

人の心に寄り添う医療人になる

第21回 つなぐ人・2 ～森へ編～

株式会社森へ代表取締役，
株式会社ウエイクアップチーフケアテイカー
山田　博（やまだ　ひろし）

×

昭和医療技術専門学校学校長
山藤　賢（さんどう　まさる）（インタビュアー）



山田　博（やまだ　ひろし）氏 プロフィール

つながりを思い出す旅のガイド．1964年生まれ．東北大学教育学部卒業．株式会社リクルートを経て，2004年プロ・コーチとして独立．CTIジャパンにてコーチ，リーダー養成のトレーナーとして約4,000人の育成にかかわる．2012年CTIジャパン代表，2014年株式会社ウエイクアップの経営に参画．人と組織が本来持っている可能性が最大限発揮される幸せな経営を目指している．2006年，森の中で自分を見つめ，感じる力を解き放つ「森のワークショップ」をスタート．2011年，株式会社森へを設立．自分，人，森との対話を通じて，自らの原点を思い出す「森のリトリート」を全国各地の森で開催中．関連書籍として『無意識の整え方』（ワニ・プラス刊），『森と共に，歩む日々』（金風舎刊）がある．

［前号（10月号）より続く］

編集室：まずは，お二方ともお帰りなさい．

山田＆山藤：ただいま！　無事に帰ってまいりました．ありがとうございます．

山藤：この号だけを見た読者の方は経緯がさっぱりわからないと思いますので（笑），ぜひ前号を読んでいただきたいのですが，前回，山田博さんとの対談を「コーチング」編としていったんまとめ，そして，今回，2人が行ったアラスカ研修の後に，あらためて，「森へ」編をやるということで，本日は，その対談です．ひろしさん，つい先日までかなり長く一緒にいたので変な感じもしますが（笑），本日もどうぞよろしくお願いいたします．

山田：こちらこそ，よろしくお願いします．

編集室：まずは，アラスカはいかがでしたか？

山藤：あー，それを話し出したら，対談，始まりませんから！（笑）　それは森の話の後にして，でも取りあえず，一言，感想だけ，2人とも述べましょうか．難しいとは思いますが，一言に集約すると，ひろしさんはどうでしたか？

山田：いやぁ，最高でしたね．私の場合は，長年の夢が叶った旅でした．2000年に，星野道夫さんというアラスカの写真家についての映画を見てから，ずっとアラスカに行き，熊と会いたいと思っていたんです．それが実現して，何か1つの区切りになった，そのぐらい感慨深いものでした．さんちゃん（注：山藤先生）は，

〔本連載の形式〕各界で著名な先生方への山藤先生のインタビュー（対談）にて，組織で働くこと，チーム内でのコミュニケーション，教育，臨床検査技師としての知識・技術の継承と向上，患者さんの心・命，自分の人生の役割などについてお話いただきます．対談のなかで，山藤先生が感じた医療とのつながりの部分を，心の「共振」ポイントとして解説を加えていただきます．

©IGAKU-SHOIN Ltd, 2017

0301-2611/17/紙：¥500/電子：¥750/論文/JCOPY

2024/03/29 08:33:50

一言で言うとどんな旅でしたか？

山藤：僕は，言葉で表すと…，いま浮かんだんですが，“驚愕”という言葉が当てはまる旅でしたね．僕はひろしさんのように，夢がとか大きな目的があったわけではないのですが，出合ったもの，出来事が，想像より大きすぎて，まさに驚愕の連続！という旅だったと思います．野生の熊が目の前に当然のように何匹もいて，僕らと一緒にいる世界！(笑)

山田：あ〜，驚愕！　いいですねぇ．まさにぴったりの言葉ですね．私もそう思います．

編集室：実は，前回の「コーチング」編がとても好評でして，この後半の対談も2号に分けて掲載しようと思っています．そこで提案ですが，先に「森へ」編，後半は「アラスカ」編ということでいかがですか？

山田：えっ，いいんですか？

山藤：ほら，やはりアラスカ後に予想もしない展開になっている！(笑)(注：前回の対談の最後に2人でそう話している記述があります)

