

「一番の薬は客観的なものの捉え方です」

とっこさんがケアをスタートしてから早2週間が経ちました。1週間前のエリーととっこさんの対談も踏まえ、今回はいさどんとエリー、とっこさんの3人で面談する場がもたれました。

いさどん：

とっこさん、最近あまり顔を見ていなかったのですが、どうですか？

とっこさん：

3日くらい寝ていました。

いさどん：

どうですか？よく寝られましたか？

とっこさん：

あまり寝られませんでした。

いさどん：

風邪をひいて寝込んでいたと聞いていますが。

とっこさん：

熱は出なかったので、風邪ではなかったと思います。ただ、ぞくぞくと寒気がしていました。

いさどん：

こうして話をしていると、ケアの人とではなくて普通の人とお話ししているような感じがします（笑）。寝ている間に、特に行き詰ったようなことはありましたか？

とっこさん：

特にということではないのですが、みなさんのお手伝いをしている時に「自分は何をしてもダメだなあ」と思ってしまい、自分を責めてしまうことが多かったです。

いさどん：

責めるということは何か基準があるはずですよ。とっこさんは何を基準にしているのですか？ダメだという自分がいるということは、何かと比べてダメな自分がいるということですよ。

とっこさん：

もちろん皆さんベテランですので、皆さんと比べるというのは。。

いさどん：

でも、ここにいる人と比べるということは、最初から勘定に入っていませんでしたよね。この人と比べても仕方のない話ですから。多分、比べるとしたら、とっこさん自身の思惑があるのだと思います。「こういう自分なら許せる」という思惑を持っているはずですよ。この程度なら自分に合格点をあげられるという基準に対して、そこに達していない自分がいるということです。

とっこさん：

そういうことですね。

いさどん：

それはいつ頃、どこでつくられたと思いますか？子どもの頃からそういう傾向はありましたか？とっこさんは長女でしたよね。子どもの頃にそうやって育ってきたのでしょうか。とっこさんのようなタイプの人、子どもの頃に「一番上の子どもだから」ということで期待をされ、それに応えようと自分が心にもないような行動を取って、相手の顔色を見てしまうような生き方をしてきたのだと思われます。

とっこさん：

子どもの頃から母にすごく期待をかけられて、いつも良い成績を取らないといけないというプレッシャーがありました。

いさどん：

とっこさん自身は期待に応えていたけれど、無理もしていたということなんですよ。

とっこさん：

そうだと思います。

いさどん：

始めから出来ない人はあきらめてしまうものですが、とっこさんはそれが出来るものだから無理をしてきたのです。そして、そういうことが自分の中で癖になってくると、大人になっても「こういう自分なら許せる」という基準を持つことになり、自分らしく生きることが出来なくなってしまうのです。「自分の身の丈でいいや」と思えなくなってしまう。ぜひここに滞在している間に、そういうトラウマのようなものは消化出来たらいいですね。それは心に染みついてしまっている癖だから、知らない間に出てくるものです。知らない間に出てくると、「何だかよくわからないけれど、こういうふうになってしまった」ということになりませんが、それを自分でよく理解していると、行き詰まった時に自分で解決することが出

来るのです。

とっこさんは最初の1週間は毎日のように食当さんのお手伝いをしていましたよね。出だしが良かったのは今の癖が出ていたのだと思います。「珍しいところに来たからちょっと点数稼ぎに頑張らないと」と。本来ならば1週間経った時点で次の課題を提案するのですが、その癖が出て、2週間をとっこさんなりに過ごしてきたわけですから、そろそろ次の課題を持ってもいいかなと思います。自分では課題を持つとしたら、どういう課題を持ったらいいいと思いますか？

とっこさん：

毎日楽しく生きたいです！朝が来ると「朝が来てしまったなあ」という感じで、苦痛なんです。

いさどん：

それは、まだ病気の気が残っているということですね。ただ、病気でない人でも前日に色々あったり、疲れていたり睡眠が十分でないと、朝気持ち良く出発出来ないことがあるじゃないですか。それは誰にでもあることです。ただ、それがずっと継続してあるということは、まだ病的な部分が残っているということですよ。毎日楽しく生きたいというのは、そのために今ここにいるわけですから、最終的にそういう状態にしていけばいいことです。しかし、いきなりそういう状態にしようとしたら、「では、楽しく考えたらいいんじゃないですか？」というだけのことで、それは無理な話ですから、急がず最終的にそういう自分を勝ち取ればいいのです。

