



ハタラクヒト *ペディア19

< 青木安輝 氏 >

田中永子

はじめに

はじめまして、田中コーチングの田中永子と申します。

私はNLPやコーチング、ソースなどを学び、それらのノウハウや考え方を活かしたコーチングを提供しております。

この度、新しい企画といたしまして、おもに愛知県名古屋市、刈谷市を中心にお仕事をしていらっしゃる経営者の方々や企業や組織の幹部の方々へのインタビュー企画をスタートいたしました。

この企画を始めようと思った趣旨は、将来の先行きが見えづらい現代社会において、第一線でバリバリと働いていらっしゃる現役の経営者の方々、企業幹部の方々が、今何を考えているかということに興味を持ったこと。そして、その考え方に基づいてどんなアクションを起こしていらっしゃるのだろうと思ったことにあります。

また、こうした第一線でご活躍の方々のさまざまな角度からのメッセージを他の多くの実業家の方々と共有したいと思ったことも大きなモチベーションとなっています。

その他、高校生や大学生の方、これから社会に入っていこうとする方にも読みやすいように心配りしておりますので、ぜひご愛読をいただけましたら幸いです。

個人的な考えではありますが、愛知県はモノづくりの聖地であると考えております。このモノづくりの聖地である愛知県にあって、日夜、しのぎを削っていらっしゃる多くの企業人、組織人の生の声をお届けしたいと思っております。

よって、このサイトの大きな特徴として、インタビュー形式のログをそのまま読者のみなさまにお届けするというスタイルを取っています。インタビューさせていただく私と、インタビューを受けてくださる方の真剣勝負。

行間の中に潜む間も大切なメッセージだと考えております。

第19回は、株式会社ソリューションフォーカスの代表取締役、青木安輝さんです。

青木さんは、2005年に同社を設立し、それまでカウンセリングの手法であったソリューションフォーカス（解決志向）の考え方やコミュニケーションスキルをビジネス領域、特に人材開発や組織開発の分野で応用する方法を普及するためのセミナーを開催してこられました。2008年にはソリューションフォーカス実践者の活用事例共有大会J-SOL（ジェイソル）を創設し、毎年海外からのゲスト講師を迎えて、賑やかな学び合いの場を創られています。今年は6月21－22日に東京・両国で開催される予定です。

青木安輝氏



株式会社ソリューションフォーカス
～解決志向な組織と人材開発支援の先駆者～
<http://www.solutionfocus.jp>

SFアカデミア <http://www.sf-academia.jp>
J-SOL（日本ソリューションフォーカス活用事例共有大会） <http://www.j-sol.org>

趣味： ゴルフ（オリンピックCC2004年度クラブチャンピオン）。カラオケ。

好きな映画： 「ガンジー」「ブラックファストクラブ」

好きな音楽は： アカペラコーラス、70年代のロック、R&B等

連絡先： 電話番号：03-5259-8011

メール： aoki@solutionfocus.jp

◆生きてる人から学び続けてきた

田中永子（以下：田中）： 尉川さんから、青木さんのことは「とても気持ちのいい人だ」と伺っていて。

青木安輝さん（以下敬称略：青木）： へえ。そういう言い方をしてくれたんだあ。「気持ちがいい人」って言われるのは、嬉しいっすね。

田中： あの方もいろんな方とお会いしてるじゃないですか。いろんな講師の方とも関わられてるけど、「青木さんぐらい、腹のない人はいない」って。

青木： へええ。ほんと？ それは素直に嬉しいな（笑）

田中： はい。そんな風におっしゃってたので、私もお会いできるのをすごく楽しみにしてたんです。で、この間、ソリューション・フォーカス（以下、SF）のベーシックで初めてお会いして、とても自然な方だなって感じました。

青木： あのお、ボクはですね、何かの能力に関して、素人（しろうと）から専門家までの度合いを測るスケールみたいなものがあるとしたら、素人のレベルで出来ることで成果を出すということの専門家になりたいんですよ。だからできるだけ等身大でいたいと思って。最初は、専門家にならないと出来ないようなことの専門家になろうとしてた……。

田中： はい。

青木： 例えば、『NLPジャパン』をやってた時なんかは、そういう専門家を目指さないと世の中から必要とされないんじゃないかっていうビビりの感覚があったんだけど、今はむしろ、特別なことじゃなくて、誰でもできることだけど大事なことを実行することを促進する仕事をした方が世の中に貢献できるかもって思うようになってきたんだよね。前はねえ、何らかの理論や手法を突き詰めようと……。

田中： された？

青木： いや、出来なかった……のかな。なんかね、うーん……東大行った割に、本読むとか研究して突き詰めるとか得意でも好きでもないんですよ。

田中： あははは。

青木： 難しい本とか憧れたんだけど、なかなか読み進められない。哲学書とかね。学生の際は、デカンショ（デカルト・カント・ショーペンハウアー）読むのが普通だとか聞くと、買うんですよ。でも1～2頁読もうとしただけで「わかんね。つまんね」って思って。「じゃあ、日本人の本だったらいいかな」って『西田幾多郎』とか買ってみるわけ。で、ところどころ、すごくいいなってところあるんだけど、通して読んでみようととしても、なんかよくわかんないんだよね。向こうの言葉が難しい漢語の熟語に置き換えられただけみたいな。読んでパッとわからないと、イヤになっちゃう。

田中： へえ。

青木： で、それ以上突き詰める気にならなかったですよ。

田中： ならない？

青木： ならない。その一方でね、高校の時に、「インドには『グル』っていうのがいて、悟ってるらしい。会うとすごいことになるらしい」ってことを友達が言って。「あ、オレもそういう人に会ったら、ピカッ！ て開けちゃうのかな」って憧れを持つようになったんだよね。難しい本を読むより、そういう人に会ってしまった方が早いかなって（笑） だからそういう人に会えそうな機会を見つけようとする気持ちが強かったんだ。本よりは、生きてる人から学びたい...
...かっこつけて言えば。

田中： ええ。

青木： だからとにかく面白そうな人に会えるチャンスは逃すまいって思ってたんです。で、浪人中に雑誌を創刊したいって友達が「おまえもメンバーになる？」って誘ってくれたのよ。今ほど雑誌があふれてる時代でもなかったから、本屋に行って、買えるだけの雑誌を買ってきて、分担してその雑誌の特徴みたいなのをまとめて「どんな新しいものが出来るか？」の話し合いをしようって。

田中： うん。

青木： で、ボクんところに回ってきたのは『マガジンハウス』って雑誌で。その中に「芸術家Aさんの裁判闘争を応援しよう」って記事があったわけ。3cm四方くらいのスペースしかとってない小さい記事なのね。なぜかそれに興味をもっちゃったんだよね。

田中： 裁判？

青木： うん。そのAさんは芸術家なんだけど、京都の人で、許可なく麻を栽培しててつかまったらしいんですよ。内容はよくわからなかったんだけど、その頃は反体制的なものって何でもおもしろそうって思う時期だったからその集会に行ってみたの。

田中： あはははは。

青木： で、会ってみたら、すごいおもしろい人で。尺八とか吹くんだけど「古道具屋で買って来ただけだよ」「習ったんですか？」「いや、全然。おもしろい音が出るから、ふうふうやってみただけだよ」そんな自由な雰囲気がいいなって（笑） 風貌もヒッピーそのもの！

田中： ええ。

青木： その人の主張がすごくおもしろくて。麻の栽培を取り締まる法律はごく最近できたもので、日本人は昔から麻を栽培してきたし、いろいろなことに役立ってきた。密教の儀式にも使われてて、使い方によっては精神性を高める目的で役に立ってたとか言うわけ。昭和30年代の初期までは日本でも自由に麻を作れたから、農家の人が麻畑に入ってくと『麻酔い（あさよい）』することもあったらしいよ（笑）

田中： ラリッちゃう。

青木： そう、ラリッちゃう（笑） でもそれによって害があるわけじゃない。彼が言うには、人間は社会化されてしまった“普通”の意識状態以外の変性意識を誰でも求めているんだって。子供がさ、ただぐるぐるぐるぐるって回って遊ぶじゃない。ただフラフラ目が回るのが楽しくてさ、やるじゃない。あれも人間という存在が、通常意識の枠から出ることを求めている動物だっていう証拠なんだとか。

田中： あはははは。

青木： 親の束縛から逃れたいって強く思った頃だから、そういう話を聞くと、ああ、自由を求めているんだって応援されてる気がしちゃってね。その集会に出て、もう一つ良かったことは、西荻窪の『H村』の存在を知ったことだったんだよね。世の中にある普通の生き方とは違う、その頃の流行りで言うとオルターナティブな生き方をしている人たちが集まるから行ってみたらって教えてもらって、実際に行ってみたわけ。

後からそこはボクが専攻した社会学でいうところの『カウンターカルチャー（対抗文化）』の一大拠点だったということがわかったんだけど、そんな分類はどうでもよくなって、ひげぼうぼうの若者がリアカー引いて無農薬野菜を東京で売ってるっていうのにびっくりしたんだよね。ヒ

ッピーがコミュン作った時代ってあったじゃないですか。ユートピアを求めて。大体田舎で農業しながらって多かったみたいだけど。

田中： あー。

青木： H村では、都市生活をしながらも田舎の無農薬の野菜を作ってる人たちと連携して、有機野菜をリヤカー引いて売ろうみたいなことをやってる人たちとか。食を根本から見直すことで宇宙の原理と繋がろうっていう食養の人たちとか、太極拳とか身体の方から人間が理想の状態になる方法を探求しようみたいな身体論派とか、念力やテレパシーみたいなことを研究している超心理学系の人たちとか、いろんな人がいて面白かったよ。まだエコロジーなんて全然一般的じゃなかった頃だからねえ。村に行くと、今日はどんな変わった人に会えるかなあって、いつもワクワクしてた。

今有名になったけど、NHKの介護の番組にも出てた古武道の『甲野善紀（こうのよしのり）』さんなんかも来ることがあってね。彼のワークショップで、デモンストレーションしてくれたんだけど、甲野さんを倒そうとするといつの間にか、こっちがコテンと倒されちゃう。合気道じゃないんだけど、身体の捌き方一つでね。一度その人の道場に見学に行ったら、甲野さんが背中向けて離れて歩いてる人めがけて「んんんー」って気合かけるの。すると、その人が「ああっ！」って声だして動けなくなっちゃうの！ なんだこれ？ なんだこれ？ って面喰ったよね（笑）

田中： あはははは。

青木： 常識じゃわからないようなことって、この宇宙にはいっぱいあるんだってことは、誰でも本当はわかってるんだけど、結局普段は、今の社会のメジャーなものの中に入りなさいよ。法律もそうなるし、いろんな仕組みもそうなるからって社会化された中にいるじゃない。「それじゃあ、飽き足らない、おもしろくない！」って思った。学生運動花やかなりし頃に生まれてたら良かったのに、遅れてきちゃったなあって感覚だったね……。

田中： 笑

青木： 1968～9年を頂点とした学生運動や社会運動は変質していったでしょ。暴力の応酬を繰り返して社会変革するんじゃなくて、生活の中で本質的な違いをつくりだしていこう……みたいな。そういうのをアメリカでは対抗文化とかニューエイジって呼んでた。

まあ、玉石混交もいいところで、怪しげなものもあったと思うけど、本質的には大事なことを沢山発信してたと思う。日本でもそういう流れの中の都市内コミュンみたいなものがいくつかあ

って、東京ではH村が一つの重要な拠点になってんだよね。そういうところに、浪人してる時に入り浸っちゃったの。御茶ノ水の予備校に籍はあったんだけど、まずいことに西荻は途中の駅なのよ、それが（笑）

田中： ぷ。

青木： 今日は予備校じゃなくて途中下車だって日の方が多かったかも。Aさんの集会参加から始まって、今から考えるとH村関連のいろいろなイベントがボクにとっての本当の学校だったかも。そこで出会った人は、普通に社会人になっていい仕事に就くっていう路線じゃなくて、最初っから「人間とは何だ？ 幸福とは何だ？」っていう本質的問いかけを追及したままで生きる人たちに見えて、衝撃だったね。ボクもその世界にどっぷりと入ってしまいたくなってねえ。髪の毛はダラーっと腰まで、顔じゅうひげだらけにしてとか……。

田中： ええ。

青木： そこで会った若い男が「前はNOCの社員でした」って昔の社員証見せてくれたんだけど、今はまったくヒッピースタイルなのに、その社員証では黒縁メガネかけたマジメなエンジニアそのものなんだよね。今は草食で瞑想だけしてる仙人のような風貌なのに。「えー！？ こんなに人生変えちゃう人がいるんだ」ってびっくりしたよ。

もうその世界がおもしろくて、自分もそんな風にその世界に飛び込んでみたかったんだけど、やっぱり親がねえ……。母親がすごい苦労してるんですよ。親父が躁うつ病だったので、いろいろと苦労してて。それでボクが“まっとうな”社会人になることだけが生き甲斐みたいな。それなのにオレがわけわかんない変なヒッピーになっちゃったなんてことになったら、母親が嘆くのは目に見えていたし、可哀そうだなあって思ったわけ。「あー、せっかく東大まで行ったのに、変なものに興味持って、変なところに行っちゃった」と“世間様に後ろ指さされそうなこと”は、出来ないなって。そういう世界に飛び込みたい、いやそれはできないって、揺れたわけです（笑）

