人の心に寄り添う医療人になる

第22回

つなぐ人・3 ～アラスカ編～

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(11月号)より続く］

編集室：では，アラスカのお話に….

山藤：そうそう，三由さん(編集室)，僕たちがアラスカに行っている間に何かありましたか？

編集室：実は，車にひかれて死にそうになっていました(笑)

山藤：えっ？　何があったんですか？

編集室：子どもの手を引いて横断歩道を渡っているときに，子どもが突然，「ママ，車にひかれちゃうよ」と言うので，はっと，顔を上げると，歩行者用の信号が赤でした．傘で信号が見えてなく，ギリギリのところでした．

山田：あぁ，それを子どもが教えてくれたんですね．お子さん，まだ小さいんですか？

編集室：はい，5歳です．

山藤：5歳児が命，救っていますよ！

山田：うわっ，来たー．サインですよ！

編集室：子どもが私の命の恩人です．サインなんですか？

山田：三由さんの人生において，そこで何かのメッセージがあるよという出来事ですよね．そういうのがいままで話してきたサインみたいなことなんです．それを受け取るということです．

編集室：なるほど．

山藤：いま思ったんですが，僕たちのほうが死ぬ確率が高いところへ行っているのに，三由さんのほうが死にそうになっているんですよ(笑)．この対談，僕たちが生きて帰ってこな

〔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

2024/05/08 13:54:21

かったら話せませんでしたが，三由さんが死んでいても話す場所がなかったんですよ．今日あるのは，お子さんのおかげ．

山田：うん！すごい話ですねぇ．

編集室：あっ，私のせいでアラスカからまた話がそれてしまい，すみません．戻しましょう(笑)

アラスカ風のような物語

山藤：アラスカの話，出来事，気づきは，本当にたくさんありすぎるので，どの部分を話すかですが…．ではひろしさん，アラスカでズバリ一番印象に残った出来事はなんですか．

山田：はい．それはもう間違いなくこれです．母熊が子熊に，草原でおっぱいをくわえさせて寝っ転がっているシーンがあったんですよ．これが，今回私が熊に会いに行った目的，1つのmoment(瞬間)だったんです．感動しましたね．

山藤：あれは素敵な時間でしたね．熊以外にインパクトのある思い出はありますか．

山田：もう1つはサインの話をしたいのですが，滝についてです．氷河でのシーカヤック(**写真1**)で浜に上陸したときに，この滝が自分にとってのサインだと明らかにわかり，呼ばれてしまったんです．そこでスタスタと滝のほうに歩いて行き，平らな岩の上に座って滝をずっと眺めていたら，時空がなくなって滝と溶け合っていって，全てが一体化してきたように感じました．アラスカの氷河に流れ落ちる滝，その前にただ座るという至福のときでしたね．さんちゃん(注：山藤先生)が下のほうにいて，私の姿を見つけて，私に気づかれないようにそっと写真を撮ってくれたんですよね．これが，私の中でのシーンとして心に焼きついている，忘れ得ないものですね．

ところで，さんちゃんの一番の思い出はなんですか？

山藤：そうですね，あらためて一番と聞かれると…(目を瞑って考えてから)，うん，一番印象に残ったシーンは熊が鮭を食べる“音”です．海の隣に大草原が広がり，奥には氷河がある，そんな熊の森にセスナで降りると，放牧されている馬のように野生の熊が点々といるんです．ここでは熊までわずか5mという近さで，熊の息づかいも聞こえてきます．干潟にいるとき，突然，後ろでバシャバシャッという音がするので皆が振り向くと，熊が全力で走ってきて，いきなり数m先の鮭を獲ったんですよ．その後の，ガリガリッバリバリッと熊が鮭を骨ごと嚙みちぎっている音，ブチバチッと引き裂かれる皮の音が，いまでも鮮明に思い出せるほど耳に残っているんです．野生の熊が野生の鮭を獲ったガリガリ，バリバリという音，いままで生きていたものが生を失った瞬間の音を聞いたという怖さというか，自然や野生に対する畏怖の念を感じたというか，それを当たり前のように感じたことは大きな感動ですね．この音を聞いたときに僕は，“僕が生きている”という感じがしたんです．“この素晴らしい世界に存在している”となんか感じたんです．

写真1　カヤックで蒼き崩れゆく氷河の海を行く
(写真右から山田さん，山藤先生)