私が客観的にとっこさんを見ると、2週間の段階でケアの過程としては滞りはありません。順調に進んでいます。自分の癖が出て、頑張ってみようとして最初は良かったけれど、それは長く続かないから寝込んだりして、これは当たり前のことです。ただ、2週間経ったので、これからは目標を持っていきましょう。今までは目標というよりも、朝起きて調子が悪い時にはそのまま過ごしてきました。調子が悪いのに自分を押し出してきたら気分が悪いものですし、無理なことですが、心の視点を変えると、調子が悪くても調子の捉え方が変わるので

朝、調子が悪いとして、なぜ調子が悪いのか。例えば何かの作業が億劫だとしましょう。それで気分が前向きになれないから、朝、調子が悪くなる。それだったならば、「今日はその億劫なことを避けて過ごしてみましょう」ということにしたら、出てこないよりは出て来られて良かったということになりますよね。そういうふうに一歩でも前向きに取り組んでいきましょう。

この2週間、自分でじっくり考える時間はあったと思いますが、これからどういうふうに

したらいいと思いますか？

とっこさん：

もっと体を使ったらいいのかなと思っています。

いさどん：

では、使いましょう！その時に、「体を使ったら疲れるな」と余分なことは考えません。「使った方がいい」と思ったら使えばいいのです。今までのように、「私は体を使えばいいと思ったのに、もう音を上げてしまって自分はダメだ」と責めることはナシですよ。つまり、使った方がいいと思ったら使ってみる。ダメだったら、「ここまでだった」ということがわかって良かったということで、そこでやめればいいのです。それくらいの柔らかさや機転が利くような行動が出来るといいですね。とっこさんの場合、日頃からそういう姿勢が出来ていないのですから、結局いつものようにぐたぐた考えてしまうことが続くのです。

とっこさん：

そうなんです。堂々巡りですよ。

いさどん：

そうです。堂々巡りをしても何の成果もありませんからね。人の言うことを聞かないで、また堂々巡りさせるというのはとっこさんの悪い癖ですから、紙に書いて部屋の一番眼につくところに貼っておくとか、手に書いておくとか、常にそのことを心がけるようにしていきましょう。別にノルマをかけているわけではないのですから、自分がやれるところまでやればいいのです。

とっこさん：

結局、いつも背伸びをしすぎていたんですよ。

いさどん：

そうです。先程も伝えましたが、子どもの頃に「あなたは長女だから、あなたはこういうふうだから」と要求するような親がいました。しかし、お母さんにはお母さんの事情がありましたからこれは仕方のないことで、そういう環境だったということです。それに対して、「私にはそんなこと出来ない」と言えないあなたがいたのです。期待されるとやっぱり評価されたいと、自分の心に思っていないことまでやったり、負担になっているのに何でもない顔をしたりということをしてきたわけです。それがとっこさんの中に癖になって染みついているのです。最初は優等生でも、それは何の得にもなりません。優等生のままでいて評価されて、やり切れればいいですよ。しかし、結果自分に負担が来て、自滅するようなら何にもならないのですから。それが癖になっていれば繰り返すわけですから、そういう自分の中にある種を蒔いて育てているのです。

まず、自分に不必要なエネルギーを使うようなプレッシャーをかけていると、自分がやるべきこと、例えば旦那さんのご飯をつくるとかお父さんのお世話をすること、自分が全部で10のエネルギーを持っているとしたら、今は1か2しかエネルギーをかけられなくなっています。あとの8は自分を責めることに消費しているのですよ。1か2しか自分がやるべきことにエネルギーをかけられないから、自分に合格点はあげられないわけです。8は自分のことで残りの2で役割を果たすのは大変ですが、無駄なことにエネルギーを使わないように自分の心の持ち方を変えると、その8のエネルギーもやるべきことに向けられるわけです。そうすると、全部で10あるわけですから、半分手を抜いて残りの5のエネルギーをかけただけでも、「とっこさん、今までの倍以上もやってくれてどうもありがとう！」ということになるのです。今までしっかりやってこなかったことが良いことになるのです！他の人よりも少しやっただけで評価されますから、これは良い作戦ですよ（笑）。