田中： 笑

青木： そのうち、どうもそのカッコいいと見えていたヒッピーみたいな人たちが、「案外大したことねーな」っていう風にも見えてきちゃった。理想を掲げてるけど、本当に理想に近づいているのかっつーと、自分勝手だったりとか、ただ変なだけだったりとか、社会的に力がなかったりとか。「これはどうなのよ？」って思う感じがあって。もちろん、素敵な人、立派な人、志をしっかりと持っている人とかも沢山いたけどね。

田中： ええ。

青木： この人たちが追い求めている理想は素晴らしいし、いろいろなところから呼んでくる先生たちはすごいと思った。東大の先生の中でも、そういう運動を応援している人もいて。ボクが社会学で卒論書くために入ったゼミの先生が、実はそのH村のビルを借りる時の保証人になってたんだよね。ヒッピーじゃ不動産物件借りられないもんね。あとからそのことを知った時に「やっぱ、おれ、縁があるところに行ってたんだ」って思ったね。ただ、2～3年そこで色々な出会いを重ねてみたけど、そういう中にいけば自然と自分がホーリーな存在になっていくなんて甘いもんじゃないことはわかった。

田中： 昔からそういうものに魅かれる要素はあったんですか？ そのマガジンハウスの記事を読む前までは、そういったものに引っかからなかった？

青木： うーんと……どの辺から引っかかったかなあ。どの辺から……あ、15歳の時に成人式したんですよ。

田中： どんな？

青木： 近所の神社の裏で。自動販売機でタバコとビールを買って、一人で神社の裏に行って「これが、おれの成人式」って、タバコに火をつけてビール飲んで。

田中： ふふふふ。それは自分で決めてたんですか？ 15になったらオレは大人だ……みたいな？

青木： 前から決めてたってわけじゃないけど、なんて言うのかな……。単純に19歳と364日ではビール飲んじゃいけないって、1日経ったら飲んでいいって変だ！ 一体誰が決めたのって。オレはオレがいつ大人になるか自分で決めるぞって。

田中： あー。

青木： ワル仲間とつるんで一緒に煙草や酒を飲むっていうこともできたんだろうけど、それだともう自分はかなり遅れをとってる方だからつまんねーなって思って、オンリーワンでいることが大事だったんだよね。だから一人で……。誰も見てなかったし、今でも自分の記憶の中にしかないけど、「オレは自分で自分の成人式をやった」っていうのは、なんかね、今でもよくやっただって思えるな（笑）

田中： 15歳かあ。それはそう決めてたんですか？

青木：　なんかそういうことしてみたくなくなったんでしょうね。

田中：　中学生ですよ、15歳っていったら。

青木：　中3か、高1になる時の春休みかなんか、その辺の時。で、その頃日記とか書いてて。

田中：　見たい（笑）

青木：　ひどいよ、自己批判ばっかで。「オレはこのままじゃ、ダメだ」「自分の哲学を打ち立てるのだ」とか。

田中：　なんか、すごい大人じゃないですか？

青木：　うーん。なんかね、やっぱり小説とか読み始めてさ……。小学校の時は優等生で、中学生でも優等生的で、生徒会長やったりとかね。そういうのじゃない世界がありそうだなあって思ったときに、小説を通して、世の中には色々な世界があるんだって、目が開き始めた時だったかな。奥手でね。マジメに”真面目じゃなく”なろうとしたんだから可愛いよね、今から思うと（笑）

田中：　ええ。

青木：　優等生の世界って周りの言うなりになってるただのいい子ちゃんじゃねえか、それじゃつまんねえ……と思って。あとね、母親が、「ジーンズ履いちゃダメ」「長髪はダメ」とかマジメ過ぎるのに反発したくなったんだよね。うちの母親って『教育勅語』を額に入れて飾ってたんですよ。別に思想的にどうってことじゃなくて、自分が戦前に受けた教育をマジメに素直にそのまま受け取ってたんですよ。「国を大事にして、親を大事にして。大事なことは全部ここに書いてあるんだよ」っていつも言っていましたね。ほんと真面目ないい母親で、苦労してて。

……その母親の事は大事に思っていたんだけど、中学から高校にかけての時は、もう母親がオレを縛ることに對して、思いっきり反発したくて。「お母ちゃんなんか、死んじまえばいいんだ」ぐらいのことを頭の中では思うみたいな。だから、オレは自由に生きたい！って気持ちが、より一層強く増幅されてたんでしょうね。だからその成人式は「オレは自分の考えで生きていくんだ！」ってシンボルとして自分には意味がありました。

田中：　成人式。

青木：　成人式（笑）そんな感じだった。

田中： その成人式、お母さまとの決別ではないですけど、卒業みたいなものでも。

青木： あー。そうねー。そんなイメージもあったかもしれないねえ。中学を卒業する時に、お世話になった先生に挨拶に行ったの、うちの母親と。その先生が「おまえ、まだ母親っ子だな」みたいなことを、オレに言うわけ。カチンときたけど、その通りだなとも思った。

で、高校に入ってから、しばらくその先生のところに時々通ってね。その先生のところで話するのがおもしろかったんだよねえ。煙草も酒もOKにしてくれたの。だけど煙草の消し方も知らずに、吸いさしをそのまま灰皿に置いといたら、「バカヤロウ！ 煙草は吸い終わったら、こーやって消すんだ！」って叱られてね。「あ、もみ消すもんなんだー」って、初めて知ったみたいな（笑）

田中： あはははは。

青木： その先生が「おまえは母親の言うなりなんだろう」みたいなこと言うと、「そんなことねーよ。母親が可愛そうだから、悲しませないようにしてるだけだ」みたいに心の中で反発しながらも、確かに自分は母親を頼りにしてるなあって、ドキッとしたことも事実。

田中： なんかその先生が、お父さま役もされてた感じも、しますね。

青木： ま、ある意味ね。そういう面は、あったと思いますね。うちの親父が親父っぽくなかったからね。ずっと入院してたりとか。

田中： 私もどっちかっていうと、“中二病”だったんですよ。周りとはすぐわかない、馴染めない自分がいたような気がして。まあ、未だにある感じなんですけど。

青木： はははは。

田中： そういったのって、あったんですか？

青木： 中二“病”って言い方するから悪いみたいだけど、そういうのって生命力じゃん。「自分を活かしたい」「自分をすごいと思いたい」っていう。でもその頃は“自分”ってベクトルがすごく強くて、自分に対するこうでいたいっていう欲求もすごくあるので、逆にそうなれていない部分を大きく感じちゃって、日記には「こんなんじゃ、ダメだ」みたいなことをいっぱい書いてたんでしょね。

……あのお、このインタビューこういう話ですと行っちゃっていいの？ なんか違う気がするけ

ど (笑)

田中： あ、いいえ。

..... つづく ^^

◆人生で初めて認めてもらったという体験

青木： 大学入ってからもずっとH村通いが続いてて、見かけの新奇さとおもしろさに惹かれて通ったけど、「やっぱりこの人達も、そんなに悟ってるわけじゃないし」って思ってた時に、あるセミナーを友人に紹介されて参加してみたんですよ。それが今のボクの仕事につながる一番最初のものだったし、土台をつくってくれましたね。

それは『今日は素晴らしい！』っていう名前のセミナーだったんですけど、当時その種のセミナーが増え始めた時でね。部屋に人が集まって、ある種のコミュニケーションワークをするわけ。「私はこのルールに同意して参加します」と同意を取り付けて、「ファシリテーターに従ってやります」と言わせるので、結構人前でリスクを取るような言動、例えば人に対して正直に思ったことを言うとか、自分が秘密にしてきたことを話すとかやったんですよ。もうドキドキワクワク、緊張の極致だったり、その後とてつもない解放感を味わったりと、面白かったよねえ。入口のベーシックっていうやつは、最初は静かに始まるんだけど、段々過激になるのよね。で、このセミナーをやったことが自分の一生を決めたと思いますね。

ベーシックっていうのが、水木金の夜3時間と土日まるまる2日間。最終日一番最後のところで誘導瞑想があって、目を閉じてファシリテーターのナレーションに従って、いろいろイメージしてみるのをやったの。最後に「自分を抱きしめなさい」ってインストラクションがあったんだけど、自分が自分を抱かなかったんだよねえ。なんか、自分を可愛がれないというか、なんとなくまだ自分は違うみたいなの。

田中： ええ。

青木： セミナーはすごくおもしろかったし、全部よかったんだけど。最後、自分を抱けない感じがなんとなく変だなみたいな感じがして。その次の4日間の泊まり込みのアドバンスセミナーにも行って。

そこで、至高体験、その当時読んでいた本の言葉で言えば『ピーク・エクスペリエンス』があったね。終わった時にさ、その当時、まだ百万円というお金すら見たことがなかったのに、「こういう体験をするためなら1000万円払う価値がある！」って人に言ってたよ。すごくよかった。どう良かったか話すとしたら何時間もかかっちゃうな（笑）

で、そういうセミナーを進行するトレーナー（ファシリテーター）やりたいなという憧れを持つようになってね。その時にトレーナーやってた人が、そのセミナー会社の社長でIさんって人なんだけど。憧れて、その後インターンみたいな感じで、大学3年の終わりと4年のほとんどはもうそこにずっと入りびたりで、アシスタントしてた。卒業したら、京都大学の心理学の河合隼

雄（かわいはやお）さんとこの大学院行こうか、どうしようかな……なんて思ってた時に、Iさんが「うち来るか？」って言うてくれて、「はい、いきます！」って即返事した！

田中： 笑

青木： それだけで成立。採用通知は1秒だったけど、要するに最初の5日間とその後4日間のセミナー、その後のプログラムとかでずっと見てもらってて。それで来いよって言うてくれたもんだから、なんか、人生で初めて……認めてもらった……（涙）

田中： いいですね。

青木： うん。

田中： そうしてみると、結構一本道で来てる感じですね。

青木： 結果的にね……。 「ここで青木は目を潤ませて5分間黙っていた」って書いていてください（笑）

田中： わかりました（笑）

青木： ・……（涙）

田中： それは、なんの涙ですか？

青木： うーん…… 「声の出せない状態が10分間続きました」って書く？

田中： 笑

青木： 実際は1分25秒でした（笑）……なんて言うのかな、あの時Iさんが……

田中： なんか、今、私、浮かんだのが。

青木： うん。

田中： セミナーに行かれて、一番最後に「自分を抱きしめることが出来なかった」っておっしゃったじゃないですか。その時、抱きしめてもらったのかなって。

青木： ははは。そう解釈すると美談になるけど（笑）自分が自分を抱きしめることが大事だったんだよね。それは4日間の泊まり込みセミナーの中で体験できてたの。だからこの時に認めてもらったっていう意味は、社会的にとか、父親的になって意味かなと思えるね。

親父は全然親父らしくなくて、親父にはずっと悪感情しかなかったんですよ。実の父親なのに。さっきの中学の先生も、おもしろい先生なんだけど、なんつーかな、もちろんオレのことを認めてくれてるから自宅に呼んでくれたりしたんだらうけど。直接何かを認めてくれるというよりは、「おまえ、もうちょっと母ちゃんから離れた方がいいだろう」とか、教育的な「もっと、こうしたほうがいい」みたいなことを色々言われちゃって、上目目線のプレッシャーを感じてたし。

うーん。だからね……。「うちに来るか？」って一言でね……。いやあ、この話は何回もしてるんです。何回もしてるんだけど、今日は、特別ちょっと……ぐっときちゃった（涙） ……ちょっと休憩。

田中： ……とても大きな出来事だったんだなって思います。

青木： でも結局ね、その後1社長のところからは出ちゃった。11年勤めて。なんかちょっと関係がギクシャクしちゃって、最初の頃のヒーローに対する憧れの気持ちとは別の感情を持つようになってしまったんだよね。

今までこの最初の就職とそこを辞めた話は、少し醒めた気持ちでいつもしてたから「まあ、恩はあるんだけどね」ぐらいの感じで、特に感情的になることはなかったんですよ。でも、今わかった気がする……あの時……初めて認めてもらったんだなって……。学校でいい成績出せば、親が喜ぶとか、友達がすごいねって言うとか。オール5を取れば、英語できれば、入学試験合格すれば、すごいねと言われる。でも、そういうのと全然違う意味合いでね。

田中： 違いますね。

青木： もう本当にまったく違うレベルで、認めてもらったね。いつもそばにおいてくれて、秘書のようだったり、弟子のようだったりという感じで、ずっといろんなことを見せてもらった。そういう立場は、肩書をもらうわけじゃなく暗黙の了解なんだよね。周りの人も無言のうちに認めてて。小さい会社だからそういうことが許された。青木は一番弟子だなって感じで。誰もそういう言葉は使わないけれども、たぶんそう思っててくれたんじゃないかな。

田中： うん。

青木： 例えば、冷たくされても、これには意味があるんだらうなって思うぐらい、その人が言

うことは、全部真に受けよう、信用しようって思ってたし。その人の人を観る能力とか、人に反応する能力とか。4日間の泊まり込みセミナーの中でやることは、やっぱりすごいんですね。自分もすごい体験をしたし。そこまで人の良いところを引き出せるところが.....本当に素晴らしいって思ったんですよ。だからその会社に「うち来るか」「はい、いきます」で就職出来た時は「オレ、ほんとすごいシアワセだあ」って思ったよねえ！