まずは森の活動から入らないと，アラスカにもつながりませんもんね．では，ひろしさん，前回からのつながりもありますが，コーチングの世界から，人を森へ誘うようなワーク，株式会社森への活動につながるきっかけや経緯を教えてもらえますか．

山田：はい，わかりました．

コーチング道の始まり

山田：そもそも，私がコーチングに出合ったのは33歳で，39歳で独立しました．そこに至る始めの出来事は，32歳のとき，長男が生まれたことです．生まれたての子どもの顔を見ながら，妻と「どんな子になってほしいかな」と話し合ったんですよ．そこで「夢を持って生きる子になってほしいよね」とつい言ってしまったのですが，言ったそばから，その言葉が自分に返ってきたんです．「あれっ，いま，俺の夢ってなんだっけ？」と思ってしまったんです．



写真1　セスナで降り立った海岸では目の前に熊たちが…　(撮影：山藤先生)

当時私はサラリーマンで，社会人になって10年間，会社の仕組みの中で頑張って，認められ，昇進して，給料が上がって，それが気持ちよくなって，要するにビジネスゲームのゲーム盤の上で早く上がりになることを目指すみたいな人生を送っていたんだな，と気づいてしまったんです．“自分は本当は何がやりたいのかなぁ”と思ったときに，コーアクティブ・コーチング®をアメリカで勉強し，日本に持ち帰ってきた友人に，再会したんです．そこで興味を持ったので，コーチング自体を学び始めたんです．深く学んでいくと，その価値がよりわかってきて，“これを他の人にも経験してほしいなぁ”と思うようになって，コーチングを始めました．

そして，37歳ぐらいのときに，独立して職業としてのコーチの道に進むかどうか，という転機が来ました．半年間ぐらい悶々とした日々を過ごしました．悩んで悩んで，悩みすぎて，とうとう悩むことに飽きまして(笑)．そうしたら，“コーチで生きていけばいいんだ”という答えが目の前に置いてあったんです．

最後は，ありのままでいるしかないんだ，と

2024/03/29 08:33:50

いうNCRW〔45巻10号1162頁参照：コーアクティブ・コーチング®における意味，Naturally（自然で），Creative（創造的），Resourceful（資源），and Whole（全体）〕に集約される考え方が自分を導いてくれたように思います．結局，それまでは，うまくいかないんじゃないかと自分を疑っていて，自分がNCRWだと思っていなかったから悩んでいたんですよ．そう気づいたその日に，辞表を出しました．

編集室：えっ，すごいですね！

山田：実は半年間，いつも辞表を持ち歩いていたんです（笑）．そうしてコーチになりましたが，個人事業で始めたので，誰かにクライアントになってもらわないと収入はゼロですから，会う人全てに必死に営業していましたね（笑）．徐々にクライアントができてきて，収入が得られるようになりました．その代わり，クライアントと出会うための活動とコーチングをしている時間で，朝から晩まで土日もなく働き続け，休む時間はなくなりました．そして，2年間ぐらいこういう生活を続けるうちに，電車の中で突然倒れまして．

山藤：えっ！

山田：幸い，妻が隣にいてすぐに救急車を呼んでくれ，一命を取り留めました．これが2006年6月29日，死にそうになった記念日だからはっきり覚えています（笑）．

山藤：俵万智みたいだ！　サラダ記念日！（笑）　そんな軽く言える話ではないですよね…．

山田：そうです（笑）．死にそうになった記念日（笑）．そして，実は，このあたりから，森が始まっているんです．

森の始まり

山田：少し時を遡りますが，私がコーチングをしたクライアントさんがどんどんどんどん変容を遂げていき，事業で成功したり，人間関係が劇的に改善したり，そのクライアントさんが持っている目標，ゴールに向けて前進していきます．コーチとして手応えもあって．すごく充実していました．でも，コーチングを始めて1年半ぐらいたった頃から，“なんか，変だなぁ”と思い始めたんです．

事柄的には皆さんとてもうまくいっているんですよ．でも，その人も気づいていないぐらいのレベルで，本当にうっすらとした不安のようなものが，クライアントさんの奥底にあるのを，私は感じていたんです．“なんなんだろう，何かわからないけど何かある”と思っていて，いわく言いがたいものを，取りあえず「そこはかとない不安」と名付けておいたんです．その一方で，毎日全身全霊でコーチングをしていたら，お話したように死にそうになったんです．生き返った後で，“あ～死ななかったな．死ななかったということは，やはり自分には，何かやるべきことがあるんだなぁ．そういえばあの「そこはかとない不安」気になるなぁ”とどんどんクローズアップしてきたんです．