山田：うわぁ，素晴らしい表現ですね．あの音は，私も耳に残っていますよ．ブチブチッ，バキッ，鮭の皮がプチッと裂ける音．これが生

2024/05/08 13:54:21

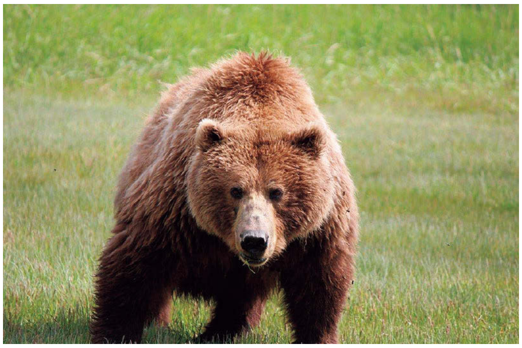

写真２　目の前のグリズリーと
（撮影：山藤先生）

きるということですよねぇ．なにしろ初日，カトマイ(国立公園)に行ってすぐですから，びっくりでしたね．

山藤：そう，行ってすぐの出来事でした．熊が鮭を引きちぎったあとにカモメが殺到してきて，また他の熊もそれを追ったりという中を，熊が鮭をくわえて走って行きました．リアルでした．

実は，いま，音という話をしていましたが，印象に残った音がもう１つあり，それは氷河の崩れる音です．カヌーで氷河の近くに行ったときにドン，ドドーンと大きな音がします．“なんだろう”と思っていると，ガイドのマーチンが声を張り上げて，「あれを見ろ，氷河が崩れているぞ！大きい！　珍しいものを見られて君たちはラッキーだったな」と言うんです．

山田：何回も音がして，たくさん氷河が崩れましたね．

山藤：これも自然の音です．自然の物事が崩壊していって海に落ちていくときのドーンという音は，これもまたその場にいて経験しないとわからない，体が震えるような響きでした．

いま，話していて思いました．僕は今回，旅の印象とか思い出が「音」でした．「聴覚」なんですね．普通は，視覚ですよね．見たモノや写真とかが印象に残るし，それを伝えますよね．でも僕は音だったんだな．これはすごい体験でしたね．だから冒頭に(11月号)，想像を超えた驚愕の旅だったと言ったのかなぁ．

山田：そうなんですね，それがさんちゃんのサインですよ．私もその音は聞いたし感動しましたが，そこまでの印象では話していません．だから，それはさんちゃんの感じたサインなんですね．他になにかありましたか．

山藤：そうですね，もう１つだけ，印象に残ったシーンを挙げると，目の前の子熊が食事中にいきり立ってウーウーとうなり，僕らを襲おうとしたことです．マーチンは「大丈夫だよ」とは言っていましたが，子熊だから暴走するかもしれないじゃないですか．僕は，子熊もですが，“子熊が本気で怒ったときに，僕らの後ろ10mにいる母熊に殺される”と思ったんです．その親子の間に僕らはいたんですよね．母熊と目が合って襲われたら怖いから，後ろを振り向けない，そのときが１回だけ，アラスカで「死ぬかも」と思った瞬間でした(笑)

山田：あぁ，あのときそう思っていたんですね．

山藤：あそこで，僕が怖いと走り出したら，死んでいますね．

山田：確実にそうですね．

山藤：あの場には，大いなる愛，お互いが大丈夫という確信があったから，恐れを感じないで済んだんだと思います．

山田：いやぁ，いまの話はいいですねぇ．

山藤：ありがとうございます(笑)．帰ってきてから，「熊には襲われないんですか」と色々な方に聞かれますが，「そこにはお互いに恐れがない，共存の関係がある」とマーチンが言っていましたよね．「人が熊を殺したことがない地域だから，そして，僕ら人間は本来，熊からは小犬のようにしか思われていないから，襲う理由もないんだ」と．お互いが恐れのない関係性というのは，その後も深く考えさせられたテーマになっています(**写真２**)．では，前座はこれくらいにして(笑)，ひろしさんの先ほどの

2024/05/08 13:54:21

印象に残った授乳のシーンについて詳しく聞いてもいいですか？

山田：はい，冒頭(11 月号)にも言ったように，私は 17 年くらい，アラスカの熊に直接出合いたいという思いでいました．今回，いろんな熊の生態，シーンを見ましたが，なかでも一番感動したのは母熊と子熊の様子でした(**写真3**)．子熊たちが母熊を完全に頼りにして無邪気に乳を飲んでいる一方で，母熊が乳を飲ませながらも，15 秒おきぐらいにこういうふうに顔を上げるんです．

山藤：そうそう，匂いを嗅いでいました．

山田：あれは敵が来ないか見張っているんですよ．彼らにとっての天敵はオオカミです．オオカミは子どもを食べてしまうので，まだ子どもが小さいと守りきれない可能性があるんです．あるいはどう猛な，縄ばりを取ろうとしている雄熊が来たらまずいわけです．それを，匂いを嗅いで常に警戒しているんですね．そんなときに，母熊がちらっと私を見て，目が合ったんです．この瞬間，時が止まったように感じました．この瞬間のことを言葉にするのは難しいんですが…．とても懐かしいものに出合った感じもしましたし，なんというか，母熊は母熊として，その大地の中で，自分の役目である子孫を残すという役目を全うして，あと 10 年もすれば死んでいくわけですよね．寿命は 20 年ぐらいですから．子どもたちはそれを受け継いで生きていくんですね．何万年もずっと続いてきた，その 1 シーンに出合ったんですよ．