田中： うん。

青木： 人生で最高の居場所にいると思えた。あこがれの社長の会社で、その下について「おまえも、同じことが出来るようになれ」という弟子路線にすぐ入れちゃって、なんて幸せなんだろうって。訓練として面白かったのは、セミナー中に「Iさんが参加者と丁々発止でやりとりをするのを、英語で言うわけ。で、それをボクが通訳する形にしたんだよね。

田中： へえ。

青木： それをすることによって、社長が英語で言ったことをボクが的確に文脈に合わせて日本語で言えるかどうかを、社長は見る事ができるし、通訳するのを待つ間に社長も次しゃべる事を落ち着いて考えられるし、いろいろメリットがあったと思うんだよね。社長が次に何を言うかが、だんだんわかってくるし、時には一心同体ぐらいの感じで、言ったらすぐ同時通訳位のスピードでものが言える時があったし。

田中： うん。

青木： そういう意味で自分の能力に可能性を感じる事ができたし、「おれ、才能あるかも」って思えたよ。だけど、だけど、その次に壁があったんですね。それがなかなか越えられなくてね。壁って何かというと、「Iさんは人に対して指示命令口調を使える人だったんですよ。ボクからみたら、人を変えようとしていいという許しを自分に与えているように見えた。けどね、ボクはそこが違ったんですね。他人を変えようとする資格が自分にあるように思えない。

田中： うーん。

青木： ボクは、ボクが人を変えていいのかな、みたいな感じになってしまう。「Iさんが本当はどう思っていたかはわからないけど、とにかく自分もIさんのように人に対して断言できるようにならなきゃいけないって思った。けど、出来ない。その部分だけが、ずーっとコンプレックスとして残っちゃってねえ。他のことは全部Iさんと、ほぼ近いくらいに出来たりするんだけど、最後肝心な×（しめ）みたいなところが出来ないような気がして。

そのまま3年、4年と過ぎていき、その4年目ぐらいの時だったかなあ。やっとIさんがやっているプログラムを、Iさん抜きでやれるようにはなったんだけど、結局最後、Iさんみたいにはスパッと……。

田中： 切り込めない？

青木： 切り込めない？ うーん……切り込みは出来るの。なんていうのかな、オレは結局その人から何か出てくるものを待ちたいんだけど、Iさんは「おまえ、右」とか言っちゃうみたいなの。

田中： あー。移動させちゃえるんですね。

青木： うーん。移動させるように見えた。傍からはね。オレはそれを、よう言い切らなかったというか。だから、言い切らないから、変に先生口調になっちゃったり、なんかまどろっこしい感じになったりとか。「Iさんがやっていると、違うんだよなー」みたいな思いがそこにありましたね。そういう不全感を慢性的に抱えつつも、セミナー自体は上手くいくことが結構ありましたけどね。

ただ、相手を変えちゃってもいいというか、変えようとしてもいいというか、その許しを自分に出せない状態がずーっと続きましたね。

田中： うん。

青木： そして何年か勤めてくるとね、Iさんに対する見方が変わってきてしまったんですね。別の面が見えてきてしまったというか。「セミナーの参加者をもっと増やさないと資金繰りが厳しい」ってイライラした困った顔で言うみたいな経営者としての顔ですね。経営者だったらそんなの当たり前ですけど、こっちはIさんのことを経営者としてじゃなくて、ホーリーな師のように見たいと思ってましたからねえ。セミナーのプログラムがあんなにいいんだから、そのよさを自然に活かすようにすればいいのに、何だか無理してるなあって見えるようになってしまったんですね。

今から思えば、とても良心的だったと思うし、Iさんは経営の苦労をある意味一人で背負っている感じで、よく頑張ってたんだなあと思いますね。ただ、その当時はそう思えず、段々反発を感じるようになってしまいました。多分Iさんはボクの変化に気づいて、とてもやりづらかったでしょうね。いずれにしろ、Iさんのようになりたい、でもなれないというジレンマは深まっていきました。

Iさんはプログラムの中では、人のいいところを発掘する本当に素晴らしい能力を発揮してて、

自分でもそれがわかって、自分がやってることの純粋な良さを活かすために、財団法人にして利潤追求じゃないレベルでそのセミナーをやりたいと考えていたこともあったんですね。財政基盤が安定すれば無理に人を集めようとしなくても済むようになるからって、そういう努力もしてたことは確か。

でも財団法人格なんて簡単には取れないですよ、もちろん。で、社員雇っちゃって給料は毎月払わなきゃいけない。給料遅配は一度もなかったけど、資金繰りはけっこう大変で苦労してましたね。その社長の苦労にほだされて、社員が頑張るところもあったけど……。そこで数字を追いかけて無理に頑張るよりは、セミナーの中で人間は素晴らしいってことを発掘する技術を磨くって方に専念すれば、数字は後からついてくる、と考えたかったんだけどねえ。まあ自分が甘ちゃんだっただけかもしれないです。そうこうしてる間に、あれだけ憧れて師匠みたいに思ってた人が翳って見えちゃった。

田中： うん。

青木： それで、ちょっと反発するようになったりして。前は崇拜とまではいなくても、何言っても受け入れるような感じだったのに、事あるごとに反発する顔を見せるようになったから、社長もボクのこと扱いづらくなったと思ったでしょうね。

それでも辞めるときは、喧嘩別れじゃなくて、ボクが起こした会社をグループ会社の一つとして位置づけてくれて、仕事を一部手伝いながら自分のやりたいことがやれるようにしてくれて、ものすごく有難かったです！ やっぱりいい社長だったなあ（笑）

田中： ええ。

青木： 結局自分がNLPを勉強できたのも、そこの社員でいる間に社費でやらせてもらったことだし、長い期間海外に勉強やセミナー体験に行かせてくれたこともありましたからねえ。入社して3年くらいで、Iさんみたいに出来ないって悩んでいる時に、「どうしたんだ？」って聞いてくれたんですよ。

で、「前は人がセミナーで感動するのを見たら、良かったって思えたのに、最近は感じなくなっちゃったんです」って言ったら、すごく焦ったみたいでね。こいつにプレッシャーだけを与えちゃいけないなって思ったのか知らないけれど、「どうやったら、出来るようになると思う？」って聞いてくれたので、ダメ元で「インドの瞑想の先生のところに行けば……」と言ったんです。その頃Iさんがインドの瞑想の先生呼んで、会社のプログラムとしてもやってたので「グルのところで、しばらく修行したら出来るような気がします」って言ったら、ほんとに3週間行かせてくれたんですよ！

田中： うん。

青木： しかも有給で行かせてくれたんですよ！ほんと有難かったし。で、インドのグルに「あなたが最初に光をもらったのは、1さんだということを、忘れちゃいけないよ」って言われて。今考えてみると、その言葉の意味はさらに拡がっていきますね。

田中： うん。

青木： その時は、恩を忘れるなんてあるわけないって思ってた。でも、会社を辞めようかどうかどうしようかって頃には、その言葉に反発する気持ちすら湧き始めていたんだよね。

今日、さっきね、こみあげてくるものを抑えて黙っちゃう時間がしばらく続いたでしょ。その時こう思ったんです。あの時グルが言った、「この人に最初に光をもらったってことを忘れちゃいけないよ」って……「うち来るか？」の一言で貰ったあの大きな「自分は認められた」っていう感覚のことだったのかもって。オレはこれからこの世界でやって行けそうだと思ったのは……東大に受かったからでもないし、テストでいい点取ったからでもないし。あの時、このすごい人がオレをかけてくれたっていう……（涙）今日はここにくると、ぐっときちゃう……インタビューにならないね（泣笑）

田中： いえ。全然。ほんと大きな出来事だったんだなあって。結構、成果でしか認められないことって多い気がするんですけど、ほんとの肯定っていうものって、そうじゃない。

青木： あ、そうそう。だからね、その人1回もオレのことをね、おまえのここがいいんだよって直接誉めてくれたことがないの。言わないの。言わないんだけど、学生時代に初めてアシスタントやらせてもらって、終わった後のミーティングで改善点みたいなことをみんなで話した時に、ボクが言ったこと全部その通りにしてくれたの。そういう時に思い切り認められた感がありましたね。

田中： へえ。

青木：ほんと、それで自信持てましたよね。オレが思うことは1さんと同じレベルかもって。

田中：ほんとに、言葉ではない、行動で認めて、示してくれたんですね。

青木： ……。

田中：ほんとに、一番最初の光だったんですね。

青木：（沈黙） 今日の『SFフォーラム』の中で、ある人が「私は悩んだ時に全部紙に書き出してみる」って言ってましたよね。そうすると気持ちの整理がついて、先が見えてくるって。ボクにとっては、今日この話をこんな風にさせてもらっていることが、同じ効果があるなあって思いますよ。いや、ほんとにさっきも言ったけど、このIさんとの話は何回もしてるんですよ、いろんなところで。で、ちょっとぐらいグッとすることはあっても、ここまで黙んなきゃいけないくらい、グツときたことは今までなかった。初めて.....ありがたい機会をいただきました（泣笑）

田中： いえ、そんな。不思議なんですけどねえ。巡りあわせって、やっぱりあるみたいで。私高校の時に『夜と霧』を読んで。

青木： あー、フランクル。

田中： すごいバランス崩したんです。あの本、NLPでリフレーミングの例で上げられたり、希望を持つことの大切さ、みたいなもので捉えられてるんですけど、私は人間の残虐さであったり、そういった方にフォーカスしてしまっ。

青木： あー。

田中： そこの世界と、ぬくぬくしてる高校と、そこら辺のギャップにやられてしまっ、すごい精神のバランスを崩したんです。

青木： うーん。

田中： だから、当時はわかんなかったんですけど、離人症のような、夢遊病のような、リアリティがない感じで。自分がしゃべってるのに、これほんとに私がしゃべってるのかなって。変な話、お風呂に入ろうと思って服脱いだ時、はっ！ て思うんです。これ夢の中じゃないかなって。ひょっとしたら、道端で服脱いじゃってるんじゃないか？ って、怖くなるんです。

青木： へえ。

田中： そんなのがずっと続いてもう限界だっとなった時に、父親にSOSを出したんです、不思議なんですけど。母と祖母は嫁姑が烈しくて、おばあちゃん子の私は母に憎まれていて、母には相談できない。祖母は私をすごくかわいがってくれてるけど、一緒に溺れてしまう.....で、結局消去法で、父親だったんです。その時は本能的に選んだんだと思うんですけど。

青木： ふうん。

田中： 高校生だから、あんまり父親と接点なかったんですけど、父親に「私、今ほんとにヤバい感じ」って。状態をいろいろ説明したけど、きっと父親は理解出来てなかったと思うんです。

青木： うん。

田中： だけどその時言ってくれたのが「わかった」って。「私がもし、おかしいことしてたら病院に連れてって」って言ってたんです。父はわかってなかったと思うけど、「わかった」って承諾してくれて。その後に「おまえはオレの娘だから、何があっても心配するな」って。だからきっと「病院に入っちゃったとしても、いいぞ」みたいなものをくれたんです。

青木： へえ。

田中： その時はわかんないんですけど。でもねえ、今振り返ると、あの高校の時の父のひとことがターニングポイントで。その時に処理できない自分のブラックボックス的なものを、とりあえず箱に納めることが出来たんですよ。

青木： へええ。おもしろいね（笑）

田中： 大きすぎてその時の私には処理しきれなかった。だから、今扱うべきではないみたいな感じ。だから、あの時父親が「わかった」って言ってくれなかったとしたら、逝っちゃったと思うんですね。

青木： ふうん。

田中： それまで父親とろくすっぽ話もしない感じだったんですけど。だから、人生でというか、人って出会いがあって、役割があるって聞いたことがあるんですけど。

青木： うん。

田中： 父はきっと、私にそのひとことを言うために、存在してたのかなって（笑）

・・・・・・・・ つづく ^^

◆父からもらった今際の言葉

青木： ふーん。ボクも親父とはね、この一言を聞くために親子だったのかなってことがあってさ。さっき言ったように悪感情をずっと持ってて。母親が親父に対して文句ばかり言うのをずっと聞いてたじゃない。「母親とオレ連合軍」v s「親父ひとり」だったんですよ。

田中： うん。

青木： だから親父とは気持ちが通うって体験をしたことがなかった。そのまま死なれちゃうと、なんとなく嫌だなんていう気持ちがあった。82歳になってかなり弱って来ちゃてる時に、一度でいいからまともに話したって体験をしたいって思ったんだよね。そのことを友人に話したら「名前の由来とか聞けば？」って。で「お父ちゃん、オレの名前、どうやってつけたの？」って聞いたら、「そんなの、わかりやしねえ」って（笑）

田中： うん。

青木： じゃ、名前の由来はいいやって。次に、「お父ちゃんのお父ちゃんは、どんな人だったの？」って聞いたら、「あーに、なっとぼしてばかりよお」って言うわけ。『なっとぼす』っていうのは、怒鳴り飛ばすとかそういう意味ね。親父は発達障害系の感じなので、自分の代わりにグッと入り込んじゃうから、周りの人とは協調出来なかったわけ。工具を使ってモノを作るようなことは、他の人がマネできないくらいにきれいに丁寧な仕事するんだよね。だけど、「お昼一緒に食べよ」ってみんなで食卓囲む時に、来れない。自分のやりかけの事を終わるまでやらないと気が済まないから。