その頃私は，CTIジャパンでコーチングを教えてもいて，そのプログラムの中で，私自身がクライアントになってコーチングを受けるという場面がありました．そのときに「森に住みたい」というテーマを出したところ，受講生から，「じゃあ，いまここで森に住むと決めてください！」と言われたんです．「えっ？！　いま？」と思いましたが，不思議と自分の口からは「やってみます」と答えていました．妻には森に住みたいという話をしました．そうしたら「いいんじゃない，住めば？　だけど，家族はしっかり養ってよね」と言われたんです（笑）

山藤：そりゃ，そうですよね（笑）

山田：そこで，それまで度々お世話になっていた山梨の住職さんに翌日電話して，「森に住みたいので，どこかにいい家ないですかね？」

2024/03/29 08:33:50

とお願いしたら，その翌日に電話がかかってきて，「あったよ」と言うんです．

山藤＆編集室：あははは(笑)

山田：「ええっ？　そんなにすぐにあるんですか？」と言ったら，「いや，賃貸の物件はほとんどないのに，昨日たまたま知り合いから借りられる家があるという情報が入ったんだよ．すぐ見に行かないか？」と言うので，翌日に早速，その家を見に行ったんです．変な話を少しますが，見に行ったら，予知夢と言いますか，実は電話をもらったその日の夜に夢に出てきた家そのものだったんです(笑)．そしてすぐ契約して，そこを9月から借りたというのが，私と森の出合いです．そのとき，森の事業をやろうとか，これっぽっちも思っていませんでしたが．

その後，結局私だけ森の家に通う生活が始まりました．森の家では，朝起きて，おにぎりを持って1日中森の中をさまよい歩くという毎日でしたね．そうしていた頃に，クライアントさんを連れて行こうと思ったんですよ．

山藤：その，そこはかとない不安を感じる，コーチングのクライアントさんですね？

山田：はい．“森に行ったほうがいいかもしれないなぁ”と思って，連れて行ったんです．それが，人を森に連れて行った始まりです．

山藤：ほぅ，森のリトリートの原型ですね．

山田：そのときには，クライアントさんのそこはかとない不安は，人間同士の関わりのさらに外側にある自然の力を借りるしかないんじゃないか，と直感的に感じていました．それで一緒に森へ行ってみようと思ったんです．そしてクライアントさんとともに森の中をさまよい歩き，夕暮れ時に帰ってきて焚き火をして，焚き火の前でつらつらと話をし，一緒にご飯を作って食べるという生活を2泊3日しました．そして3日経ってクライアントさんを見ると，ここに来たときに確かにあったそこはかとない不安が，“あれっ？　何か違っている”と思ったんです．そこはかとない不安が，全部は取れていないかもしれないけど，半分取れたぐらいのいい顔をしているんですよ．簡単に言うと，子どもの顔に，ありのままになっていました．“うわぁ，これが見たかったものだ！”と思って，別の人を連れて行ってみると，また子どもみたいな顔になりました．“これは明らかに，自分がしたことではない，共にさまよって，焚き火をして，ご飯を食べて，無駄話をしていただけなんだから，これはもう，森がやっているとしか思えないな．こういうものを求めている人はいるだろうから，森に連れて行ったほうがいいな”と思い始めました．そして2006年，森のリトリートの原型である，森のワークショップ/ライフフォレストを仲間と始めたんです．手探りで始めたワークショップでしたが，その後，ワークショップの参加者の中から仲間が集まってきて，後の「株式会社森へ」のコアメンバーとなりました．