先ほど(11 月号)の話に通じますが，私が見たのは，本来持っている役割，あなたが何者なのかということを，そのまま生きている姿だったと思うんです．熊という存在が，熊であり母であり，ということをただただそのままやっているという美しさ．いまだんだんと言葉になってきましたが，言わば，そのことのありのままな美しさですね．目が合った瞬間に，“同じものをわかっているよ，私もそれを感じている．そうやって生きていくんだよね”というように，母熊と同じ時間と空間を共有したなという感覚があるんです．残念ながら帰る時間が迫っていて，でもそこを離れがたくて，ただただそこに立ち尽くしていました．写真を撮ることも忘れ，というか，カメラのレンズをもう見たくなかったんです．この貴重な，あと 1 分いられるかどうかわからないこの時間を，自分の目の中に残したかったので．このシーンは私にとっては非常に感慨深く，とても大きなことで，この先ずっと私の力になると思います．

写真３　授乳する母熊　（撮影：山田さん）

山藤：あぁ，ひろしさんはあのときそう思っていたんですね．確かにひろしさん，立ち尽くしていましたよね．そういえば，マーチンが，「熊が人前で授乳するのは珍しいんだよ．心を許しているから授乳を始めたんだ，君たちはラッキーだね」と言っていましたね．

山田：安心していたのは私たちも同じでした．ポカポカとしたお天気のよい日だったので，熊が授乳をしているその横に，ごろりと横になって昼寝を始めたんです．

編集室：ええっ！

山藤：そうそう(笑)，マーチンに，「ここでいびきをかいて寝たのは，君たちが初めてだ．

2024/05/08 13:54:21

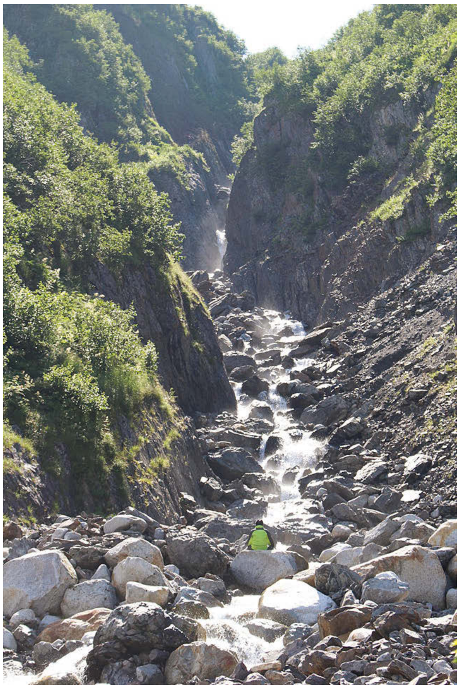

写真４　氷河の滝と向き合うひろしさん
（撮影：山藤先生）

何やっているんだ？」とあきれて大爆笑されたんですよ（笑）

編集室：はははは（笑）

山田：われわれは全員寝ていましたね．本当に幸せな，平和な時でしたね（笑）

編集室：すごい話です…．ひろしさん，もう１つ印象に残ったシーン，アラスカの氷河に流れ落ちる滝についてもお聞かせいただけますか？

山田：はい．滝は，地球上の生き物ですよね．気が遠くなるぐらい昔に降り積もった雪が凍り，氷河となり，解けてきた水が，いま目の前を流れていくというこの不思議さ，そこに自分が対面したんですね．滝は滝であり，水は水であり，他の何者でもない．それが草木も岩も山も氷河も，大自然全てが他の何者でもない，ただそれであるということの中にただ流れていく，ありのままであるということの美しさ．このことを表現するには，美しいという言葉しか出てこないですね（**写真４**）．

私にとっては，熊も氷河も同じで，全てはつながっていて，分断されていない姿がそこにあったんです．そして，自分がその中に身を置いていたという感覚，そこでは私と熊や氷河の間に，境界がなかったんですね．実はあのとき，抑えがたい衝動があって，あの母熊に抱きつきたかったんです．“それで死ぬかもしれないけど，死んでも悔いはないな”と思いましたね．それが熊にとって不快な行動で，本能として私を殺したとしても，“私はそのとき死んだのではなく，本当の大いなるものとつながっているというところに戻っていくんだろうなぁ”と思いました．そして，“私をここへ導いてくれた星野道夫さんがカムチャッカで熊に殺されたとき，人間が自分たちを自然から切り離した世界ではなく，もともと皆同じだった，大いなるつながりの世界へ戻っていきたい衝動が抑えきれなくなって，熊のところへ行ってしまったのではないかなぁ”と思ったんです．