田中： うん。

青木： 悪気はないんだろうけど、人とは合わせられない人。百姓だったから、仕事っていうと天気が変わったらそれに合わせて動くとか、共同作業は一斉にやる必要があったりするじゃないですか。それができない。職人だったら良かったんだけど、百姓には全然向いてない性格だったから、父親がたぶん叱りっぱなしだったんだろうね。おじいさんはすごく働き者で、村でも有名な人だったから、ギャップが激しすぎて、親子でもわけがわかんなかったんじゃないかな。

だからさ、親父がオレのことを1回も褒めずに、「留学試験受かっただど？ アメリカなんか行く必要ありやしねえ。なんで英語なんかやるんだ」、「東大受かっただど？ フン！ そんなとこ受かったって何もなりやしねえ」ってけなすわけ。要するに意味わからずに、ただダメって言うだけみたいな。もう、「こんなやつ、どうでもいいや！」って、オレはそういう気持ちになっちゃったんだけど。

田中： うん。

青木： でも、最後にそのおじいさんの話聞いた時に、親父はもしかすると、父親というのは叱るもんだと思って、自分も一生懸命父親らしくしようって思ってたのかなって思ったら、ちょっとかわいらしく思えちゃってね。

田中： あー。

青木： そう思ったら、許すまではいかないかもしれないけど、そういうことだったんだなって思えたんだよね。オレのことを褒めてくれなかったのはまあいいや。だけど、オレがどういうことしてるって、全然知らないんだらうなっていうのが淋しい気がしてね。仕事の話もしたことないし、わからないと思ってた。オレの本が出版されたって言っても、もちろん読みやしなないし、見もしないし。だからね、「オレがどんな仕事してるか、知ってる？」って聞いてみたの。そしたら、その質問に直接答えたわけじゃないんだけど。「人はな、みんな違うから。腹あ立てちゃあダメだ」って、言ったんですよ。

田中： わ。

青木： すげーこと、言うなって。

田中： ん……。

青木： ……………（涙をぬぐう）

田中： お父さまなりの、言葉ですね（涙）

青木： なんか……………今、ボクたちのことを傍から見たら「あの人たちは何か悲しい話をしてるんだろう」って思われてるね、きっと（泣笑）

田中： ふふ（笑）

青木：ほんとにね、なんていうか、「しびれた」っつーか。親父っていう個人がどうっていうよりも、人間ってすごいなって。もう最後の最後に、ボクが聞く必要がある事を凝縮して言ってくれたみたい。それまで親子の会話もなきゃ、なんもない感じだったのに。すごいなって。

親父は介護施設に入ってただけど、その翌日、具合はさらに悪化して、「お父さん、あまり調

子よくないようです」って連絡が来て、行ってみたんですよ。

田中： ええ。

青木： そしたら怒ってるんですよ。「オラあな、墓ん中あ行ってみたんだあ！」って。幻覚妄想みたいな類いのものだったかもしれないけど。「真っ暗でな。呼んでも誰も来やしねえんだ」って。でもそれは幻覚じゃなくて、「幽体離脱して、本当にお墓の中に行ったのかもしれない」って思わせる迫力があってね……。

田中： うん。

青木：ほんとに真っ暗って感じとか、怒ってる様子が真に迫ってて。ただ、ボクにその怒りをぶつけられてもヤダなって思って、何か話の矛先変えてみたいって思ったんです。でも、親父のテンションが高いから、ちょっとやそっと目先を変えるだけのような言葉じゃダメだとわかりました。

だから、こう聞いてみたんです。「お父ちゃん、死ぬの怖いの？」って。そしたらね。そしたらその質問に対して、なんか反射的に「はっ」としたみたいな感じで、それまで怖い顔してたのが、ふっと人を小馬鹿にする時のような鼻息を漏らしてニヤッと笑ったんですよ。で、「怖かねえや」って言ったの！その「怖かねえや」っていうのは、本当にそう思ったんだなって伝わってきたんだよね。

田中： うん。ほんとのお父さまって感じ。

青木： え？

田中： 怖かねえやって言われた時、「ほんとの」って言い方はおかしいかもしれないけど。その、正気に戻ったというか。

青木： うん、そうかも！ その時までさ、ずっと親父は弱い人間だっていうふうにしか見てなかったじゃない。病気になっちゃったし、日常の色々なことが出来ないし、母親にもいつもガーガー言われててね。近所でトラブルがあった時に、親父が色々怒鳴られて帰ってきて、そのまま畳の上でうずくまって涙こぼして泣いてたなんていう親父の情けない姿ばかり母親から聞かされてたし、自分でもそういう姿ばかり見てたから、こいつは弱い人間だっけぐらいにしか思ってたんだよね。

田中： うん。

青木： その「怖かねえや」って言葉はね、今日明日死ぬかもしれない状態の中で、強がりでも無理に言ってる感じはしなくてね。ほんとに「あ、怖いと思ってない自分がある」というのに気がついて、力が抜けたみたいところで思わずポロっと出てきたように見えたんだよね。すごいなって思ってゾクッとしたね。

田中： へえ！

青木： でさ、それまでボクが帰る時にいつも、「じゃ、お父ちゃん、頑張ってるな」「ああ」ってやりとりをしてたのね。で、その日は「頑張ってる」って言ったら、またちょっと鼻で笑って「もう頑張んなあやめた」って言ったんですよ。で、その夜、本当に死んじゃった！すごい……。

田中： すごいですね。

青木： なんて言うかなあ……。もし親父と普通に仲良かったらね、最期の2日間だけ特別に何かそんな話をしようとも思わなかったかもしれないし、たぶん大丈夫だよって感じで普通に親父を慰めてたかもしれないと思うんだ。だけど、ずっとちっちゃい頃から関係が良くなかったがゆえに、せめて最期だけは親父とまともな話をしたいって気持ちがすごく高まったんだと思う。

で、結果として、『人は皆違うから、腹を立ててはいけないよ』って何よりも貴重な遺言をもらえた。そういう際立つ言葉をもらえるような会話をするために、ずっと仲が悪かったのかなとも考えられる（笑）

田中： あー。

青木： そう思えるとね、なんも悪いことなかったのかなって。ずっと仲が悪かったこともすべてが……みたいな。

田中： うん。

青木： 親父のこういう話は時々人にする機会があるんだけど、なんて言うのかな、やっぱり親父が死んでから後の方が、親父がいた意味が、自分にとって出てきてるといえるか。なんか、そういう感じなんですよ。

田中： そのタイミングだからこそ、響いたんですね。

青木： うん。いや、ほんと……。

田中： 素晴らしい体験されてますね。

青木： いやあ、ほんと。なんかね、うん。ハタラクヒトペディアの記事としては、どうなのかわかんないけど（笑）

田中： 全然です。

青木： うん。

田中： さっき、人間ってすごっておっしゃったけど。それを、目の当たりにされた体験だったんじゃないかなって。

青木： うん。

田中： お父さまということだけでなく、人間として見た時の.....。

..... つづく ^^

◆姉の死に際して、グルからもらったメッセージ

青木： はい、そうですね。あとね、もうひとつ自分にとっては意味のある体験があって。それは姉のことなんですけど。

田中： はい。

青木： 9歳上に姉がいたんですよ。腹違いで、母親が違う人だったんだけど、姉の母が結核で亡くなって、そこにうちの母親が後妻で入って、オレが生まれて。そういうことで、母親も結構苦勞したんだよね。要するに、先妻の子は可愛がらないで、自分の子だけ可愛がるみたいに思われちゃいけないから、わざと逆にするみたいだね。

田中： うん。

青木： その姉が自殺しちゃったんだよね。オレが30ちょい前だったと思うんだけど。ちょうどその時にインドのグルのところに行かせてもらってる時だったの。Iさんの会社に勤めている間に3回ぐらい行かしてもらったかな。1回目2回目は社長から行って来いって気持ちよく行かせてもらえたの。でも3回目の時はね、オレが社長よりもグルの方を大切にしているように見えちゃったらしくて、社長から行くなって言われちゃったんだよね。社長が素晴らしい師と仰ぎみているグルを尊敬することは、社長も喜んでくれるはずだって思ってたんけど、なんだかそれが気に入らなくなっちゃったみたいだね。

ある時、社長と彼の親父さんと一緒にゴルフしようって入れてた日程と、グルの弟子が来日して開催する瞑想プログラムが重なってしまったことがあったの。で、ボクはゴルフじゃなく瞑想のプログラムに行きたいって言ったんですよ。社長が大事にしている先生のことを優先するんだから、社長は喜んでくれると思ったら、すごく機嫌悪くしてね。で、3回目のインド行きに反対されてる時、グルの方からIさんに「今度日本人のグループがくるから、青木を通訳で来させなさい」みたいな要請が来てさ。

田中： ええ。

青木： そのグルからの要請のおかげで、またアシュラムに行くことが出来たのね。そしたら、行ってる間に姉が自殺しちゃったわけ。電報か、その当時テレックスだったか、あんまり通信もよくない時にそういう連絡が来て。すぐには帰れないので予定通り滞在して帰って、ボクは葬式とかも出れなかったんだよね。

(※アシュラムは精神的な修行を行う場のこと)

その前段階の話になるけど、姉も親父と似た躁うつ病を発症しちゃって、躁の時はひどく攻撃的な感じになったの。ボクに対しても一番ボクが言われたくないところの、一番急所をグサッとえぐるようなことを言われた時があって、「あー、姉ちゃんもこうなっちゃったあ」ってショックを受けた。

で、その後反動ですごい鬱の時が来るんだよね。ボクがその3回目のインド行き直前に、姉がその鬱状態に入ってしまったね。慰めたいなって思ったけど、下手に慰めてまたガーって攻撃されたらやだなってという恐れの気持ちもあって、当たらず障らず的な距離感になっちゃって、そのままインドに行ったの。で、その間に逝かれちゃったから。あの時、オレがもうちょっと話を聞いてやればよかったって思わなきゃいけないのかなー、みたいな気持ちがあったのね。

田中： うん。

青木： そしたらアシュラムから帰る最後の日に、プライベートダルシャンしてもらえたんだよね。普通は『ダルシャン』というグルとの面会は、行列に並んで、グルの前に来たらお辞儀をするだけですぐ下がるような儀礼的なルーティーンものなんだよね。だからプライベートで話せる機会ってほとんどないわけですよ。だけど、その時はグルが呼んでくれて、アシュラムの中の静かな場所ですぐ近くに座らせてもらって面会したんですよ。

まず、「お姉さん、逝っちゃったんだって？」って言うてくれて、そうなんですって言ったら、その次の瞬間、こういうジェスチャーをしたのね（指で頭を指して、諦め表情を浮かべる）。で、それはどういう意味かなんて説明しないの……。

だけど、その時ボクが“受け取った”のは、いろいろ混乱して『自分のことを放棄しちゃった人』は、他の人には助けられないのよってこと。だから、姉のことはオレのせいだって思わなくていいんだって思えた。

それ以来、そういう自死を選ぶ人に対して、周りの人の責任はどう考えればいかってことに関しては、それを頼りにしてますね。つまり、生きている間にいろいろ出来ることをして助けようとするのは大事だけど、本人が生を選ばず死を選ぶ結果になった後では、周りの人が責任を感じたり後悔することはない、私のせいって思う必要はないって。その時に、そういう強いメッセージをもらったんだと思ってます。説明はなかったの、本当にそういうメッセージだったのかは未だにわからないけど、ボクとしてはそう受け取ったわけ。

ただ、その時にすごく有難い配慮をしてくれたなあって思ったのは、インドの冠婚葬祭を執り行うようなお坊さんにちゃんとお祈りしてもらったココナッツをくれたんですよ。「普通は自死を選ぶと魂がいいところに行けないけど、お姉さんの魂を守ってあげるための儀式を教える

から、その通りにしなさい」って。

その儀式っていうのは、ココナッツを持って帰って姉の家の周りを、マントラを唱えながら3回周って、周り終わったら、思いっきり堅いところに叩きつけてそれを割って、かけらを集めて、自死の場所（湖）に持って行って沈めるっていうもの。それを聞いた瞬間、ちょっと重いなあって思っているボクの気持ちを見透かしたかのように、「でもそれはあなたが自分で行っちゃダメよ。あなたが信頼できる友達にお願いしなさい」って言われて、ホッとしましたね。

結局、グルのジェスチャーからそういう教訓を自分で読みとって、葬式にも出れなかったけど、その儀式のおかげで、自分なりの供養をしてあげられたって思えて、ネガティブな気持ちを引きずらずに、完了に出来た。だからその後、姉のこと思い出すたびに、姉が笑ってる顔を思い出せたんですよね。すごく助けられました。

田中： それは、よかったです。

青木： その時に感じたのは、インドに行きづらい状況の中で、グルが「青木を来させなさい」と言ってくれて、結局行けたわけでしょ。で、行ってる間にそういうことがあった。だから「ああ、そういう風になることを知ってて、ボクを助けてくれたんだなあ」って思えた。これがお慈悲ってものかなあみたいな。

うまく言えないんだけど、起こることは偶然じゃなくて、すべて神様の意図が働いている必然なのかなって……。その時にちょっと不思議な感覚があってね。色々な天体、特に地球、それが動いてる、自転公転しているゴーーーーって低い音が聞こえるような気がしたんだよね。五感じゃない感覚で。