ガイド～つなぐ人～

山田：このように，私はコーチングをしながら，森や自然に関わっていたわけですが，“あなたは一体何者なのかと問われたとき，一言では言えないなぁ”という思いをずっと持っていました．そこで2010年，ネイティブ・アメリカンの儀式，ビジョンクエスト(注：ある年齢に達した者が，自然の中で飲まず食わずで過ごし，その部族でなんの役割をする人間なのか，自然からメッセージを得て帰ってくるという儀式)に行ったんです．そしてここで，「人と自然をつなげるガイドだ」というメッセージを得て，すごく腑に落ちたんですよ．“そうか，それ，確かにやっている！”と．森で人と自然をつなげているし，コーチングでは，“自分という自然とその人をつなげている，そこはかとな

2024/03/29 08:33:50

い不安が取れて，ありのままの子どもみたいな自然な姿にその人が戻っていくガイドをしているんだなぁ”と思ったんです．

それで，これからは人と自然をつなげるガイドとして本腰を入れようと思ったら，2011年3月11日に東日本大震災が起きたんです．これがきっかけで株式会社森へを設立し，森のリトリートを始めました．

山藤：おおっ，そういう経過だったんですね．「コーチング」編，「森へ」編共通の「つなぐ人」というタイトルにもたどり着きました！いまお話いただいた物語は，ひろしさん自身の物語でもありますね．話の前後関係も脈絡も気にせず，もう少し，いまのひろしさんについてこのままお話をうかがってもいいですか．

山田：はい，プロフィールの始めにも書きましたが，私は「(人と自然の)つながりを思い出す旅のガイド」です．これがいま現在の私ですが，元をたどると，“森に住みたい”と思ったあのときに，森が「いま来い」と呼んでいたんだと，いまでは明確に思っています．ネイティブアメリカンの教えでは「正しいことは正しい場所で正しいときに起きる」というんですが，“森に住みたい，よし，これをコーチングのテーマにしてみよう”というふうに，ふと湧いてきたものをぱっとやってみる，そういう行動の連続で自分の人生が展開して，いまここにいるんです．この中に，緻密に計算してやったことは1つもないんですよ．

私は，私が森に住みたいと思ったような，ふっと人間にやってくる直感のようなものを“サイン”と呼んでいます．それは誰の身にもやってきていますが，それに気づくかどうかと，気づいたとしてもそれを実行に移すかどうかに違いがあるんです．私は森の中で，人々が森の力を借りて感度を上げて，自分にやってきている大切なサインを受け取って，そしてその受け取ったものを実行する，という力を取り戻していけば，その人，そしてその人の周りの人も幸せになるし，もっと大きく言うと，地球のためになると思っているんです．つまり，「あなたはガイドです」「あなたは歌う人です」というように，誰にもその人が生まれてきた意味，役割があると思うんです．なぜだかわからないけど無性に好きだ，これだったら苦もなくやっていられる，ということってあるじゃないですか？　さんちゃんも….

山藤：はい，役割というところでふと思いましたが….ちなみに，ひろしさんは自然と人をつなぐ人ですが，僕はというと…，ひろしさんがいつも言ってくれますが…，たぶん…，人と人とをつなぐ人？

山田：はい，そうです！　西成活裕先生(東京大学)がさんちゃんのことを，ハブ空港になぞらえて，惜しげもなく人と人をつなぐ稀有な存在，「ハブの人」と紹介していましたね(日経新聞，2017年5月24日夕刊第1面)．さんちゃんが人と人をつなぐのは，気がついたらやっているぐらい自然なことで，努力してやっていることじゃないですよね？

山藤：はい，すごく自分がおもしろいからやっているんですよ．あっ，そういえば今日も世界で活躍したトップアスリートでいまちょっと元気がないある人に，心身統一合氣道の藤平信一先生とひろしさんを勝手に(笑)紹介しました．また今度ぜひに！

山田：そうなっちゃうじゃないですか(笑)．なんの苦もなく，うれしい，楽しいと，どんどんできる，それが，その人のお役目だと私は思っています．

山藤：確かに先日，うちの職員たちといつものように飲んでたら(笑)「西成先生が山藤先生のことを，“惜しげもなく(人を)紹介する”と書いていましたが，先生は，自分だけが知って