山藤：前回のコーチング編の対談（10 月号）の最後にキーワードとして挙げた中の１つ，大いなる愛，という感じですか？

山田：そうですね．より純度の高い大いなる存在（熊）がそこにあったので，大いなるものの一部である私も吸い寄せられてしまったという感じです．１人で行ったら，その衝動を抑えきれなかったかもしれないです．今回，ガイドさんを含め４人で一緒に旅をしたということは，そういう世界で死んでいくタイミングではなかったということなんだろうな，と思うんです．

サインと行動

編集室：ひろしさんとアラスカのつながりは冒頭でご説明いただきましたが，そういえば，山藤先生とアラスカのつながりはなんですか？

山藤：僕の場合は，ひろしさんという人，そして森のリトリートとアラスカがつながってい

2024/05/08 13:54:21

るんです．森のリトリートでひろしさんと焚き火を囲んでいるときに，僕がふと一番星の話をしたんです．ひろしさんから，「ところでさんちゃん，いままでで見た一番きれいな星空はなんですか？」と聞かれたんです．そこで考えて，「初めて海外に行った22歳のとき，オーストラリアのエアーズロックで見た星空はいままでで一番きれいでした．ガイドさんの説明が英語だったのでよく聞き取れませんでしたが，サザンクロスという単語だけはわかり，“あれが南十字星か”と思って見た感動は忘れられませんでした」と答えました．そして，「ひろしさんはどうですか？」と聞くと，「太古のトーテムポールを見るためにクイーンシャーロット諸島(カナダ)というところに行ったことがあります．そこで見た星空と，天の川といえないくらいの多くの星は，忘れられません．星野道夫さんという人が書いている本や映画があって，その影響で私はそこに行ったんです」と答えてくれたんです．

森のリトリートから家に帰る途中，ふと青山の本屋に立ち寄ると，端にコーナーが設けられており，「星野道夫特集」と書いてあったんです．“どこかで聞いたことがあるな，あっ，昨日焚き火で聞いた星野道夫さんじゃない？”と思って，たくさんある中で，なぜか気になった『旅をする木』(文藝春秋刊)というエッセイ集と『風の物語』(CCCメディアハウス刊)という写真集を買って帰ったんです．そしてそこには，クイーンシャーロット諸島とトーテムポールの写真がたまたまあったんです．全てが偶然です．ひろしさんに言わせれば，サインと必然でしょうが…(笑)

でも『旅をする木』に出てくる言葉の使い方が好きで，こんな文章を書ける人になりたいという憧れもあったので，星野道夫さんの本は何回も何回も読みました．ただ，僕はそれ以上はのめり込んでいなかったんです．ひろしさんとプライベートで飲みながら，「いつかアラスカに行きたいですね」という話をしている中で，突然，今年の春先に「さんちゃん，夏にアラスカに行くことになりましたけど行きます？」とお誘いいただいたんです．「行きます！」と即答しましたが(笑)，僕にとっては，森のリトリートでの星の話に，たまたま行った本屋さんで星野道夫さんの本が置いてあったところから始まった，アラスカの話なんです．

山田：先ほども言いましたが，それは全てさんちゃんのサインだと思うんです．星も森も本もアラスカへのつながりも，鮭の音も，つまり，さんちゃんはサインだからつかんだ，サインとはそういうふうに来るものだと私は思うんです．

山藤：僕も，鮭と一緒に，熊に内臓を引きちぎられるような思いで音を聞いていました．

山田：そのくらい衝撃的な音なんですよ．そして，それはきっと，さんちゃんにとって大切なメッセージの入った音だと私は思うんです．

山藤：サインと言えば，そういえば，ひろしさんはアラスカで同業者に会いましたよね？そのときサインを感じたんですか？

山田：サインですね．浜辺を歩いているときに，ある家族が焚き火をしていて，その中の1人の女性がなぜか私に話しかけてきたんです．その女性と話をし出し，途中からその旦那さんと話し込み始めたので，さんちゃんは“なぜ寄り道をしているんだろう”と思っていたと思いますが(笑)，女性はspiritual(霊的な)ことをしている方でしたが，旦那さんはなんと，森や山へ人を連れて行く，私と同じ活動をしている人だったんです．

編集室：へぇっ，アラスカで？　そんなことってあるんですね．

山田：旅に出ると，こうした不思議なことがたびたび起きるんです．私は普段から，サインが来たらふっとそちらに行くというふうに生きているので，旅では特にそうなってしまいます．そして，出会うべき人に出会うんです．そ