とっこさん：
作戦（笑）。。。

いさどん：
ものは考えようですよ。1週間経って旦那さんがとっこさんの様子を見に来た時、すごく喜んでいてじゃないですか。今まで寝てばかりいたとっこさんが、エプロンをつけて厨房にいてだけで喜んでいましたよね。あれは、今までやってこなかったから、ああいう評価が生まれるのです。さっきの話もそうですが、比べることによって「私はダメだ」ということにもなるのです。

とっこさん：
考えてみたら、今まで何もしてこなかった私が、厨房に立って「これを刻んで下さい」と言われてそれが出来るだけ自分が向上しているな、と自分をほめればいいんですよね。

いさどん：
旦那さんがそれだけ喜んでいたら、本人も喜んでいいはずなんです。ところが、その本人にはその喜びが長続きしないのです。それはなぜだかわかりますか？

とっこさん：
自分の基準が高いからじゃないですか？

いさどん：
自分の基準が高いということは、今出来ていることを良く捉えていないということです。どんなことも、良くも悪くも捉えることが出来ます。自分がどちらの傾向を持っているのかということですが、とっこさんはどちらだと思いますか？

とっこさん：
悪い方です。

いさどん：

そうです。だから、今のとっこさんの状態があるのです。確かに旦那さんとはあまり良い組み合わせとは言えませんし、結構手のかかるお父さんと一緒に暮らしていますが、自分の捉え方が変わったら、気持ちが先に楽になっているので、同じエネルギーをかけても今までのような負担には感じなくなるものです。相手も、「今までは具合の悪い人にやってもらっていたのだから、やってもらっただけでこちらも気が重いな」と思っていたのが、「気持ち良くやってくれてありがたい」と思えるようになって、何だか元気になってきて、結果、手間があまりかからなくなるという相乗効果が現れることもあるのです。良いことは良いようにちゃんと雪だるま式にまわっていくものですし、悪いことは悪いようにどんどん雪だるま式に転げ落ちていくことがあるのです。捉え方を変えることによって、それがきっかけとなり、何かのスイッチが入ったように好転していくことになるのです。そのことを信じることが大切です。物事を前向きに捉えていない人はそういうふうには考えられませんからね。

自分をしっかりと観察して前向きに捉えられていない自分がいたら、「そういう自分がいる」と気づくことがまず大切です。次に、「では、前向きに捉えるにはどうしたらいいのだろう?」と考えてみましょう。自分で考えられなければ、サポーターののんちゃんに聞いてみたり、ちょっと調子が良ければ厨房でお手伝いをしながら食当さんに聞いてみたり、エリーに聞いてみたり、よければ私に聞いてもいいのです。自分で結論を出さなくても、他の人ならいくらでも前向きな捉え方をしてくれる人はいるのだから、それを利用してもいいのです。

いずれにしても、「病気は自分で治すしかない」ととっこさんもおっしゃっていましたよね。

とっこさん：
それは本に書いてありました。

いさどん：

それは本当です。誰も治してくれません。薬で治ったとしても、それは薬の作用で症状が現れていないのであって、本当に治ったわけではないのです。薬の作用を利用したとしても、自らが自分の心の癖に気づいて、自分の心がどういう方向を向いているのかをチェックすることが大切です。そうしたら、自分で病気から抜け出していくことが出来るのです。そして、自分で知恵が浮かばない時には、他の人に聞けばいいのです。

あとは体調にもよりますが、ミーティングにもなるべく出るようにするといいですね。出るだけでもためになりますから。そして、出るだけではなくて、これからは今日の自分について

て発言して下さい。出来たら、他の人の話の時に「私はこう思います」とコメントして下さい。何も立派なことを言わなくてもいいのですよ。そこでまた立派なことを言って花丸をもらおうと思わず、「現状の私は今の話を聞いてこう思います」ということを話してもらった方がいいのです。これは効果があります。これはノルマではありませんので強制はしません。「そのように努力しましょう」ということです。