2024/03/29 08:33:50

いるその人を他の人に紹介するときに，この人のことを人に教えたら，取られてしまうから教えたくないという気持ちがないんですか？　自分だけ知っていたい財産というか．私だったらそう思うし，普通の人はそうだと思うんですけど…」と言われたんですよ．でも，それは考えたことがなかったので，驚いたんですよ．おもしろそうな人がいたから，おもしろそうなことを教えてあげたいなと思っただけで，それを取られてしまうとか，僕だけが知っていたいという思いは全くないんです．でも，そういう人もいるんですね？

山田：いるんです．さんちゃんはやはり，そういうお役目だからなんですよ．

山藤：なるほど．そう考えると僕自身は，すごい人物では全くないけど，職員との関係性，学生との関係性，社会との関係性，人と人，全てにおいて，間でつないでいる人であるという自覚はなんとなくあります．

山田：というふうに，お役目があるじゃないですか？　世の中の人が皆，そうやって生きたら，世の中幸せになると思うんです．

山藤：それは前回お話いただいたコーチングの目的につながりますね？

山田：そう，皆「ありのまま」になるということです．そして，自分のお役目は，本来自分が知っていたはずのものなんですけど，それを思い出させる刺激というものがサインなんですよ．ところが，「そろそろ，本当のお役目，どう？」みたいなサインが来ても，感度を上げていないと，スルーしてしまうんです．そこで私は，森のリトリートというプログラムで，その人が感じる力を開いて，感度を上げていって，ありのままの姿に近づくサインを受け取れるようになれるといいな，と思っているんです．そして，いま考えているのは，ゆくゆくは，この森のリトリートというプログラムを，森道（もりとう）という形にしたいと思っているんです．

山藤：なるほど．ところでひろしさん，いまさらですが（笑），森のリトリート自体について説明してもらっていいですか．

森のリトリートとは

山田：あー，そういえばそうですね（笑），はい，ようやくここまで来ましたね（笑）

リトリートとは，Re（再び）-treat（調える）＝心と身体を調え直すという意味です．森のリトリートは，忙しい日常から離れて，心身共に森の中でリラックスして，人生，あるいは自分のビジネスについての新たな洞察，発見をする２泊３日の合宿型のプログラムです（http://www.totheforest.jp/workshop/business.html）．森へ行って自分の場所を探す，森の中で自分１人で過ごし，焚き火を囲んで人と話すなどを繰り返して行います．ゆっくり，静かに，感じる，ということを大切にしています．ライフ編とビジネス編にわかれていますが，さんちゃんは両方参加されていますね．気づくことの範囲がビジネス，という特定の領域にある程度フォーカスが当たっているのがビジネス編，もっと広く，人生全般に話題が広がっているのがライフ編です．ビジネス編では，会社の仲間同士で会社をどうしていくかという話題に集約されるのに対して，ライフ編では，いろんなバックグラウンドの人が初対面で集まりますから，話題がどんどん広がっていくのが特徴です．

山藤：森のリトリートでひろしさんが一番期待していることはなんですか？

山田：先ほどの話にもつながりますが，それぞれの人生の中にサインを生かしていくことで，その人の人生が豊かで幸せなものになり，それが周囲の人や社会全体に広がっていくことです．ただ，１回の森のリトリートでそこまでの状態になるのは稀ですね．

2024/03/29 08:33:50

山藤：確かに．この話はいつもしているのですが，僕も森のリトリートに参加して，帰ってきた次の日，ふと気づくと鳥の声がいつもより大きくはっきりと聞こえるんです．都会にいてです．“これは森の効果だなぁ”とか思うんです．でも，気づくと３日後には失われているんです．いつも通り．だから森の賞味期限は３日間(笑)と言っています．

山田：そういうものですよ．１回でそうはなりません．何回か参加しているうちに，都会の中でも森にいたときの感覚をキープすることができるんですね．だから先ほど言ったのは，結果として必ず起きることではなく，こういうことが起きたらいいという願いでもあるんです．

山藤：なるほど．でも，入口ってありますよね．そして，少しハードルが高い(笑)．僕はまず，１人で森のリトリートに参加して(ライフ編)，２泊３日のプログラムで知らない人と一緒に過ごしたんです．そこで感じたことがあって，うちの職員もぜひ，と思って連れて行こうとしたときに，まず皆同じことを言いました．「寒くないんですか？　虫はいないですか？」と言った後に，「何するんですか？」と．

山田：確かにその通り(笑)

