

2010年6月

ほあーの会 萩原優先生

<「萩原優」はわたしの本当の部分ではない>

がんの患者さん以外の方が、がんについて語っても真実はないと感じています。わたしがお話するのは、あくまでも集めたものであり、わたしの体験は含めていないのです。実際ががんの体験をされた方に比べると、わたしのはいかに軽い話でしょうか。

昨日別府で『逃(タオ)』という小説の著者、合田彩さんとたまたまお会いしました。『逃』は、文化大革命のときにあった中国人画家と恋に落ちて、公安局からにらまれて追われる。二人でチベットのほうに行き、何回つかまっても死んでもおかしくない、というノンフィクションです。24時間以内で読んでしまったのですが、映画化したら面白いだろうなと思う本です。

本の中に毎朝犬を14匹、連れて歩くシーンがありとても印象に残っているのですが、昨日、合田さんが飼っている茶色い犬が川に入っているのを見て、わたしたちの日々の中でいろんな奇跡がたくさん起こっているんだなあ、と感じたのでした。

「萩原さんは外科の先生でしょうか？ 今やっている精神的なこととは、ある意味反対のところにいるんですね。どうして始めたんですか？」

とよく聞かれるのですが、わたし自身にもよくわからないのです。自然にそうになっていったのではないか、と思うようになりました。いいことにしろ悪いことにしろ、すでに生まれたときからプログラミングされているというある種の運命論ですね。あと何年生きるか、わたしは知りませんが、もう決まっている、という考え方が今はぴったりきます。わたしは「萩原優」ですが、「萩原優」という人間はわたしの本当の部分ではない。「萩原優」というのは、自分が死んでしまうと困りますから、なんとか生きてもらわなければならない。生きていくにはどうしたらいいか、と一生懸命になる。しかし、寝ている状態はエゴがなく楽ですよ。死ぬことは寝ている状態に戻るということです。

ストレス解消は寝ること、というアンケート結果もありますが、理にかなっていません。エゴで悩んでいる人が、寝ることによってエゴが一時的になくなり、からだも休まります。

みなさんもそれぞれ名前があって、社会の中で生きています。でも、それは虚の世界で現実ではない、宇宙の源、名前をかえれば神のような存在が全部決めている。病気や人間関係で悩むというのは、わたしたちが自我・エゴを持っているために起こります。そのエゴがなくなっていく状態は、他の人と自分が同じになっていきますから、プライドや嫉

妬、落ち込みがなくなってらくになる、ということに、最近本を読んで気がつきました。生きるのがとてもシンプルになる。肉体は一時的なものであり、意識はずっと続いているということですね。

がんになれば、「死」ということが重くのしかかってきます。しかし、死んでもどうということはないと思うことができれば、「では、お先に」とらくに生きられるのではないかな、と思います。

どう治療するか、という話はそこから見るとかなり末梢の部分ではないかとも感じています。

<何もしないうちに本が出来上がった>

わたし自身がこの本(『がんの催眠療法』太陽出版)を出したいと願っていたのではなく、降ってわいた話なんです。それ以前も本を出さないかという話があり、出版社に企画を持っていく方がおられて何回かお会いしたのですが、話がまとまらないのです。

「本を出そうという人は、もっと積極的で売り込もうとしますよ」と言われても、自分の中からは出てこないんです。そのうちに出版社の方が配置換えになったということで、その話は立ち消えになりました。

今回はホリスティック医学協会の記録を残した方から、「催眠療法について書いてみませんか」ということになったのです。

わたしがブログに書いた文章や、話した内容をパズルのように組み合わせて原稿を作ってくださいました。

ですが、「本は、自分が書くものだと思っていましたから、自分が書いたものではあるけれど、何か違うな。自分の本でありながら、自分の本ではないから」と一回その段階で断ったんですね。

ではやめましょう、ということになりましたが、別の方から、

「本を書くのと自分の思いが伝わるのとは、必ずしも一致しませんよ。ある種の技術が必要です。医者が書いている六割か七割は自分が書いているんじゃないですよ」

と言われたので、「ああそうなんだ、自分の思いが伝わるのだったら、それでお願いしてみようかな」となったんです。

わたし自身は何もしないうちに、いろいろな方の助けを得て本が出来上がったのでした。この本は表紙にアンフィニさんの絵を使わせていただいたのですが、いろんな出会いがひとつのものを生んでいくし、逆にいえばそれはもう決められたものである。自分はそこでいちばんいい方法を選択していく、自分の思いの結晶としてこの本ができ、あとは一人歩きしていきます。すると、また別の催眠の本を出しませんかというお誘いが来たり、と自

然に広がっていきます。自分がやろうと思ってもできないし、それは周りの人の力であり、何か大きな力が働いているのかな、と感じています。

< 催眠療法をやる理由 >

「腑に落ちる」という感覚が、催眠状態につながる状態だと思います。頭だけで考えて「わかった」と言っても、思考ではわかっていてもからだの中にしみこんでこない。潜在意識をどう活用していくかがとても重要で、ことばや行動も潜在意識がカギになっている、ということに気づきました。潜在意識に近づくためには、催眠療法が直接かかわってくるのです。カウンセリングが上手な方は相手の潜在意識に入って、相手の能力を引き出すのが上手で、相談者が自分が解決するようにするんですね。

がんの患者さんも、頭でいっぱいいっぱいでも、潜在意識にうまくつながっていくのがわからない方が多いです。でも、中には「がんの意味や、これからどうしたらいいか」がわかる方もいます。催眠はそののところにいく道筋を照らすことができます。そこへ行くかどうかはその方自身、出てくる答えはその方が気づきます。「あなたはこういう過去生を送っていました」というリーディングではなく、その方の潜在意識の中にあるものが浮かび上がるので、自分でも納得しやすいです。