田中： あー。

青木： なんて言ったらいいのかわかんない。うーん。偶然じゃないんだなみたいな。

田中： 地球とか動いてるのって、すごく精密で、ぶれがないというか、正確だと思うんです。だから、起こるべきことは起こるべくして起きたみたいな、感じがします。

青木： うん。でもそこからまたボクの旅は、思った通りじゃない方向に行くんですよね（笑）

そういう体験があって、神秘的な事に対する憧れを単純に極大化して考えちゃうと、毎日瞑想すれば世界は平和になる的な方に行っちゃうじゃないですか。

田中： ええ。

青木： そういう風に行きたかったのね。憧れてる方向に突っ走りたかった。アシュラムに行
って、突然グルから、「おまえはここで5年修行しなさい」とか言ってくんねえかなって（笑）
そしたらオレゼーんぶ捨てて、ここで毎日瞑想するのになあって期待が膨らんだけど、そんなこ
とはもちろんなかった。

それってある意味、逃げじゃないですか。逃げって言うか甘え……？ だから確実にいろんな人
生体験をしなきゃいけないところに戻ってくるのよねえ。

ホーリー（holy）な……というか、スピリチュアルな形を取りさえすれば、悟りの世界に行けちゃ
うかなあっていう“特別なこと”に対する期待をずっと心の中に持ち続けてね、それを諦めるまでに
一体何年かかったんだろう（笑）結局今はね、毎日のことをちゃんとやるとか、今やってる仕事
をちゃんとやるとか、そういう中にホーリーなことがあるってことなんだろうなって思っ
てますね。

田中： うん。

..... つづく ^^

◆本当に大事なものは手放せないから、手放せるものは手放しちゃう

青木： 話は変わるけど、人からの助言からじゃなくて、自分の中に答を見つけたって体験談をしたくなりました。とってお世話になった！社長のところを辞めるっていう時は、あんなにお世話になったのに、恩返しをしないまま辞めていいのか、そこから逃げることは修行にならないんじゃないか。でもこのままではいい仕事ができないし、自分も社長も苦しいって、すごく迷いが深まったんです。

田中： うん。

青木： その頃アメリカでNLPを勉強して、持ち返って会社で新しいプログラムつくるという任務を帯びてカリフォルニアに行かせてもらったんですよ。その3回目くらいの時に、もうこの会社は辞めたいって気持ちと、それはダメだ、単なるわがままだって想いが同時に強くなって、その葛藤が『チック』という形で出て、瞼がピクピク動いてしまうようになったんです。

田中： 痙攣みたいなのですね。

青木： そうそう。カリフォルニアのサンタクルーズの海岸を運転しながら「オレ、ほんとはどうしたらいいんだろう。このまま続けてっても変なプレッシャーの中で自分が潰れてっちゃうような気がする」とか「最初に思ってたのと違う仕事をしてる」というのと、「お世話になったのに、恩返しを十分しないまま辞めちゃう自分は、後でいっぱい後悔するんじゃないか」と両方の気持ちが渦巻いた。やめるやめないっていう正反対の気持ちが働くから、ピクピクしちゃうんだなってわかった。

田中： うん。

青木： で、その時、瞑想の中で答えをもらおうって閃いたんだよね。サンタクルーズの海岸走って、ダイブンポートって辺りにとてもきれいな海岸があったんで、車を止めて、ここで瞑想したら答えが得られるんじゃないかなって思えた。大きな岩の裏に行ってさ.....15歳の成人式の時と何か似てるね（笑）そこで瞑想の姿勢で座って目を閉じたわけ。

田中： うん。

青木： そしたら、すぐ。2～3秒ぐらい！ すごい短い時間で答えが湧いてきたの。自分のやりたい仕事をやるってセンテンスが心に浮かんだの。そしたら、その瞬間にチックがピタッと止まったの！

田中： へええ。そう。

青木： あーそういうことかぁと思えた。座る前は、1時間座ったらいいいのか、2時間座ったらいいいのかって思ってたのに、3秒で済んじゃった（笑）

田中： ふふふ。

青木： これが答えだなって思えたから、自分の気持ちがすぐ決まった。自分を認めてくれて、最初に光をくれたのはI社長だっていう話があって、それだけお世話になった人なんだから、もう一生仕えなければいけないのでは、というような気持ちもあったけど……。色々なことは変わって行くし、自分が認めてもらったから、認めた人が偉くて、自分は認めてもらっただけの人っていうわけじゃないっていうのが、後からわかるんですよ。

それはどういうことかという、NLPのセミナーの中で『3人のメンター』ってワークがあってね。自分の尊敬するメンター的な人を思い浮かべて、その人たちが自分に対してどういう位置にいるか物理的なポジションを決めて、そこに行って自分を見て、メッセージを伝えるってワーク。

田中： ありますね。

青木： ね。その3人の中に当然、そのグルが入ったんですね。Iさんもいて。で、グルがこの辺（正面上方）なわけよ。だって、最高の人だから。

田中： あー。

青木： で、「それぞれのポジションに行って下さい」って言われて、グルのポジションに行った時に。ボクから見たらこう（上方）なんだから、向こうから見たら見下ろす感じになるはずじゃないですか。でも、向こうに行ったら、目の前に普通に自分がいるんですよ。あー、そっかあ。オレはこうやって見上げちゃってることで、自分を低い位置に置いてるけど、グルはそういう風に見てないんだってわかった。誰かを崇拜するポジションを取ることで自分を低めちゃうのは、結果としてグルの教え（神はそのままのあなたの中にいる）に反してるなって思ったわけ。

田中： うん。

青木： あなたのままで神さまはあなたの中にいるんですよ（God dwells within you as you.）」って、アシュラムのエンブレムに書かれてたんだけど、自分はまだまだダメです。神さまなんとかしてくださいっていう態度を取ることは、それ自体が教えを守ってないことだって思ったん

です。

その後、その傾向がすぐ変わったわけじゃないけど、何かできないことがあって自分をダメなやつだと貶めて否定して、それで“いい気になってしまう”ような時は、違う違う、そうじゃないって思うようになったよね。

田中： うん。

青木： 毎朝30分瞑想して、まずは21日間続ける。それで少し何かが違ってくる。次に3年ぐらい続けると、かなりいい境地に至る……頭ではそんなこと考えてるのにさ、1週間続かないのよ（笑）それだけそういうことに思い入れがあるのに、たったの1週間も続かないのよ！オレがまだまだ未熟だから、1週間続かないんだって、自分を責めて内心落ち込むんだけど、人にはそういうところを見せない。

そういう自分を隠して、「瞑想とは～」って話を人とするときは、1時間の瞑想を何年も続けているかのような雰囲気でものを言う。でも実態は、30分の瞑想が1週間も続かない！今思うとホント笑っちゃうんだけど、そんな状態が10年以上続いて、やっとそういうのをあきらめることができたんだよねえ。瞑想しなきゃいけないと思い込んで、やれない自分を責めるって悪循環が続くんだったら、もう捨てちゃおうって、やっと思えたのが、たぶん40台前半くらいかなあ。

田中： 長いこと、持っていましたね。

青木： 長いことね。朝5時に目覚ましかけて、スヌーズで止めて寝ちゃって、結局普通に家出る時間になって。でもいつか出来るようになるんじゃないかって、むなしい期待をし続けた（笑）SFでいう『うまくいかなければ違うことをやる』っていうことに目覚めるのに10数年かかった（笑）

田中： あははは。

青木： 役に立ってなくてもさ、こだわりのエネルギーって、平気で10年以上自分を迷わせられるんだねえ。

田中： 手放し方がわからないものって、ありますもんね。

青木： そーねー、それが正しいとか、それが一番大事と思い込んでると、手放せないよね。でも、本当に大事なものは手放せないから、手放せるものは、大事じゃないってことかな。

田中： あー。

青木： って、考えた方がいいのかもしれないって思った。一番大事なものは、手放せない。手放せるものは、手放しちゃえばいいじゃん。

田中： そうですね。必要なものは、必ずある気がします。

青木： うん。うん。

田中： 意識してなくても。瞑想で答がこないかなっていう時って、答を外に求めている。

青木： あ、そうね。普通に考え抜けばいいだけのことを、それをしないで、自分の中には答がないからどこかにないかなって求めちゃいがちだよな。

なんだか、こういう色々な話してくるとさ、「ソリューション・フォーカスとはこうです」、「私はこの会社をこういうプログラムを作って、こう展開してきました」って話は、どうでもよくなっちゃうな。

田中： うん。あ、でもね、今まで、青木さんがそういったいろいろな体験をされてきた上に、出来てきたものだと思うんです。

青木： うん。

田中： だから、同じNLPであれ、ソリューション・フォーカスであれ、きっとね、伝える方によって全然違ってくると思うんです。

青木： ですね。

田中： ソリューション・フォーカス、私はこの前受けたのが初めてでした。

青木： うん。

田中： 今日は2回目で来させていただいたんですけど、感じるのは、すごくナチュラルな感じなんですよ。青木さんからいただく印象というものが。それがさっきおっしゃった「社長の「あなたはこっちね」みたいなディレクティブな部分があったとしたら……」。

青木： うん。

田中： 結構、私は、NGな感じ。

青木： あはは。

田中： いろいろな必然のタイミングがあり、いろんな人がいて、その時の状況もあり、そういったものは、なるようになるみたいなものがある感じがします。私は、青木さんはとても気持ちがいい人だなって思ったんです。私もNLPを学んで、おふたりのトレーナーさんのコースに行ったんですけど、結局見てるのは、その人を見てる感じがするんですよ。

青木： うん。

田中： コースはあるんだけど、根底に流れているものというか。

青木： そうだねえ。

田中： それっていうのは、どうしても透けてくるもの。

青木： 透けて？

田中： 透けて見えてくるもの。

青木： ああ。ああ。ほんとね.....いや、怖いね。あはははは。

田中： いえ（笑） 同じNLPというもので、伝えてもらったとしても、捉え方というか、スキル的なものではなくて。結局は、どう向き合っているかっていうのが見えるというか。

青木： うん。

田中： それが見えると。その人の姿が見えた時に、共鳴できる。

..... つづく ^^

◆SFに出会った瞬間、人生で2回目にコレだ！と直感した

青木： うーん……。SFを始めた当時は、まだビジネス界でSFはすごく珍しくてね。カウンセリング業界でSFアプローチを取り入れてる人は日本でも1990年代ぐらいからいたので、珍しくなかったんだけど、ビジネス領域ではボクが最初なので、いろんな人が集まってくるわけですよ。

田中： はい。

青木： それで、最初に資格認定的なシステムを作ればいいじゃないかみたいな、いわゆるビジネス感覚で近づいてくる人もいて。それもいいなって思ったけど、結局そういう企画は全部ボツだった。

田中： うん。

青木： 今考えてみれば、そういうのに乗っからなくてよかったですね。今日のセミナーでも誰かが言ってたけど、「計画してなくて、ハプニングの中に自分のやりたいことが見つかって行く」みたいな。ただ、ボクの場合はハプニングというよりも、SFを始めてから蒔いておいた種が、知らないところで芽を出してくれて、それに助けられてきたって感じなんですよ。

田中： うん。

青木： オレが「こうなれ！」「こうなってほしい！」って思ったことは、すぐ思った通りにはならないんだけど、ダメだったかなあ……って気落ちしてると、ある時、気がついたら、そうなってたみたいな。

田中： ふふ。

青木： 自分の思い通りに何かが上手くいくことは、時々はあるけどさ、そう上手くいかなくても、自分が大切にしたいことを大切に続けるってことをしてるうちに、やがて死を迎えるみたいな、そういう生き方がいいなあ。

田中： 青木さんが大事にしてるものって、なんですか？

青木： うーん。そういうのを言語化して手帳に書いて、自分に言い聞かせたり、人に言えるようにしてる人っているよね。なんか自分には、そういうのは、まだ馴染まないっていうか。

田中： うん。

青木： そこはちょっとまだ……これです……みたいに言うのは、憚られるかな（笑）

田中： でも、ある、んですね。

青木： まあ、ある……んでしょうねえ。

田中： 大事なもので形ではなくて……。あるけど形になっていないものなのかも。

青木： そうですねえ……。大学の卒論は『ヒューマニスティック・ソシオロジーの観点から見たうんちゃらなんたら』ってタイトルだったのね。Iさんの会社に大学3年の途中からずっとインターンさせてもらって、そのセミナーで自分が体験したことを土台にした主張を書いたわけ。『人間は外的基準で何かになることが目的じゃなくて、最後はその人なりの至高体験をするために生きている』と。その観点から考えると、外からこうしろと言われることじゃなくて、内側から生まれてきたものをどれだけ大事に出来るかだ、みたいなことを書いたような記憶が……。あ、も一回読んでみよっかな。ははは。

田中： ふふふ。

青木： ボクの卒論はね、5人分ぐらいの字で書いてあるんですよ。時間が間に合わなくて、清書をいろんな人に頼んだから。原稿はもちろん自分で書いたんだけど、筆跡見りゃ「なんで？」ってなるはずだけど、認めてもらった（笑）