2024/05/08 13:54:21

ういえば，無人島の滝の上の水たまりで，パンツ一丁になって，みそぎもしましたね．

山藤：僕は泳いだり潜ったりしただけですが…(笑)．2人とも，アラスカの水の中にドボンと入りましたね！

編集室：水は冷たくないんですか？

山田：まぁ，冷たいですけどね(笑)．でも，そのみそぎができたのも，さんちゃんがふらっと立ち寄ったお土産屋さんの側にたまたまツアー会社があって，そこにいた女性との会話でまたピピッと感じるものがあったというところからなんですよ．「明日1日スケジュールが空いていて，この辺で森に行きたいんですけど，どこがいいですか？」と聞いたら，その人が2カ所勧めてきて，そのうちの1カ所を選んで行ったらそこに滝があり，そこにみそぎができる，お誂え向きの場所があったということです．これも，予想して起きたことではなく，サインが来たからそこへ身を寄せて行くと，導かれて，結果的にそうなったんです．アラスカでは，こんなことが随所にありました．一緒に行ったコインランドリーとかね(笑)

山藤：そうですね，コインランドリーにかわいい子がいたんですよ，マリーという(笑)．というのはさて置いたとしても，洗濯の待ち時間に，木の板のテラスの陽だまりの中でひろしさんと話していた時間は，実はアラスカの10日間の中でも印象に残る至福の対話のときだったんです．僕の人生観にかかわる気づきもありました．

山田：うん，全てはサインによる導きと行動の結果なんですよね．

森道(もりどう)とは

山藤：いやぁ，アラスカの話はきりがありませんよね…(笑)．そこからのつながりもあるだろうと思いますし，サインの話も話題に上がりました．ひろしさんそろそろ，先ほど言われていた，森のリトリートの先にある森道とはどういうものか教えていただいてもいいですか？

山田：はい，森道は，宇宙の叡智とつながる生き方です．私は，何々道と「道」がつくものは皆，技を通じて大切な生き方を身に着けるというものだと思っているんですが，森を通じて，その宇宙の叡智につながる生き方をする人が増えれば，地球はよくなるだろうなぁ，と考えているんです．よくなるというのは，地球に住んでいる人間，動物，植物，鉱物，水，全てがありのままで生きていけるということです．まさにいま話した，アラスカの授乳中の目の前の熊の姿，そしてその熊と私たちのあり方です．いま人間がやっていることは，どちらかというとその真逆で，宇宙の法則に逆らったようなことを随分やっているなと思うんです．自然に戻らないような物質をどんどん作り出して地下に埋めておしまいとか，エコじゃないことをいっぱいやっていますよね．私は，自分たちの子孫が，地球上でいまと同じような環境で生きていけるのだろうか，と考えることがよくあります．科学者の悲観的な意見だと，100年後には防御マスクをしないと生きられない大気状態になる，ともいわれています．新鮮な空気を吸えるのは，あと1世代だと．そうしたくはないな，と強く思うんですよね．

やはり自分たちの世代だけでいいとは思えないので，未来の世代たちも，豊かな地球の中で新鮮な空気を吸って，きれいな海で泳いで，おいしい食べ物が食べられる，そういう世界であってほしいです．壮大な話になってしまいましたが，結局，自分が宇宙の法則に従って，自分のお役目を果たすのが一番無理がなく，エコだな，と思うんですよ．本当の自分の姿ではないものになろうとして頑張ると不必要なエネルギーを使いますし，そればかりやっていたら疲れてしまいますよね？　でも，世の中を見渡すと，エコじゃない人のほうが多いなぁと思うんです．それが逆転したらいいなぁ，と．

森道とは，その宇宙の摂理に従って生きる人

2024/05/08 13:54:21

たちが増えていくための道で，私はいま，森の力を借りてこれをやりたいなぁと思っています．

山藤：確かに．僕たちは会社も仕事もプライベートも何もかも，「うまくいかないことをうまくいかせよう」として努力していますが，うまくいくことをうまくいくようにやったほうが，そりゃあ簡単でエコですよね．

山田：そうなんですよ．自分自身がアンテナのように感度の高い受信機になれば，宇宙の叡智とつながれます．これが森のリトリートで目指しているものの1つですが，感度を上げる方法として，私は，森で「ゆっくり」「静かに」「感じる」ことを原則としています．

ゆっくりすると，感度が上がるんです．例えば，食べ物を5回噛んで飲み込むのと，30回ゆっくり噛むのとでは，明らかに味の深まりが違いますよね？　道をスタスタ歩くより，その半分のスピードで歩いたほうが，見えるものの数が増えますよね？　ゆっくり歯を磨くと，歯ブラシの毛先がこの歯茎に当たっているなとわかるんですよ．人間の感覚は，ゆっくりすることで感じられるものが増えるんです．呼吸もそうです．ゆっくり吐いてゆっくり吸うと，呼吸が静まっていき，ざわざわしていた気持ちが，すぅ〜と落ちていって，すぅ〜〜っと静けさがやってくるんです．その状態になると，いろんなものが見え，聞こえるようになってきます．

