きやすくなったのです。以前、働きにくいと思っていたのは、自分がその環境を作っていたからだということも分かりました。もう少し早く知ることができれば良かったのですが、それに気づいただけでも儲けものでした。

父が担ってくれた役割

実を言えば、私の父は、私がYSメソッドの研修を受ける10年前に亡くなっていました。しかも、自ら命を絶ったのです。脳梗塞を2回患った父は、半身不自由になり、びっこを引いて歩くようになってしまいました。昔から酒が好きだったのですが、酒量がさらに増えていましたし、血圧が高いにもかかわらず、薬も飲んでいませんでした。父は、この先さらに脳梗塞になるようなことがあったら、寝たきりになって迷惑をかけるかも知れないと考えたかも知れません。

プライドが高い人でしたから、そういうことは絶対に耐えられないでしょう。実際にそう考えたかどうかは分かりませんが、あるとき自殺してしまいました。その後、いろいろな人から「お父さんは何で亡くなったの？」と聞かれましたが、自殺とは言えなかったので、「脳梗塞で」と言っていました。父を救えなかったことについては自責の念もありましたし、「なぜ私に一言も言わずに」という風にも思いました。「水臭いじゃないか」と、寂しい気持ちもずっとしていたのです。

YSメソッドの研修を受けるようになってからも、父の自殺についてはずっと避けて通っていました。いえ、触れることができなかつたというのが正解でしょう。しかし、何回目かの研修の時に、父が自殺したことに、ついに触れることができたのです。

すぐに大きな気づきにはつながりませんでした。しかし、何かが変わりました。だからこそ、今こうやって父のことをオープンにできるようになったのです。

これまでの自分の人生を振り返ってみると、やはり父が重要な役割を担ってくれていることに気がつきました。父がずっと、今ここに来るための下準備をしてきていたように思います。東大に行けなくなったのも、大きな愛を知るための道筋だったと感ずるので。

あのまま東大を卒業していたら、医者にはなっていまませんでした。そして、医学部を受けたら、なぜかすんなり通ってしまいました。半年も勉強してないのに、不思議ですよ。まずあり得ないことで、あの時も自分の力じゃないなと思いました。

亡き父の本心と、私の夢

私は、本当の自分に出会う過程のなかで、^{いのち}生命の源を開いて人生を好転させた多くの人々に出会いました。職場や家庭の問題が解決するだけでなく、医師の目から見ても心身の健康に好影響があるのは明らかでした。うつ病やパニック障害が治ったり、対人恐怖症など、トラウマを解消した事例が、それこそ山のように出てくるのです。

他にも、アルコール依存症や薬物中毒を克服したりと、彼らが体験した出来事を知れば知るほど、その素晴らしさに驚かざるを得ませんでした。

例えば、原因がよく分かっていない難病中の難病で、^{せんいきんつうしょう}線維筋痛症という病気があります。この病気にかかった30代のある女性は、体中が痛くて動けなくなり、障がい者2級に認定されていました。しかし今では普通に歩けるまでに回復しています。

また、九州におられるある小学校の先生は、^{いのち}生命の源を開いた心で児童に向かい、不登校者をゼロにしました。

こういった事実を知った私は、このYSメソッドを、医療の分野で広めていこうと決心したのです。そしてもう一つ、私には夢ができました。それは、すべて

の医学生、看護学生が、生命の源^{いのち}を体感してから卒業するようにすることです。

そうすれば、私のように苦しむ医療関係者が減るうえに、素晴らしい心で患者さんと向き合うことができるからです。

私はYSメソッドを体験したことで、今は亡き父の本心に気がつくことができました。父は最初から最後まで、子どもの幸せしか考えていませんでした。子どもを幸せにする方法はいろいろあるとしても、父は父なりに、自分がベストだと思うことをやってきてくれたのです。

私はその思いに気づかず、反発したり、衝突することもありました。しかし、今振り返ってみれば、全ては父が道を作ってくれていたように思います。そして、これからの道も、父が笑顔で応援してくれている、そう感じています。

【お問い合わせ】

YSこころのクリニック

〒103-0027 東京都中央区日本橋 3-2-6 岩上ビル 4F

TEL 03-5204-2239

HP <http://shingaclinic.com/>

E-mail info@shingaclinic.com/

企業のメンタルヘルス対策はこちらまで

YSメンタルヘルス株式会社

〒103-0027 東京都中央区日本橋 3-4-15 八重洲通ビル6F

TEL 03-5204-2048

HP <http://www.ysmh.co.jp>

E-mail info@ysmh.co.jp