田中： あははは。

青木： 今その頃やってたセミナーのことを思い出すとね、SFみたいに「プラスの眼鏡で見ましょう」ではなくて、「表面のウソは剥がしちまえ！」ってセミナーだったんですよね。その裏には本当の素晴らしい自分があるからと。ちょっと乱暴ではあったんだけど、Iさんが偉かったなって思うのは、すごく人に対して暖かいものを根底に置いてそれをやってたんですよね。

田中： うん。

青木： そういう土壌でやらせてもらったから、結局最後はいい体験が出来た。でもそのやり方だけマネしちゃうとね、おかしいことになるんで。そのセミナーのために作られた空間でやれば出来るのが、企業研修で出来るかっていうと、そうはならない。また全然違うモチベーションの人が集められるから、違うやり方が必要になる。今でもIさんのセミナーでした体験は、至高

体験だと思ってるけど、そのまんまのやり方は他のところでは出来ないんですよ。

田中： ええ。

青木： SFに出会った時に、これは一気にテンションの高い体験をさせることは出来ないかもしれないけど、最後は本人が望む方向に進むことに繋がる小さな体験を色々な人にしてもらえて、様々な場面で種が蒔ける手法だなんて思えて、なんの違和感も感じなかった。NLPには違和感を持ったんだけど、SFに対してはただ「これだー！」って。最初の「これだー！」は大学生の時にIさんのところでしたものだったんだけど、第2の「これだー！」はSFだったんですね。

田中： へええ。NLPはどんなところに違和感を感じたんですか？

青木： うーんとね。奥の院まで入れなかった感じ？ 要するに、ミルトン・エリクソンがすごいということで、モデリングしてそれに近いことが出来るのが、ジョン・グリンダーとリチャード・バンドラーってわけですよ。でもそのセミナーに出た人が同じことができるようになってるのかっていうと疑問だった。

(※ジョン・グリンダーとリチャード・バンドラー：NLPの共同創始者)

(※ミルトン・エリクソン：催眠療法家として世界的に尊敬されてる人物)

その入門編のところはある程度出来たんだけど、『〇〇法』とかやっても、そんな感じにならねえなってことが結構あった。例えば『スイッシュパターン』とか、理屈はわかるけど、全く体感する感じがなくてね。基本的な考え方の部分や基本スキルは結構使えたので、それで企業研修とかやって成果は出しましたけどね。NLPを全部理解しているか、できるのかって聞かれたら「？」だったんですよ。周りを見てもNLPの先生で全部できてるなんて人はいないように思えて、NLPの入り口しかやってないような気がしたのね。

(※スイッシュパターン：ネガティブな視覚イメージを好ましいものに変化させるワークのひとつ)

田中： ふふふ。

青木： サンタクルーズのNLPセミナーには催眠が出来る人が結構来ててね。一時期すごく催眠に憧れたんだよね。

(※サンタクルーズ：カリフォルニア大学サンタクルーズ校はNLP発祥の地として知られる)

田中： ええ。

青木： またこれに関しておもしろい話あるんだけど（笑）

田中： うん！

青木： ミルトン・エリクソン系の奥の院まで行けば、なんかいいことあんのかなって思って、サンフランシスコ行った時に、『ミルトン・エリクソン催眠センター』みたいな名前のところに行ったんですよ。何でも、ミルトン・エリクソンの実の娘がやっているって宣伝文句だったから。

田中： はい。

青木： ここだー！ って期待感満々で行った。

田中： あははは。

青木： エリクソンの子って言ってもね、濃い関係と薄い関係といろいろな娘がいたらしいんだよね。ま、いずれにしても、血が繋がっていようがなかろうが、エリクソンじゃなければエリクソンじゃないわけだからね（笑）でも宣伝文句を見てこっちはさ、「娘だったら、同じようなこと出来るんじゃないかな」って期待するわけ。

で、行ってみたら、リクライニングのリラックスチェアみたいなのに横になって、ヘッドフォンをして、暗示らしいインストラクションと音楽を聞いて.....それなりの形にはなってるけど、トランスにも入らないし、何にも体験起きないんですけど！ みたいでしたね（笑）

田中： あはははは。

青木： で、「つまんねーの！ エリクソンの娘とか言うけど、全然大したことねーじゃん」って思った。でもそのまま帰るのは癪だから、ニューエイジ系雑誌の広告で見かけた『エリクソン催眠個人セッションやってます』みたいなところを見つけて、ダメでもともとと行ってみた.....

田中： ええ。

青木： で、出てきた女の人がマリアって名前でメキシコからの移民。英語もスペイン語なまり。「大丈夫か？ この人」って最初は思ったけど、なんとこれがすんばらしいセッションで。自分が期待していたことの何倍も良かった。もう最高のセッションだった。

田中： へええ。

青木： 何がどう良かったか……。最初は、この人なんぼのもんよって、相手を値踏みするような感じでいたわけ。だから「今日は何のために来たんですか？」って言われても、嘘じゃないんだけど適当なこと言ってたの。そしたら途中で「あなた、それが一番言いたいこと？」、「それが今日一番やりたいこと？」って聞くわけ。

田中： ええ。

青木： お、わかるんだ一って、ドキッとした。それで、その時一番悩んでたことを言ったんですよ。そしたらそのことをすごくよく聞いてくれて、その話の中で、ボクが自分を責めてた部分があったんだけど、「んー、それはあなたにとって何か意味があることなんじゃないの？」って、普通に言ってくれたんですよ。

それですごくホッとして、赦された気がして、「うわぁ……よかった」と安心して、そのまま話してたらいつの間にか、トランスに入ってたの。ものすごく気持ちよくてねえ。ある瞬間「あれ？ オレ目つぶってるな」って気がついたのね。どれぐらいトランスに入ってたのかわからないけど、そこで目が醒めた。自分がそこに行った目的はさ、トランスってものを体験したいだったんですよ。その人にはそう言わなかったのに、それを体験させてくれた。

田中： あー。

青木： オレ言わなかったけど、体験したんだ、今……って、わかった。それで、どうやってそのトランスに入ったのか知りたくて。「ボク本当はトランスに入りたくて来たんです。今まさにそういう体験したみたいだけど、一体何をしたんですか？ あなたは？」って聞いてみたの。そしたら「ん？ ただYESセット使っただけよ」だって。

田中： あはははは。

青木： で、「YESセットって何ですか？」、「相手が『そうです（YES）』って答えやすいことを3つ聞くことよ」って。でもそれは教科書に書いてあるような、「今日は電車でいらっしやっただすよね」「今イスの感触を感じてますよね」「今うなずいてますよね」ってレベルじゃなかったわけですよ。

「今日ここに来て、ほんとに言いたいことはそれなの？」って、まずそれで「はっ」として一番悩んでることを言ってみようと思い、それを受け止めてくれたのが、最初のYES。自分がいけないことだと思って自分を責めてることに対して、「それには意味があるのでしょうか」と言っ

てくれたのが2つ目のYES。そのふたつが、とっても大きいYESだったから、思いっきり安心しちゃったんだよね。

その後、なにがどうなったのか覚えてないけど……。あ！そう！一番大事なのは、「うわあ。今日すげえいい体験したな」って思いながら、帰ろうと立って挨拶しようと思ったら、マリアがぐっと近づいてきて、「あなたはこれから世界（world）に貢献する大事なことをする人よ」って言ってくれたの！

田中： うん。

青木： その世界（world）っていう言葉が、単に、あなたの周りの人たちにとって意味にも取れたし、地球上に……みたいな大きな意味にも取れたんだ。

田中：ほんと抽象度が高い。

青木：ほんとにね。どこまで大きく受けとっていいんだかって思ったけど、嬉しい感覚、信頼されてる感覚が静かに体中に広がる気がした。それが最大のYESだったなあ。あのマリアさんには、後から、会いたいなってよく思ったけど、まさに一期一会だよね。まったく無名の人で、あの時一回だけ会うことに意味があったんだろうね。ボクにとって。

田中： うん。

青木： あー、人間ってどこでそういう出会いがあるかわからないなあって思ったね。有名なエリクソンの娘はまったく凡庸だったけど（笑）要するに広告で「いいね」って言ってるものがないとは限らなくて、広告には出てこない宝物って存在するんだなって、体験だったですね。

田中： そうですね。

青木： この「あなたは世界に貢献できる人ですね」のセリフは、正確には覚えてないんだけど、ことあるごとに後から効いてくるんだよね。オレもしかしたらすごいことやるのかな？って、自分に対する期待感が生まれて、それがことあるごとに育つ感覚。SFを始める時も、これがマリアが言った世界への貢献なのかなって。何か重要なことをやろうと思う度に、あの言葉を思い出して、マリアはこのこと言ったのかなって。

田中： ええ。

青木： J-SOL（ジェイソル）始めた時も、それが上手くいった時も、このことだったのかな

とかって。何年後かには日本の主だった会社をSFに染めたいとか夢想しても、「マリアが言ったことはこれかも」って思うと力になるのよね。ずっと催眠がかかったままなのかな（笑）
（※J-SOL：SFを活用する方々が年に一度集まって結果を共有する学習フォーラム）

田中： うん。

青木： エリクソンの本で『私の声はあなたとともに』って本があるんだけど。

田中： あー。

青木： マリアの声は、まさに、それです。

田中： すごいですね。

青木： ね……いやあ、こんなお話をする機会をいただいて。なんか自分でいろいろ再確認出来て良かったあ！

田中： ありがとうございます。

青木： ボクね、書こうと思うと、変なところ書きすぎちゃって、時間かかって結局書くのが嫌になっちゃうんだけど、聞く人がいてくれて、しゃべらせてもらうとすごくいいんですよ。

田中： よかったです。……願望とかこうなりたいたってものを叶えるためには、こうしないといけないみたいな『手法』をみんな求めたりするんですけど。

青木： うん。うん。

田中： 案外、泳ぎと一緒に、手放すのが最善というか。さっきのお話で「ま、いっか」って横向いたら、によきと芽が出たとか。

青木： あー。そうだねえ。

田中： そういったことを、体験されてるのかなあって思いました。

青木： だから、最初の15歳の成人式では、優等生を手放したんですよ。

田中： うーん。

青木： 高校では、当時流行り始めた継ぎ接ぎジーンズを穿いて長髪にして、エロ本買ってきてロッカーに入れて「これ持ってきたから、みんな見ていいよ」みたいなことをやったりとか、一番カワイイ子を指名して一緒に保健委員をやろうって言ったり。わざと優等生じゃないことをやりましたね。たまたま、その高校にはうちの中学からは、自分ひとりしか行かなかったから。

田中： うん。

青木： だれも自分のそれまでのことを知らないから、「オレのイメージを自由につくっていいんだ」って、すごい解放感だったね！

田中： 高校デビューみたいな。

青木： そうそうそう。もうほんとに楽しくて。16歳の時は、春でした。自分で成人式して春を迎えた、みたいな（笑）

田中： ふふふ。

青木： で、SFを始められたのも、毎日瞑想してホーリーになるってこだわりは手放しちゃってもいいやって思えたからこそ、やれたことかも。

田中： うん。ほんとに必要なものは、必然な時に与えられるっていうのを。

青木： うん。ほんと、そうだよな.....。

田中： 私も姑がいて。

青木： うん。

田中： 認知症になったんですよね。それまですごく好きだったんですよ。実家の母より好きなぐらいで。でも、だんだん子供が大きくなってきて、おばあちゃんに反発するようになってくると、その矛先が私の方に向いたりして。感謝してるんだけど、だんだんそれが翳ってくるというか。

青木： うん。

田中： で、そこに認知症が来て。それってどこにもぶつけることが出来ないんです。すごい苦

しくて。なんで、こんなに苦しんだろう？ って思った時に。

青木： うん。

田中： 私自身が、好きだった姑を嫌いになっちゃって、姑を憎んでいる自分が嫌なんだなって、思ったんですね。

青木： うん。

田中： だから、手放しちゃえばいいのに、手放せない。どうやって処理したらいいのかわからない。そういう葛藤もあって、すごく泣いたり、感情が上下しちゃうんですけど。で、ある時、ほんとに「もうだめ」「なんとかしてください！」って。私、無神論者なんですけど。

青木： うん。

田中： 問題を、葛藤を、どうにも出来ませんって、その問題を上に差し戻してやれみたいな。

青木： ははは。へえ（笑）

田中： そういう感じで、「私には何も出来ません」「このつらいのをなんとかして欲しい」って、もう泣き疲れた感じです。

青木： うん。

田中： そしたら、その晩に。その頃、まだら呆けの状態だったんですけど、姑が私に「のりちゃん、ごめんね」って、言ってきたんです。

青木： へええ。

田中： えっ？ ってなって。びっくりしちゃって。別に「ごめんね」って言ってもらいたかったわけじゃないんです。その時は、ただ驚いてしまって「どうしたの？」って聞いたら、「なんか、のりちゃんに謝らんといかん様な気がして」って。

青木： はははは。へええ。

田中： 謝ってくれて。謝って欲しかったわけじゃないんですけど、それを聞いた時に、なんか、泣き疲れた時に流してたのとは違う涙が、流れてきて。

青木： へええ。

田中： あっぷあっぷの時の、ほんとに瀬戸際まで行った時って、なにかちゃんと来るみたいなの。

青木： うん。

田中： 高校の時の父のひとことも。その姑の時も。それでなにも解決したわけじゃないんですけど。

青木： うん。

田中： 姑の認知症が治ったわけじゃないけど。なんか、そこで1回リセット出来たんです。

青木： いやあ、そのひとことは、大きいね。

田中： うん……そうしてみると、人を変えるっておこがましいなって、思ったりして（笑）

青木： うーん……おこがましいですね。

田中： 変わる時は、変わるっていうか。その人のタイミングでしか変わらないだろうなって思ったりすると。作為的な事って、逆に、病気じゃない、健康な人に薬を投与するみたいなものなのかなって感じることもあります。