一番わかりやすいのが五感ですね．見えて，聞こえて，匂って，触って，味がする．そして第六感があって，これはなんとなくいい気配がする，というものです．“なんかこの場所いいなぁ”と思った経験ないですか？　森の中でも都会でも，あるんですよ．これは，五感に第六感も含めた感覚がキャッチしていて，私たちは無意識に感じ取っているんです．これが，ゆっくり，静かに，感じるという状態ができてきたときに感じられる感度で，何度も繰り返して体験しているうちに，感度は上がってきます．先日，さんちゃんも，森が全部自分のように感じられたという体験をされていますよね．

山藤：何百m先に起きている出来事が全部感じられるんですよ．虫の動きも，葉音1つも．

編集室：それは特別な人の特別な話ではないんですね．どういう現象なのでしょう？

山田：何百mも離れているけど，本当にそうだと感じられたんですね．これは特別な話ではなく，人間の感度とは，実はそのぐらいすごい能力なんです．ちなみに，ネイティブアメリカンの長老だと，あそこに鹿の群れがいるとか，2kmぐらい先まではっきりわかるそうです．いまの文化では，超能力か？怪しい(笑)と思われるでしょうが，先住民の文化では，それがなかったら食べ物が手に入らないわけなので，日常的な能力だったと思います．でも私たちは，その能力を使わなくてもいい文明を作ってきたので，使わなくても生きられるわけです．だけど，本来その能力が残ってはいるから，その扉が開いてしまうと，さんちゃんのように数百mぐらい先に行ってしまうんです．まぁ，こんなに先まで行くのはちょっと稀ですけどね．

山藤：いやいやいや．

山田：普通はそんなに行きませんが，感度を上げれば，自分の10m，20mぐらいの範囲なら，“あれっ，鳥が来た”などの気配が十分感じられるようになります．

山藤：草原を風が流れてさぁ〜〜っと行くような映像ってあるじゃないですか？　感覚的には，森の中で，ああいう感じにさぁ〜〜っと広がっていってその先がわかる感じでした．

山田：いい表現ですね．

山藤：でも，次の日に同じ場所に行っても，また，つながっていないこともあるんです．

山田：そうですね．

山藤：あれは不思議ですねぇ．

山田：一瞬，その扉が開くんですよ，でもまた閉じるんです．何度も森に来て，この開いて

2024/05/08 13:54:21

閉じて，開いて閉じてをずっと続けていくと，かなり開いたままになるんですね．

山藤＆編集室：あぁ，なるほど．

山田：普段はすごく強く閉まっているので，開かないんです．開き始めると，ちらっと見えるんですよ．さんちゃんの法人の職員さんは，この前，森のリトリートで鷹を何回も見ましたよね．あれは，彼女がぱっと開いている瞬間に，鷹も開いているので，鷹とつながって，鷹がやってきたんです．

山藤：僕が同じ場所にいても，1回も見たことがないんですよ．

編集室：へぇ〜っ．

山田：ちなみに私の場合は，どこの森へ行っても鷹が現れます．“あっ，そろそろ来るな”というのがなんとなくわかるんです．これは先住民にとっては当たり前のことですが．ちなみに，アスリートも感覚を研ぎ澄ましているので，ある意味，このようなことを感じるんですよね．さんちゃんのほうが詳しいと思いますが，ゾーンと言っている状態では，相当なことが起きていると思います．敵の動きがスローモーションで見える，とかね．

山藤：なでしこジャパンで一緒だった澤穂希選手も，試合中に，鳥のように上から全体が見えていると言っていました．そして点を取るときは，全てがスローモーションで見えて，ここにボールが来るしかないというのがわかると，そこに足を出すだけだと，いつも明確に言っていました．ワールドカップの決勝の得点も．

山田：やはり，そうなんですね．それが数値化できない感じる力ですね．話を戻しますが，こうして感度を上げていくのはそんなに突拍子もないことではなくて，森に来られた多くの方が，確かに感じるということを体験します．そして，森の中で受け取ったサインがあるわけですよ．それを持ち帰って自分の人生の中にそのまま生かしていく，私の場合だと，森に住みたい，だから行こう，となるわけですが，感度を上げるのも大変なんですが，実は，感度を上げて受け取ったものを信じるというところに相当なハードルがあるとわかってきました．ちょっとうまくいかないことがあると，そんな世の中甘くないだろうとか，そんなにうまくいけば苦労しないよとか，自分で疑うんですよね．宇宙の叡智であるサインを受け取って，それに身を任せるんだとするほうが楽に決まっているのに．そうして，余計なことをやり始めてしまうんです．そういう私も，いまだにうだうだとしてしまうときもありますよ．でも，だいたいうまくいかず，疲れるだけです．

山藤：なるほどなぁ，大きな流れに身をゆだねるような感覚ですね．そうそう宇宙の叡智と聞いて思い出したことがあります．森道の定義は知りませんでしたが，アラスカ鉄道の帰りの電車の中で，「ひろしさんって，叡智の人ですよね」とポロっと話したの，覚えています？

山田：はい，覚えています．とても印象的だったので．たぶん，私が叡智を持っているかのようにさんちゃんが見えるものは，私のものじゃないです．宇宙から来ているものを私が言っているだけなので．

山藤：それはわかりますよ．でも，僕がこの間言った叡智には2つの意味があります．現実社会の叡智を話す人もいれば，宇宙だけの話をする人もいます．ひろしさんの話は，いつも現実に起きている目の前に対する事象や人のことと，そして同時に宇宙や自然とさえつながっています．コーチングも森もでしょ．この両方を持っている人が稀で，おもしろいと思っているんです．この対談も気づけば，この2つを題材にして話しています….