そういうことが出来てきたら、自分に対して今とは違う評価が生まれ、自信もついてくるものです。とっこさんは今、このままではいけないから変わろうとしているのですよね。

とっこさん：
そうです。

いさどん：
そうすると、とっこさんは今の状態を変えるためにここにいるわけですから、今の状態で将来について考えないということです。将来、考え方も受け取り方も変わっている自分のことを変わる以前の今の自分が考えても、的外れなエネルギーを使っているだけになるのですから、そういう無駄なことはやめましょう。先のことを考えるのはいいのですが、つつい癖のようにして将来起こらないようなネガティブなことを考えている可能性があるわけです。それはエネルギーがもったいないですし、現実に伴わないことを考えると疲れますからやめましょう。

今二つのことをとっこさんに伝えましたが、どんなことでしたか？

とっこさん：
ミーティングに出て、少しでも自分が考えたことを発表すること。あと、今の考えで先まで考えてしまわないことです。

いさどん：
その話には前段があるのです。ミーティングで発表するのは、自分が今どのように前向きではない捉え方をしているのかということに気づくためです。それは自分だけではチェックし切れないものですし、もし前向きではない状態になっているのだとしたら、それを変えていく手助けとしてミーティングで話をする有効なのです。ですから、目的はミーティングで話をするのではなくて、自分がどういう方向に考えているのかをチェックする力を身につけるということです。

とっこさん：
つまり、客観的に見られるようにするということですよね。

いさどん：

そうです。とっこさんは賢い人なのですぐにそういう答えが返ってきますが、言葉が正解でも、それを実行しないと意味がありませんからね。

とっこさん：

現実に伴わないといけないということですよね。

いさどん：

その通りです。それは忘れがちになるので紙に書いて、自分がよく見る場所に2、3か所貼るといいでしょう。毎日必ずそれを何度も見て、「自分がやっているのか、やれていないのか」とチェックしましょう。これはノルマではありません。あくまで達成したい希望であって、「ねばならない」となったらまたプレッシャーになりますからね。それに組み組んでみて、1週間後にどんなとっこさんがいるのか見てみましょう。

とっこし苦労はしないように！取り越し苦労ですよ（笑）。今とっこさんは、現実味のないことでエネルギーを使って疲れてしまい、やるべきことにエネルギーを割けない状態になっているのですから。調子の良い時には十分やれる人なのですが、わざわざそれをやれない状態にしているのですから、もったいない話です。しかし、今伝えたことを前向きに取り組んでいけば、次回旦那さんがいらっしゃる時には、「前よりまた良くなっているじゃないか！」と喜んで帰られることにもなるわけです。

とっこさん：

主人は、「せっかくここと出会ったのだから、しっかりと勉強して元気に帰ってきてほしい」と言ってくれています。

いさどん：

色々な意味で、ここで身につけられることはありますからね。ぜひ心の問題を早めにクリアして、ついでにここで身につけられることがあればおみやげに持って帰ってもらえればと思います。とっこさんは確実にやる気があって、やれば成果が出る状態ですから、そこに楽しみを見出していけばいいですね。ただ、気をつけなければいけないのは、やりすぎるとまた反動が出ますからね。しかし、反動が来るということを心配するのではなくて、「そういうふうに無理をしてはいけないよ。無理が来たらいつでもストップしていいんだよ」という心を準備しておいたら、どんどんやっていっても大丈夫です。そうすれば、自分が描いた通りに事がならなくても、自分を責めなくていいのです。

子どもの頃に悪いこともやって親の言うことも聞かないでと色々な自分を表現していれば、十分にエネルギー消費が出来ているので、子どもを卒業して大人になっていけるものなのですが、それが出来ていないと、「子どもの頃に十分エネルギーが燃焼出来なかった」という

想いが残って、一人前の大人になり切れないということがあるのです。しかし、もう一回子どもをやり直すということは出来ません。だから、子どもの頃に自分がやってこなかった部分をエネルギー消費してあげるには、自分の中でそれをしっかりと理解し、子どもの自分を卒業させることです。そうすれば、一人前の大人としての自覚が育ってきます。

とっこさん：

私の場合は、嫌なのに嫌と言えなかったんです。

いさどん：

そうです。

とっこさん：

抑圧された部分があったから、それで大人になり切れていないんですね。

いさどん：

でも、それはお母さんだけが悪いのではなくて。。。

とっこさん：

（いさどんの言葉を遮って）自分が悪いんです！

いさどん：

いやいや、それもそうですが、お母さんのまわりにも問題はあったのです。そのお母さんの問題はお父さんのことやお母さんが育った家庭、姑さんとの色々な事情があったと思うのです。ですから、お母さんだけを責めることは出来ないのです。たしかにこの人の人間性も原因していたのでしょうか。さらに、その親の下に生まれることを自分が選んできたわけですから、これは誰を責めることも出来ません。そういう定めだったということです。