山藤：説明できないんですよ(笑)．取りあえず，準備と装備をして，行ってからだねという話になりましたが…，ただそこで３日間，職員と一緒に過ごしたときに僕が感じた森の素晴らしさといったら！　僕らは仕事の関係者だから，当然ビジネス編，ビジネスの話だと思うじゃないですか？

山田＆編集室：そうですね．

山藤：“皆何を話すのかなぁ，仕事について気づいたこととか話すのかぁ”と思ったら，仕事の話を一切しないんです．皆，自分の話を始めたんです！

山田：そうでしたね．

山藤：焚き火を囲んだ対話のときに，あるスタッフは，名前の話を始めたんです．森に行くと，初めに森での自分の呼び名を決めるんです．「僕，さんちゃん」とかね．そのスタッフは，「私の親は，私に名前を付けるときに，２つの名前のうちどちらにしようか悩んだそうです．たまに，その選ばれなかった名前だったらどんな人生だったんだろうということを考えることがあります．なので私は，森での名前を，付けられなかった他の名前である○○にします」と言ったんですよ．こんな豊かな話，仕事の関係者の集まりの中で，人はしないですよ！

ある男性スタッフは，竹に出合ったんですよ(笑)．彼は竹を見て，そこになんだか自分を重ねてしまって，毎日そこに行って竹を見ているんです．なので，彼の名前はその後，竹太郎になりました．「一番星を見つけました！」と，星の話を始めた女性スタッフもいました．それを聞いて僕は，「森のリトリートに初めて来たときに，ひろしさんと星の話をしたんだよ．そこからアラスカの旅につながったんだよ」という話もしました．そういう話を皆で，焚き火を囲んでただただしているんです．それが，一緒にビジネスをしている仲間なんです．

山田：そうなんですよね．

山藤：ビジネスを一緒にしている仲間が，いま思ったことや感じたこと，そして自分のことを話し出したときに僕は，「この人たちは素晴らしい！」と思ったんです．これまで僕は，仕事の能力だけでスタッフを評価していたのかもしれません．でもその場では，そこにいる全員が自分の物語をちゃんと語れる，僕の思っているよりも素晴らしい人たちだったんですよ．これにとてもとても感動して，すごくいい話をされたと思って皆と話し続けた結果，僕の順番がまわってこないという事件が起きました．

山田：ははははは(笑)そうそう！

2024/03/29 08:33:50

山藤：想定以上に皆が話しすぎて，止まらないんですよ．それ以上話したら僕のところまでまわらないと考えて，普通，空気読むでしょ？僕は経営者ですよ！

山田：はははははは(笑)

山藤：そしてひろしさんとスタッフたちが，「さんちゃん，もうお風呂の時間だから行こう」って(笑)．僕，すごく話したいことがあったのに(笑)，とは言いながらも，宿舎に帰った後，また全員で飲み始めたときには，仕事の話も始まりながら素晴らしい時間を過ごしました．こうした3日間は，一人一人の本当のことを知る，貴重な機会でした．仕事仲間と行ったのに，本当にその人のことを知って，皆のことを愛して帰ってきたという感じが僕の中で生まれて，皆もそんな感じだったんです．森のリトリートにはいろんないい要素があると思いますが，人がそのままの自分でいいんだということを，誰のさえぎりもなく語れるというプログラムが，心底驚き，かつ一番素晴らしいと思ったことでした．そしてその仲間たちが，うちの法人でのそれぞれの職場のマネジメントをしているので，僕が10日間アラスカに行こうと，1週間山形キャンプに行こうと，何1つ問題がないんですよ．電話とかするたびに，僕はいらないのか，もうちょっと頼って，と寂しくなるほどです．

山田：はははははは(笑)

山藤：この前つい「寂しい」と言ったら，「先生は大事なところでいるだけでいいんですよ」と言うんですけど…．

山田：そういうことですよ．

山藤：森のリトリートですごいパワーが生まれたんです．こういうことを，森が気づかせてくれました．これは，ひろしさんの言葉で語ったら，どういう現象なんですか？

山田：きっと，皆さん，“ありのままでいいんだな”と思ったんですよ．

山藤：皆が？

山田：そう，一人一人が．森がそう思わせてくれたんですよ．飾らなくていいんだ，そのままいればいいんだと．森は何も言わないけど，「ここにいてもいいよ」と誰をも受け入れてくれるんですよ．自分の場所を探しにきて，座ったら，ただそこにいさせてくれるだけなんです．この無条件の受け入れが，人を完全に安心できる状態にしてくれるんです．