山田：なるほど．そうですね．言われてみると….私はどちらか一方ではなく，両方ある自分がおもしろいんですよ．

両方ということで，いま思い出したんです

2024/05/08 13:54:21

が，この旅の最後にアンカレッジの民族博物館に行きましたよね．行く予定にしていたわけではなくて，最終日にふと行きたくなったんです．サインですね．そうしたら，そこにハイダ族のトーテムポールがありました．さんちゃんがアラスカに来るきっかけになった星野道夫さんの写真のあれです．その横に立った私をさんちゃんが撮ってくれた写真，あれには２人で驚きましたね．

山藤：はい，あれはすごかったですね！ひろしさんとトーテムポールが混ざり合うように，時空がねじれた感じで写っていました．不思議なことに，混ざり合っているのはあの１枚だけなんですよね．

山田：２人に共通の縁のあるトーテムポールがあって，しかも私とトーテムポールが混じりあって写っていた．私たちは目にみえるものを確かなものとして日常を生きていますが，同時に目にみえない何かに導かれて生きているのかもしれない，そんな風に感じることが私にはとても豊かなことに思えるんですね．それが，両方とさんちゃんが言ってくれたことだと思います．

人と人は本来寄り添っている

編集室：お時間も長くなりました．この辺でそろそろ，最後のご質問ということではいかがでしょうか？

山藤：おっと，もうこんな時間ですね．話は尽きませんが，では最後に，これは「人の心に寄り添う医療人になる」というタイトルなのですが，ひろしさんにとっての「人の心に寄り添う」とはなんですか？

山田：はい，やはりありのままに生きる，ということですかね．つまり，寄り添おうとするのは不自然な感じがしますね．もともと，同じ存在としてすでに寄り添っていると思うので．

山藤：あぁ，なるほど．それは人と人が出会っている瞬間，努力以前に，もう寄り添っている存在なんですということですね．

山田：ありのままの存在としてそこにいて，しかもそこにはつながりがあるので，寄り添おうとしなくても，本来私たちはそこにいられるはずだと思うんですよ．だから，寄り添おうと思う前に寄り添っているんじゃない？という感じがします．

山藤：なるほど，いままでの２年間，連載が台無しですね（笑）

山田：えっ，だめですか？

山藤：いやいや，実は僕もちょっとそう思ったところもあるので…（笑），ひろしさんと一緒に学んでいる心身統一合氣道（藤平信一会長との対談は45巻4〜6月号に掲載）も同じところに立っている氣がしますね．

山田：はい，まさにそうですよ．私の話している人の関係性もそうですし，心と身体の一致，氣の原理，天地と一体になるということ，森道も心身統一合氣道も目指すところは同じと感じています．

山藤：まさに！同感ですね．稽古でも，少しでも無理をすると全く技はかからないんですよね…．会長の教えと一緒ですね．ありのままかぁ…．だから僕は，森も心身統一合氣道も両方大好きで，行ってるんだよなぁ．

そうそう，アラスカでも無人島に向かうボートの上で，２人で臍下（せいか）の１点に心を静めると体が安定するというのを稽古したんですよね（笑）．心身統一合氣道の呼吸法も，ひろしさんのゆっくり，静かに，感じるという話に通じますしね．実は僕自身も，臨床検査技師教育に身を置く者として，臨床検査技師道というものを常日頃より考えています．学生や卒業生とかかわる中で，生き方としてどのような道を歩んでいくべきなのか，その道の勉強会の立ち上げを考えているところでしたので，共感しました．

では改めてですが，「ひろしさんは，世の中がどんな社会になっていったらいいと思ってい

2024/05/08 13:54:21

ますか」というのが本当に最後の質問です．

山田：今日のお話にも出てきましたが，それはやはり，最終的な問いだなと思いますね．社会がつながりを取り戻した状態が，私が望む社会です．つながりというのは，自分との，人とのつながり，そして自然や地球とのつながりです．これが取り戻された，全てがつながっていて，そのままで美しいという社会，世界，それを願っていますね．

山藤：そのためには，個人個人はどうあるべきですか？

山田：これはもう本当に繰り返しになりますが，何者かになろうとせず，ただ自分という存在のままに，ありのままに生きることです．自分が何者であるか，ということを必ず人は持っているので，そのままに生きる．そうしたら，この社会，地球の中にきっとつながりは取り戻されると思うんです．