青木： あー。はいはいはい。そう。壊れていないものを直そうとする……みたいな。そんな感じがあるのかな？

田中： うん。だから、ソリューション・フォーカスをみた時にね、副作用がないのがいいなって思ったんですよ。

青木： うん！SFって一見弱く見えちゃうというか、「それだけで、いいの？」みたいなものがあるんだけど。SFアカデミアや実践コースに参加してくれてる人で、すごく上手にSFを使ってる人に、どうやっているのか説明を聞くんですよ。するとね、「自分の考えだけで、自分だけが突っ走るっていう風に頑張れることじゃないから、一緒に良くなる、相手が良くなる、みたいな姿勢を出発点に出来ない、結局は上手くいかないものだと思う」って言うんです。だから一気に大きな変化を求めるんじゃなくて、一緒にスモールステップって感覚が大事なんだよね。

(※SFアカデミア：SF活用者が継続的に学び合えるためのコミュニティ)

SFの型とか技を使おうとして上手に使えない時に、なんでだろうって思うよね。その時に、相手がよくなる、一緒によくなるってことに戻れる人は、技が磨かれてくると思うし、技を使う自分が磨かれて行くと思うんだけど。このスキル使えねえやで終わっちゃう人は、そこまでってなっちゃうのかなって。その時に周りを見てて、こういうことじゃないかなって一緒にやる仲間がいることの相互教育効果がすごく大事だと思うんですよ。学び合って言葉を大事にしています。

『ザクロス』って会社では、ある事業所の人たちが“ゆるく”一緒にSFを学び実践するコミュニティになってる部分があって、研修とかは増やさずに、ゆっくり進めようとしてるんですよ。それを見てて、最初は「もっと、どんどん研修やればいいのに」って思いました。でも、もしトップダウン的なやり方で“どんどん”やろうとしてたら、逆に「なんだ？これは？」って抵抗する人たちも増やしちゃったんだらうなって思いますね。ゆるくゆっくりっていう構えで最適なスピードになるのかも。

田中： うん。

青木： J-SOL7（ジェイソルセブン）では、そこの社長が講演をしてくれることになってるんですよ。タイトルは「“SF inside”でより良い会社づくりを目指して」というもの。J-SOL1（2008年に開催された1回目のJ-SOL）の時に、民事再生になった子会社を立て直すのにSFを使って成功したって内容の講演をしてくれた人なんです。

田中： はい。

青木： それから6年経って、その方が昨年10月に本社の社長に就任されたんですが、今までは社内でのSF普及に強制的な力を使わずにゆっくり育てて来られた。さあ、これからはどうするんだらうってところを講演という形でJ-SOL7で聴けるのが、とってもわくわくしますね。

田中： 今青木さんが今見ていらっしゃるSFっていうのが、成熟してる感じがするんですよ。

青木： うん。

田中： みんな笑顔で仲良くねみたい。扱いやすい分、軽く捉えられがちなんですけど。

青木： うん。うん。

田中： その奥にある。うーん。シンプルなものって、実はいろんなものを包括してると思うん

です。だから、酸いも甘いもわかった上での、使い手。

青木： ふふふ。そうなのよ。SFを使うのが上手な人で、自分が鬱状態になったことがあるとか、まわりにそういう人がいたとか、そういう挫折を体験した人って意外と多いんだよね。

田中： 私、『ソース』のトレーナーでもあるんですけど、最初は、ワクワクするのっていいよね的なものだったんですけど。

青木： うん。

田中： いろいろ経験してくると、それだけじゃないなっていうのが。

青木： はははは。

田中： そういうのが、身に沁みてるんですよ。

青木： うーん。

田中： 確かに、ポジティブシンキングとか、こういう考え方をするといいよねとかは、わかるんですけど、それだけで成り立ってるわけじゃないって言いますか。ついつい、明るい方ばかり見たがるんだけど、その明るさって、影があって明るさを感じるわけだから、片方だけ見てるのって、歪なんですよ。

青木： うん。うん。

田中： なんか、そういうのを感じるようになってくると、昔の伝え方で、言えなくなってくる。

青木： あー、なんかわかる気がする。うん。

田中： その方が、受講生さんには聞こえがいいんですけど（笑） 「いや、そうではないものもあって、それを持ちつつ行くってことが必要なんだ」って。

青木： だから、ボクが今教えてるSFは、下手するとプラスならOKみたいな、そんなふうに見えちゃう面もあると思うので。そここのところに、なんというか、「いろいろある中のプラスなんだよ」という要素をもっと入れてもいいのかなあとも思いますね。まだ自分で整理しきれてないところなんだけど。

田中： うん。

青木： でもさっき言ってくれたみたいに、自分もいろいろ経験してきたから、プラスって言っても、いろんな含みがあるようには発信してるかな。

田中： ええ。

青木： ただのハッピーハッピーじゃないと思うんですけど。

田中： そう思います。私もNLPとか勉強してても、一面だけは見られないんですよね、ワークしてても。私、すごいディソシエイト体質なんです。

(※ディソシエイト：ここでは、自分自身を一步ひいて客観的に俯瞰すること)

青木： あー。

田中： だから、ワークに入れるんですけど、一点冷静なところが残っていて、それを見てる私がいるっていうのが常にあって。それが、トレーナーの方の佇まいとかも、見てる気がするんですよ。

青木： うん。

田中： 自分がそういうふうに見てる、感じるってことは、自分が伝える時に、それを相手も見てるんだろうなって思ったりするんですよね。

青木： あー。『プログラミング』って表現だと、コンピューターのイメージで頭の中でシャキシャキって誰でも同じに出来るんだみたいなことが暗黙の前提になっちゃうけど、アソシエイトひとつとって、出来ないって人がいるよね。

(※アソシエイト：ここでは、客観視を排除して主観的な視点にどっぷり浸かって対象を見ること)

田中： そう。

青木： じゃ、出来ないからといって、その人がおかしいのかっていうと、アソシエイト出来ないからこそ、感情的にならないとかメリットもあるよね。ひとりの人の中に、すべてがあるかもしれないけど、ひとりの人がすべてを出来るようになるって考えるのは無理がある。それよりは、アソシエイトの得意な人・ディソシエイトの得意な人、声の大きい人・小さい人、考えるのが

得意な人・身体を使うのが得意な人がいて、そういうのを平準化しようとするのではなく、それぞれ活かす、多様性を活かすと考えた方がいい。

この部屋の中、テーブルの上にはいろんなものがある、それぞれの役割を持っていて、それを果たすことでカフェとしていい感じの場になっているのと同じように、チームとしてまとめて一つの有機体としてみれば、全員が心臓になるとか、全員が胃腸になるとかがあり得ない。それぞれが得意な力を発揮してつながり合うことを目指す方が全体最適になる。そう考えた方が、調和社会の中での自己実現が成立しやすいのになってイメージ持ってますね。

田中： うん。自分がワークを体験した時に、トレーナーから、「それは初のケース」って言われるような結果が出たりすることがあったんですよ。

青木： うんうん。

田中： 『インテグレーション』でも、どうしても統合出来なくて、トレーナーに「どうしてもダメです。とげとげの上に毛布が被ってるだけですー」って（笑）

（※インテグレーション：葛藤の統合というNLPのワーク）

青木： あっははははは。

田中： トレーナーは、「じゃあ、分けて戻してください」と。『リ・インプリンティング』では、宇宙まで行っちゃったりとか。『タイムライン』の修正の時は、ラインが二つに分かれてしまっていて「どうしたらいいですか？」って聞いたら「あ、のりちゃん、そのままにしといて」って感じで（笑）

結構レアケースが出たりする、イレギュラーなタイプだったらいいんですけど。でも逆にそれを体験出来たので、ワークやコーチングの時に、私がそうなんだからそういうケースがあったって、不思議じゃないかもって（笑）

青木： ははははは。

田中： そう思えて。

青木： ぼくが研修で一番びっくりしたのは、「ぼく、誉められたいって気持ち、全然ないんです」って人がいてね。

田中： うん。

青木： その人がひねくれて反発する感じで言ってるんだったら「本当は何言いたいの？」ってなるんだけど、その人は本当にその通りに思ってるように見えて、一瞬絶句しました。「誰でもOKメッセージ必要ですよ。」ってレクチャーしてきたけど、あてはまらないヤツがいる！

田中： あははははは。

青木： でもその時は、「あなた、ほんとにそう思ってるみたいですよええ。それで仕事もうまくできてるみたいだし、何も困ってなさそうだし。問題ないですよええ」って言いました。

田中： うん。

青木： で、「ただ、ボクはOKメッセージが欲しいって思っちゃう方だし、もしかしたらあなたの周りでそういう人がいるかもしれないから、その人たちにOKを言ってあげたらいいことが起こるかも。そういう可能性は考えられますか？」って聞いたら「それはわかりますよ」って。「なら、それでいきましょう！」って（笑）

田中： ふふふふふ。

青木： その人が「誉められたいと思わない」ってことに異議をはさまず、額面通りに受け入れられた感覚がとても良かったですね。その人が本当はどういう感覚の人かなんてことはわからないけど、色々な人がいるってことを受け入れる姿勢でいると「誉められたい欲求は何歳の時に放棄したんですか？」みたいなことを聞こうなんて考えないし（笑）むしろ自分には想像もつかないような人がいる可能性があるってことを、いつも心構えとして持っていなくちゃいけないって思えましたね。

田中： うん。

青木： そのことを教えてくれてありがとう、みたいな感覚になれて、すごいよかったなって。

田中： うん、そういったことがあると、人間っておもしろいって思う（笑）

青木： はははは、ほんとね。サイコドラマ（心理劇）ってセラピーの手法であるんですけど。それを始めた『ヤコブ・モレノ』って人の奥さんで、旦那が死んじゃった後もその世界でずっとトップでいたザーカ・モレノさんてすごい人がいるんですよ。

（※サイコドラマ：演劇の手法を用いた心理療法）

田中： ええ。

青木： 片腕を病気で切断して、片手しかない人なんだけど、背中がピシッとしててカッコいいの。そして慈悲深さも感じさせてくれる。ボクが24歳の時、その人の通訳をさせてもらうことになってね。それまで1さんの英語をセミナーの中で通訳してたことがいい訓練になってたので、そういうチャンスが巡って来た時に、不安もあったけどやれるような気がしたの。

で、やらせてもらったら、モレノさんから、「心のこもったいい通訳、直訳じゃなくて意識を上手にしてる」って、すごく褒められて。自分でも上手に出来たと思った。だから、その後いろいろな機会に通訳をやらせてもらえることに繋がった最初の経験になったんだ。

モレノさんはすごく慈悲深くて、ボクから見たら悟ってんじゃないのかな、みたいな感じがしたの。通訳だから、いろんなところについてくわけよ。で、元のご主人は亡くなってるから、今の恋人みたいな人が一緒に来てたんだけど。タクシーで一緒に乗ったりすると、おれは助手席に乗って、ふたりは後ろに乗って、まさに恋人同士って感じなのよね。いやらしい感じじゃなくて、彼女が甘えるわけよ「ダーリン♪」とか言っちゃって。

田中： うん。

青木： かわいーって思った。さっきまで凛々しく心理劇ディレクターしてたのに、素ではこんな風になるんだってところを見せてもらって、なんだか人間っていいなって思えた（笑）モレノさんに「あなたは人間のすべてがわかってるように見えるんですけど」って言ったら「Aoki-san、あなたに言いたいことがある」って。なに言うのかなって思ったら、「私はこの歳になったら、ますます人間のことがわからなくなってきて、ミステリーだと思うようになってきたわ」だって。

田中： あー。

青木： それを聞いて、なぜかホッとしたんだよね。人間のこと全部わかんなくてもこんなすごい仕事ができるんだあみたいな。そういうモレノさんに益々尊敬の気持ちが深まったね。

田中： あはははは。

青木： あんなにすごいサイコドラマ出来る人なのに、人間のことわかんなくなっていいんだって。パラドックスなんだけど、それは真実味があったっていうか。彼女の通訳をさせてもらった体験の中で、一番インパクトがあって、今でもその影響が残ってますね。「人間とはこうです。こう思うはずです。こうやると、こうなるんです」的な説明してるヤツを見ると「ふうん、ホ

ントにわかってんの？」って思っちゃう。

田中： うん。

青木： 誰もがプラスの眼鏡で喜ぶって言いたいけど、「ボク、褒められたいって気持ちがないんですよ」と言う人がいる可能性を留保する。それでも「今はプラスの眼鏡で……」ってところでその考え方を役立たせる。それは自分には合わないって人が出てきたら、そういう人もいるだろうなと受け入れる。地球上の人間すべてに「あなたも～ですよ？」って確かめたわけじゃないんだから。