山藤：前回の対談でのコーアクティブ・コーチング®の究極の姿勢，評価しない，ただ受け止めているという話といまの森の受け入れ力の話は，同じですよね．

山田：同じです．

山藤：大きな愛，つながる，受容する，協働関係，そして前回の対談でも出てきた大きな意味での居場所，その最たるものは，森だということですか？

山田：そうです，それが森なんです．人にはなかなか真似ができないところです．森はどこまで行っても受け入れますから．プロのコーチもトレーニングをしているので，評価や解釈することにとらわれないようにできますが，どこまで訓練しても，評価，判断の気持ちが全く湧いてこないようにはできないんです．

山藤：先ほどひろしさんが言っていた，そこはかとない不安に対するアプローチが成功するかしないかは，人と森の違いからですか？

山田：そう思いますね．というか，そこはかとない不安がなぜ残ってしまうのかというと，本当の意味で安心していないからではないかと思っています．

山藤：人だから？

山田：そうです．森で寝転がって，寝てしまっているときは全く無防備になっていますよね？　これが，なんの不安もない状態なんです．森は，不安，恐れ，一切なしという状態に

2024/03/29 08:33:50

戻してくれるんです．森に１回，が～んと受け入れられてから焚き火を囲むと，自分のことをなぜか無理なく話せてしまうんです．その心の状態を，森が創ってくれているんですよ．

山藤：では，あえてわかりやすく言うと，森のリトリートや森で過ごすことの効果は，最終的にはありのままの自分でいることに近づいていくことですかね？

山田：はい，私はそう思っています．そして副次的に，ありのままの人同士がもう１回出会い直すと，お互いのありのままの姿に触れて，“あっ，こんなに素晴らしい人だったんだ”と見直すので，さんちゃんの言われた愛が生まれてくるんですよ．

「居場所がある」ということ

山藤：なるほど．前回の対談でひろしさんが言っていた協働関係は，ある目的に対して協働していますけど，森で，もっと大いなる目的のために愛が生まれれば，仕事などの目的には関係ない，協働関係が生まれるような気がしました．

山田：そうです，さんちゃん，その通りなんですよ！　それは，先住民でいうと部族なんです．

山藤：部族？

山田：はい．仕事を一緒にするわけでもなんでもなくて，ただ居場所があるということ，コミュニティなんですよ．

山藤：あぁ，ただそこに存在していること，生きていることだけが，大いなる目的なんですよね？

山田：そうです．何かができるからいていいよ，ということではなく，もういるんだから，というところがスタート地点になっているんです．これは，大安心じゃないですか？

山藤：そうかぁ．僕は，職場や学校で場創りをしたいと思ってきましたが，“そこにいていいんだよ”ということを皆が感じられる場創りをずっとやってきたんですね．人間はたぶん，本当はそういうことをしたいんですよね．

山田：それはもう，人類が本来，ものすごく願っている，と私は思っていますよ．なぜそんなことを願うのかというと，人類は大昔，自分がここにいていいかなんてことを心配する必要はなかったんです．なぜなら，自分と自然を切り離していなかったからです．だから，なんの不安もなかったんですよ．自然と自分を切り離し始めたときに，その恐れの元が生まれたんです．これは私の仮説ですが．そして，その自然と切り離された悲しみが，そこはかとない不安を生み出しているんです．

森ではそれを全部取り払って，「ここにいて大丈夫だ」いう状態にしてくれるんです．そして大安心な心で人と話すと，皆素敵だなとなるんですね．でも，森のリトリートに参加した人全員がすぐにそうなるわけじゃないですよ．さんちゃんのところはそういう下地もあるんです．すでに，「くだらないことを含めてたくさん話しても大丈夫だよ」という場をもともと創っているじゃないですか？　それも大きいんです．森だけで，そうなったわけじゃないですよ．