山藤：いま聞いていて，“信じる”という言葉が浮かんだんですが，第1回目の僕の連載のサブタイトルは，「“感じる”を“信じる”，そして“考える”」なんですよ．これまでいろんな方と対談をしてきましたが，改めて，“1周まわったなぁ，やはり感じることを信じて，それについて考えるというのが順序としては正しいな”という気がしましたね．

山田：いいですね！ 私がいま言った，ありのままに生きるという入口は，感じることだと思いますね．考えても，ありのままにならないんですね．そして，感じるのは感度だからアンテナ，サインは感じる対象の1つとなります．そして私は，これからそういう社会になっていくだろうと本当に思っていますし，私自身もありのままで，この社会のためになると思うことをしていきたいです．

山藤：それがひろしさんの役割ですか？

山田：はい，お役目なんですよ．そうしたいし，無理がなく，そして楽しいんです．

山藤：いまお話を聞いていて思ったんですが，ありのままを受け入れる社会，そして個人としてもありのままでいること，これはニワトリが先か卵が先か，と一緒で，この個人だからこの社会，この社会だからこの個人，というのは同時に起きる出来事ですよね．

山田：そうです，同時ですよ．

山藤：個人と社会は切り離せない，集団と個人も切り離せないではなくて，個人も集団も社会も，同じ社会に起きている，同じ1つの出来事という感じがしました．このまとめで大丈夫ですか？

山田：おっしゃる通り，すごいまとめです！ それが，私が「つながりを思い出す旅のガイド」だということなんですよ．全てはつながっていると．自分がありのままを取り戻せば，即，世界とつながっているので，世界もそのようになっていくという，入れ子構造のようになっている．だから，世界を変えようと気合を入れなくていいんです．私はそこにすごく希望があると思っていて，だからこそ，個人にかかわるコーチングをしたり，森に人を連れて行っているんだと思いますね．

山藤：いやぁ，もっと話していたいなぁ（笑）．濃い内容の対談でしたね．本日も長時間にわたり，ありがとうございました．

山田：こちらこそ，こんなに話を聞いていただきありがとうございました．

編集室：お2方とも，ありがとうございました．

（了）

共振のポイント 対談を終えて

「対話」から生まれる物語…．それをまさに感じた，今回もさまざまな示唆に溢れる深い対談となりました．対話の中から，私たちが思いもよらない，予定もしていない話，言葉が次々と紡ぎ出されていきました．ひ

2024/05/08 13:54:21

ろしさんとの時間はゆっくりで，三由さんも巻き込んで，不思議な時間と感覚の対談でありました．

最初のコーチングの話は，読者の方にとっても参考になる目からウロコの話がたくさんあったのではないかと思います．人を導く力，関係性，そしてまさに自分のあり方ですね．後半の森，アラスカ，自然や人とのかかわり，もっと大きな地球，宇宙とのかかわりは，われわれが個人として，そして大きく人類として考えていかねばならない真の姿を問われているような気がしました．ひろしさんの活動は，全て大きくそこにつながることなのでしょう．最後に驚くべき返答をいただきました．人の心に寄り添う医療人になるためにはどうしたらいいのかという質問に，ひろしさんが言ったことは，すでに人の心にあなたは寄り添っていますよ，ということでした．いままで対談した方々とも，自分がどうあるかということを大きなテーマとして対話を続けてきたと思っています．しかし，本来，人はそもそも寄り添っていますよというところから話したほうがいいというのは驚きですが，確かに納得できる感嘆の瞬間でした．そのためには，自分がありのまま，そして相手もありのまま，そんな恐れのない，自信のある自分，世界を創っていくために，「山田博」は役割を持って進んでいるんだと感じました．私たち医療人も，支える，導く，寄り添う，そのような言葉の駆使の前に，1人の人間として，生きとし生けるもの全て，またそこに留まらない宇宙にある存在の全てを丸ごと受け入れ，「大きな愛」で進んでいくことを決意しなければならないと思いました．

連載は2年になりました．何か集大成のような感じで，このタイミングでまた大きな印象に残る対談ができたことに，大きな喜びと深い感謝でいっぱいです．私たちは生きている，そして前進することができる，そんな勇気をいただけた対談でした．実は対談は長時間に及び，そのほとんどはこの誌面には載っていません．しかし，その中にも叡智に富んだ深い内容がたくさんありました．核心部分だけの編集となりましたので，言葉や意味づけに足りない部分を感じることもあるかもと申し訳なく思います．しかし，それもまたサイン，またどこかでお披露目できる機会があるといいなと思っています．

ひろしさん，『対話』楽しかったですね．ありがとうございました．また一緒に世界を見に，冒険の旅に飛び出しましょうね！

（山藤）

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．

2024/05/08 13:54:21