田中： うん。

青木： もしかしたら、ブラジルの奥地とか行ったら、ボクたちにとって普通のことが全くあてはまらない人たちがいるかもしれない。いや、そこまで行かなくても、すぐ身の回りにだって、実は摩訶不思議な人がいるかもしれない。だから、『SFフォーラム』では、必ず全員が発言する進行になってるでしょ。中にはSFの教科書的には「ん？」っていう内容のこともあるんだけど、そこにいる人が、どんどん自分を出せる場をつくって、それをお互いにどう受け止めるかを試す機会をつくるってことが大事かなって思うんですよ。

田中： うん。

青木： その時、主催者の受け入れのキャパシティが広ければ、自分をここまで出していいんだって幅が広がるわけで、そんな風に色々な人が自分を出しても大丈夫って思える場をつくれるといいな、と思ってるんです。うん。これが結論！ インタビュー、以上（笑）

..... つづく ^^

◆今はどこにフォーカスするの？ が自問できる能力がS F

田中： ありがとうございます！ほんとに、そう思います。私も、高校とか仕事で行かせていただいて思うのが、先生は「生徒に自立して欲しい。変わって欲しい」っておっしゃるんですけど。

青木： うん。

田中： 本当のところ、自分の手に負えないものになって欲しくないって思ってるのかなと。

青木： あっははははは。そういう気持ち、わかる（笑） ボクも講師やってると、そういう気持ちになることあるわ。

田中： だから、それが、やっぱり伝わるんですよ。その教室っていうのは先生の情報空間なので。先生は、頭では変わって欲しいと思ってるんだけど、本心では、手に負えないのは困るとか。変化する時って、ある範囲の中でちょうど良く収まるわけじゃなくて。

青木： うん。

田中： 最初、が一っと大きく振れといて、それがだんだん振れ幅が狭くなって、範囲内に収まって行くみたいなものであって。変化し始めの時の大きな振れ幅の時は、軽くキャパを超える時があると思うんですね。それは先生からすればNGなんです。

青木： だよなー。

田中： だから、先生をなんとかせんといかん。先生が持ってる情報空間の影響力は大きいので。

青木： だよなー。オレはそういうの聞くと、「ああ、オレにもあるなー」って思う。おれのキャパを超えてほしくないって、いつもヒヤヒヤしてる感覚（笑）

田中： ぶ。

青木： オレが対応出来ないような変なこと言う奴はいないとか。なるべく収まってねっていうのはあるんだけど、超えちゃったらしょうがないやって気持ちも同時にあるし。あと、超えてほしくないという気持ちがあることを自覚して、相対化することも出来る。もっと大きな視点を持ったことがあるからと言えるのかな。

田中： ええ。いろいろご経験もされてるし。

青木： オレの枠にはまれという気持ちをなくさなきゃいけないっていうような縛りをかけなくていいんだって、思えてきてるといふか。人間だもの（笑）

田中： うん。

青木： こんな自分はダメだって日記に書いてた高校生の頃は、今みたいな話を聞くと、そういう器の小さい自分はダメ。変えなきゃいけないと単純にそう思ってたんだけどね。多分死ぬまでずっと、それではいけないって気持ちと、そういう自分もいいじゃないかって気持ちが両方、あるいはそれ以外のいろいろな想いとかも、ずーっとあると思うんだよね。で、要はそういう色々な意識の中の「どこにフォーカスする？」ってだけの話なのかなって。

田中： うん。

青木： だから、ソリューション・フォーカスっていうのは、汚い気持ちがなくなるわけじゃなくて。天使の気持ちと餓鬼畜生の気持ち、両方混在してて、それは死ぬまでなくなるんだけど、「今は、どこにフォーカスするの？」って自問できる能力なんだと思う。

田中： うん。自分で選べればいいですよ。

青木： うん。そういう選択が出来るっていう余裕を持つために、「ねえねえ、ほら、こだわっちゃってるよ」って肩をポンポンって軽く叩いてあげるのが大事だと思うんだ。それで「あ、オレ、こだわってたんだ」って気づくだけで、選択する側に回れる。セミナーってのは、その気づきが起こるところまでやればいいだけの話だっていうこと。

田中： うん。

青木： 肩ポンポンじゃなくて、「こう考えるべきです」とか「ここに焦点を合わせなさい」という指示がきつく出過ぎちゃうと、フィックス人間が増えるかも。フォーカスする練習はいいんだけど、練習が終わったら「あなたの思う通りにやってみなさい」って、それでいいんだと思うんだよね。

田中： うん。

青木： だけど、逆に言ったら、オレは練習の型が足りてないのかも。

田中： あっはははは。

青木： なんかね、自分は究極のホーリーなことが好きだから、多様性が重要って感じで、これも良い、あれも良いってのをやり過ぎてるかも。「SFをやりました」と言いながら、ピントがずれてることを言う人がいると、以前だったら、その人の話を全部聴いて「そういうのもあるよね」って濁しちゃってたかもしれないんだけどね。

でも、最近は、「いやちょっと、それSFじゃないから」って、もっと言った方がいいかなって思う。それが練習の場、学びの場であるならね。もちろん相手を貶めない言い方で。

田中： うん。

青木： でも、結果相手が貶められたと思ったとしても、言っといた方がいいことってあるよね。

田中： うん。

青木： 手法として名前がついてるものって、基本的には偏りなんだよね。で、一回偏って見ないと、自分がやっていることがどういうレベルのことかわからないと思うんですよ。ほんとはマイナスの眼鏡で見た方がいいことだってあるけど、一度は全面的にプラスの眼鏡で見てみようって練習をしてみないと、どの程度マイナスやプラスで見ているのか自体が、無意識になってしまっていてわからないってことあると思うのよね。だから一度SFみたいなプラスの眼鏡で見ることに偏った手法を試してみることはとても意味があると思うし、その後いいところに落ち着けばいいんだよね。

田中： ええ。

青木： 「これをプラスで見るんですか!？」みたいなことを、練習としてやる。いつもやれということではなく、セミナー中、あるいはSFを学んでいる期間中は、その練習の場なんだということをもうちょっとしっかり打ちだした方がいいなって思うようになってきたんです。これ、今の課題ですね。

田中： うん。

青木： 今日、ハタラクヒトペディアをやってるTさんという人が来て、「型が大事ですよ」って言ってた(笑) あ、目の前にいる人か!(爆)

田中： あはははは。ほんとに思ったのが、グループシェアで会社にコーチングが必要という話が出たんですけど、中には、コーチングの域まで行けていない人がいるんですよね。

青木： あー。

田中： 最初は、ティーチングが必要な人がいて、その人にコーチング的な関わりをしたとしても、その人にとっては、ちんぷんかんぷん。それは、数字を知らない子に割り算をやれというようなもので。

青木： ははは。

田中： そういう人には、コーチングではなく最初はティーチングからののが有効だったり。必要なものをいろいろ選択するためには、いろいろないと選ぶことが出来ないわけだから、まずそれを用意してあげる。いい考え方、いい見方っていうものを知らない。さっき青木さんがおっしゃった「これにプラスの眼鏡？」みたいに思うかもしれないけど、それをやってみることが、その人にとって、物差しをあげるこことになるんじゃないかと思います。

青木： うん。

田中： 茶道でも、器の扱いから、所作とかちゃんと出来ておいしくいただけるわけだけど、だれでも初めてのこことありますしね。はじめはわけわかんなくても、先生の言う通りにやれば、お点前が出来るような、所作の型があって……。

青木： お茶やってるの？

田中： 少しやってみました。

青木： うちのかみさんから、お茶をやれって言われてるの（笑） あの茶の湯が、千利休からずっと今の時代まで残ってるという事は、型を作ったからだと思うし。

田中： うん。

青木： SFを学ぶための型は、もっと整備出来るし、したいなって思ってるんですよね。

田中： 茶道も剣道も、『道』なんですよ。

青木： ねえ。SFも『SF道』にしちゃおうかな（笑）

田中： はい（笑） 今そうやって、作っていらっしゃるんだらうな、って思います。

青木： 今はSFアカデミアって言ってるんですけどね（笑）

田中： お話を伺って、シンプルな中にある、包括されてるいろんなものって、伝わるんだと思います。青木さん、楽しいだけじゃない、一種、重さを感じる部分、そういったものも確実にあります。それが伝わってきました。

青木： ありがとうございます。ほんと今日ね、お話しさせてもらって、よかったですね。1さんに認められたなんて話は、今までだって話したことあるんだけど。うーん、あの時の自分にはそれが本当に必要だったんだなって、この歳になって痛切に思いますね。今まで何回話しても、そこまでは感じなかった。今だから、今だから、あの時に、あれがいかにか有難いことだったのかっていうことが、余計にわかるのかなあ。

田中： うん。

青木： ほんとに、そんな機会を与えていただいて、ありがとうございました。

田中： そんな。こちらこそ、ありがたかったです。楽しかった。

青木： 楽しかったです。

田中： じゃあ、最後に、今日の時間で、なにか気づいた事があったら、教えてください。

青木： なんたら。何に気づいたというよりも、自分がやってきた、自分の人生経験の中で大事だと思うことをほとんど全部。ランキング10位に入るような話をかなりできた気がするね。

田中： 嬉しい。ありがとうございます。

青木： それでね、こういう話をさせてもらって人生を振り返ると、目の前のビジネスを進めなきゃいけない的な事での悩みは、ある意味、吹っ飛びますね。一番大事なことでさえ自分が忘れなければ、それ以下の問題はなんらかの形で乗り越えられるか、あるいは「乗り越えられないなら、違うことやればいいや。この大事な事を大事にするため」に、みたいに思えますね。それが今日お話しさせてもらって、よかったこと、気づいたことですね。

田中： 長い時間ほんとにありがとうございました。

青木： ありがとうございました。

田中： 尉川さんが、「青木さんがどんな話してくれるのか、すごい楽しみ」って（笑）

青木： はははは。いやあ、なんかね、田中さんとこういうふうに巡り会うのも、不思議な縁ですよ。

田中： ほんと不思議な感じがしますねえ。

青木： えっと。何分ぐらい話したの？ 時間の感覚が.....。

田中： 2時間24分ですね。

青木： おおー。今日この対話をした後の感覚はとても大事にしたいなりました。だからこの後はね、誰かと普通の世間話とかしてテンション下げたくないです。この感じでいろいろと大事なことをひとりで考えてみたいなって気になりましたよ。

田中： はい、ぜひ！ どうもありがとうございました！

最後までお読みいただきましてありがとうございました。

今回、あなたの心の内側では、どのような気づきがありましたか。

少しでもみなさまのお役に立てましたら幸いです。

さて、私にはこのインタビュー記事の電子書籍出版のほかに、

『コーチング』 という専門職の顔も持っています。

実は、今お読みになられたインタビューそのものも、このコーチングの考え方に則って行っています。

コーチングとは、人材開発のための手法のひとつで、

おもに対話によって相手の自己実現や目標達成を図る体系的な技術のことです。

相手の話を聴き、感じたことを伝えて承認し、相手に適切な質問をすることで、

クライアントの自発的な行動を促していくことができます。

日本にはいくつかのコーチングスクールがあります。私はCTIというコーチングスクール

でCPCC（Certified Professional Co-Active Coach）という国際資格を取得しています。現在、日本では約550人のコーチがCPCCの資格を取得し、世界中では6,900人のコーチがこの資格を持って活躍しています。（2014年6月現在）

また、『人間の脳の取り扱い説明書』とも称される実践心理学 『NLP（神経言語プログラム）』 も学び、

米国NLP協会認定トレーナーアソシエイトの国際資格も取得しています。

このNLPとコーチングはとても親和性が高く、相互に相乗効果を発揮して、クライアント様の変化変容、

目標実現に大きく寄与していると評価を頂戴しています。

その他、ソースワークショップトレーナーの資格も取得しており、クライアント様に

「本当に生き甲斐のある人生とは何か」 を見定めていただくためのサポートもさせていただいております。

しばらく新規クライアント様の募集は諸事情によりおやすみをさせていただいておりましたが、このたび、また新規クライアント様の募集を再開させていただくことになりました。

もし、少しでもご興味やご関心がおありでしたら、無料体験コーチングを受講なさってみませんか。

今なら1回60分のコーチングセッションを無料でお受けしております。

これまでも、たくさんの経営者様、事業家様、サラリーマンの方、もちろん主婦の方々までコーチングをさせていただきました。柔軟なアプローチと揺るぎない信頼関係。これが私のコーチングのスタイルです。

あなたの目標達成はもちろん、日常生活でのメンタル調整に、思考や判断の整理に、コーチングやNLPは素晴らしい効果を発揮します。私にあなたのサポートをさせていただけるのであれば、これに優る喜びはありません。あなたからのお問い合わせを心からお待ちしています。

無料コーチングセッション、その他のお問い合わせはお気軽にこちらから。

< ace-support@samba.ocn.ne.jp >

最後までお読みいただきましてまことにありがとうございました。

ハタラクヒトペディア電子出版

記者兼編集長 田中永子

ハタラクヒト*ペディア 19 < 青木安輝 氏 >

<http://p.booklog.jp/book/86025>

著者：田中永子

著者プロフィール：<http://p.booklog.jp/users/24riko/profile>

感想はこちらのコメントへ

<http://p.booklog.jp/book/86025>

ブックログ本棚へ入れる

<http://booklog.jp/item/3/86025>

電子書籍プラットフォーム：ブックログのパー（<http://p.booklog.jp/>）

運営会社：株式会社ブックログ