山藤：なるほど．元からそういう素地にいる人たちがさらに開いたということですね．

山田：はい，普通は，１回目は様子を見るんですよ．様子を見て大丈夫そうだと，次はもう少しやってみようってなるじゃないですか？　だから，リピートして来ている企業さんは，２回目，３回目となると，うわぁ～っとなって，どんどん進んでいくんです．

山藤：なるほどなぁ．そういえば居場所，コミュニティといえば，うちの専門学校の１年生も，“この学校に来て居場所がある”とよく感想文に書いてくれています．現代教育の中ではなかなか難しい部分なんですかねぇ．

山田：そうですよ，居場所があると感じるんですよ．それまで居場所がなかった子は余計感

2024/03/29 08:33:50

じますよ．ここにいていいんだと思えたら，すごく安心してほっとする，森もそうだし，さんちゃんの学校がそうなんですよ．以前の話になりますが，私は初めてさんちゃんの学校に行ったとき，入口をくぐって受付の人のあいさつだけで，すでにそう感じましたから．

山藤：それは早すぎですよ（笑）

編集室：（笑）．でも，わかりますよ．私もそう思いましたから．

山田：でしょ！　私は“うわっ”て思いました．こんなに受付にエネルギーが満ちている場所はあまりないんですよ．受付を通るのは，神社の鳥居をくぐるのと一緒ですから．

場は，人の祈り，意図的な感謝と言ってもいいんですけど，によって創られていると思うんですよ．毎日毎日，感謝，あるいはこうあってほしいというような思いのエネルギーが交わされることで，場が創られるんです．神社に行ったらすぅっとするのは，そういうことなんです．神主さんたちが四六時中祈っているから場ができていて，いつ行ってもそれを感じるんです．それは見えないエネルギー体なんですけど，確かにあるんです．さんちゃんの学校には，さんちゃんをはじめ学校の先生，そして学生さんたちの思いが結集されていて，毎日，毎日，それが練られているんですよ．

山藤：なるほど，確かに本校を訪問される方の中にはそのように言ってくださる方が実はたくさんいらっしゃるんです．僕はそれがなぜなのか，自分たちではよくわかっていなかったのですが…．人が森に居場所や安心を感じるのと同じなんですかね．先ほどの森道（もりどう）の話につながりそうですね．

山田：はい，そうです．その安心感の先には，先ほど話していたサインを受け取って，そのまま実行していく，という流れがあると思っています．そこが先ほど話した森道（もりどう）という話につながっていきます．



写真２　アラスカの無人島のレインフォレストにて（左：山田さん，右：山藤先生）

山藤：そういえば，先日うちのあるスタッフが森で「悩みがないのが悩みです」と言っていましたが…（笑）

山田：あはは，なっちゃんですね！　わかります．ある意味，完成形ですよ．ありのまま．それが森道（もりどう）です．

山藤：ぜひ，その先の森の道の話をおうかがいしたいです．でもその前にアラスカの話をしましょうか！（笑）　（次号に続く）

本連載に関するご質問・感想などは，編集室（e-mail：kensa@igaku-shoin.co.jp）までお寄せください．

山藤　賢（さんどう　まさる）氏 プロフィール

1972年東京都生まれ．昭和大学医学部，同大学院医学研究科外科系整形外科学修了．医学博士．小学校から高校までは私立暁星学園サッカー部で活躍．東京都大会で優勝した他，全国大会にも出場した．現在は臨床検査技師教育に特化している昭和医療技術専門学校の学校長として学生の育成にかかわる傍ら，現役の臨床医として患者とも向き合う．医療法人社団昭和育英会理事長，横浜つづきメディカルグループ代表として医療機関を複数経営．日本臨床検査学教育協議会においては，副理事長を務め，2014年には学会長の任も務めた．また，なでしこジャパンのチームドクター（オリンピック，ワールドカップなど帯同），東京都サッカー協会医事委員長（現）を務めるなど，スポーツドクターとしても活躍している．また，2013年の著書「社会人になるということ」（幻冬舎 刊）は，丸善日本橋本店にて，週間ランキング1位（ビジネス部門）になるなど，その活躍は，医療界にとどまらず，広いフィールドで注目されている．

2024/03/29 08:33:50