実は、病気を治すために催眠療法をやってはいるわけではないのです。その方の本当の生き方、どういう人生を送っていくかを、ご自身で気づいて欲しいというのが目的なのです。

がんになると、自分の命とかかわってきますから、どうしたらよくなるかに焦点をあてて、新しい治療法が他にないか、食事はどうしたらいいか、小さいところにこだわります。

たとえがんであっても、がんはその人の中の状況であって、その人の本質ではないのです。お金持ちであるのがんであるのと、ある意味で同じなんです。その本質に気づくことが大切で、がんの意味に気づくと、日々どう生きていったらいいか、いまこのときを充実して生きていくことにならざるを得ない。過去や未来はエゴの世界ですから、そこを心配したり不安になったりしますが、「今このとき」にいるかぎり心配や悩みはないのです。

< 今、このときにいること >

今というところにじっとしていると、いろんなところに意識がつながり宇宙や神につながっていく、過去現在未来の横軸ではなく、時間がない永遠性の縦の軸につながっていくんですね。

永遠とは時間が無限に続いていくのではなく、時間がなくなるというイメージに近いといえます。

こんな禅の話があります。二人のお坊さんが歩いていて、女性が川を渡れずに困っている姿を見ました。一人のお坊さんが抱きかかえて女性を渡しました。するとしばらくしてから、もう一人のお坊さんが、「女性を抱いて川を渡すなど、あるまじき行為だ」と言って非難しました。すると、「あなたはまだそんなことにとらわれているのか」と答えたという話です。

そこから意識がぼんと離れていけばそれは過去のことだし、感情の世界とそれを裁いてしまう世界、その境目を自分で大事にして、裁いたり感情の中で判断している自分に気づくことで過去から解放される。気がつくことが生きていくうえでとても重要で、そのためにはとらわれている自分を見ているもう一人の自分が大切になってきます。

わたしの役目はがんの患者さんが、シンプルで楽に生きられる生き方ができるようにお手伝いすることかな。そのためには自分がシンプルな生き方をしなければならないということなんです。エゴとこの世界の向き合い方を見つめていく、それが自分を見つめることではないか、と思うのです。

催眠療法の気づきというのは、ユングのいう集合意識のようにみんなとつながっていく、そして自分のマスターとつながっていくし、宇宙の源にもつながっていく。その道路のようなところに潜在意識はありますから、人によっては、つながっていき、本当の自分を感じる。本当の自分をふだんはヨロイカブトで覆って生きていてそれが顕在意識ですが、本当はもっと自分自身で自由に生きていたいし、魂の部分ではなんら不安もない。催眠療法ではありのままの自分でいいんだ、日ごろのヨロイカブトを脱いでもいいんだということを感じることによって、自分で自分を癒し、自分自身を解放していくんですね。

<宇宙にプログラミングされている「わたし」>

わたしは掃除機と同じで、やっていることは全部プログラミングされているんです。こうやってしゃべっていることも、全部決められている。宇宙の源はひとつしかない。

なんでわたしたちはいろいろ悲しんだり悩んでいるかということ、平和になってしまうと人間関係が起らないんですね。神様がそれでは面白くないから、エゴという自我を与えて、わたしたちが悲しかったり、苦しかったり、楽しかったりいろいろな経験をしている。

「わたしがわかる」ということは、宇宙からみれば、全体の真理の中から見ると、ある意味ではちっぽけで考えても仕方がない。でもわたしたちはすぐに「どうして、こんなことが起こるのだろう」と考えてしまいがちですが、考えてもわからない。全宇宙の視点から見ると一人ひとりのことをいくら考えてもムダです。

その仕組みがわかると、本当は「萩原優」なんていうものはなくて、いろいろ体験するために生まれているだけ、作り出しているだけ。自分ではコントロールできないので、手放して受け入れてしまえ。病気も自分でどうこうできないんですよ。どうしようもないということを受け入れてしまえば、ラクになる。病気はどうしてできたんだろうと抵抗している限りは、ますます相手は強くなっていきますから。

催眠療法では、そうは言わずに、一人ひとり出てくる分身を癒してあげたり、言うことを聞いてあげます。イメージの中で、潜在意識の中に入ることによって、生み出されていない自分の分身の言葉をよく聞き、「どうやったら解放されるんですか」と聞いてあげますが、大元のところはもともとはそれがいいんだ、ということですね。

悟りを開いた人にも感情はあって、笑ったり泣いたりしますが、相手を非難することはありません。非難する相手の人も、プログラミングされてそうしているだけだから、文句を言ってもしょうがない、誰も大元に文句はいえないから。それを受け入れると生きるのがラクになるということなんです。

殺人を行ったとしても、その人がそういう役割を与えられたからであって、その人自身に罪はないんですね。でも、それは社会の道德の中では許されないんですけども。

アインシュタインが偉いといっても、そういう役割を担っていたというだけで、その人がえらいというわけではなく、大きな意思が働いて生きている。イチローが自分の努力で大リーグで活躍する選手になったと思っているかどうかはわかりませんが、生まれたときからそういう役割が彼の中にプログラミングされているんです。彼はその通りに実行しているだけで、イチローがえらいのではなく役割を与えられているだけ。

結局は、いい人も悪い人もいないんだ、ということです。インドの賢人はそういうことに気がついていたんですね。「悟りを教えてください」と言うと「ただじっとしていなさい」。キツネにつままれたような話で、頭で考えてもよくわからないけれど、そういう世界なんですね。