そして、今の自分があって、満点にほめられるわけではないかもしれませんが、病気になって辛かった結果、今ここでこうやって自分を見直し、自分の心をコントロールする術を身につけられたらどうでしょう。世の中で一体どのくらいの方がそういうことをマスターしているのでしょうか。それこそ、死ぬまでそのことを知らずに、自分から出てくる想いをそのまま表現するだけで旅立っていく人もいます。そう考えると、とっこさんは今、すごく価値あるものに出会っているとも言えます。自分をそういった評価で見たら、今まで自分が良く捉えていなかったことでも、結果として自分が成長出来たとしたら、全部つながってここに来るプロセスだったのだから良かったことになります。過ぎてしまったことにすら感謝出来るようになるのです。未来はなおさら悲観的に捉えていたら、それにふさわしい人生が与えられるのです。愚痴る人には愚痴るネタが沢山訪れるようになっていきます。つまり、未来も自分で創っていますし、過去も自分で修正し創ることが出来るのです。

とっこさん：

話を聞いてみると、すごく納得出来ます（笑）。

いさどん：

これは誰でも出来ることですから、練習を積みながらやっていきましょう。見通しは明るいですよ。さて、これからどのくらいの経過でどのようにとっこさんが変化していくのでしょうか。とっこさんが良くなるのは私たちの楽しみでもあり、ありがたいことでもあるのです。それは私たちの実績にもなりますし、さらに自信を深めて色々な人を受け入れ、世の中を良くするために貢献出来るのですからありがたいことです。

とっこさんも、ひとつひとつ成果が出てきたら「ありがたいな」と思えるようになりますよ。とっこさんは普段、「ありがたい」とあまり思っていないですね。

とっこさん：

主人にもよく言われます。「おまえには感謝がない」って。

いさどん：

自分が感じようとすれば、感謝はどのような状態でも生まれてくるものです。とりあえず、この調子でやっていきましょう。

とっこさん：

エリーさんは笑ってばかりいますが（笑）、何かありますか？

エリー：

笑ってばかりでごめんなさいね（笑）。いさどんにひとつ聞きたいことがあるのですが、彼女がうつ病になった原因は色々あると思いますが、その中でもお父さんの介護が大きな原因だろう、と前回の対談で私は確信めいて彼女に言ってしまいました。自分がどう物事を捉えていくのかということも大切だけれど、その負担を現実的に減らしていかなければ、やっぱり厳しいのではないかと思うのです。

いさどん：

エリーの言うこともその通りです。しかし、それは優先事項からすると 3 番目くらいのことです。まずは、今の彼女が自分の状態を健康にすることが優先で、健康になった後、将来のことを考えていく中でお父さんのことも出てくるのです。エリーも前回の面談で、「ここは想いが具現化するところだ」と言っていましたよね。健康な想いには健康が具現化しますし、不健康な想いには不健康が具現化するものです。例えば、とっこさんが健康になったとします。そうすると、この健康な人が家に戻ると、健康であるにもかかわらず不健康が戻っ

ていた先に用意されていたら、これは因果応報という宇宙の法則が間違っているということになります。つまり、この人が一方的にここで健康になれば、不健康な環境はそちらで自動的に処理されてくるということが起きるのです。それが流れというものです。まずは1番をやって、そして2番をやると、3番目は自動的に消えているということがあるのです。そうすると、優先順位が3番目のものを今考えるということは、今やらなくてもいいことを考えている可能性があることにもなります。ですから、「まず目の前のことをやりましょう」ということです。1番をやって2番をやり、3番目の問題があればその時に考えればいいことで、もしかしてその時にはないかもしれません。それよりも、まだ1番を処理していない人が3番を考えたら、物事が狂うことになるのです。1番と2番を処理出来たということは、3番を処理出来る能力があるから2番が終わっているわけです。そこでは今の状態とは違う人がいるわけです。私が伝えたいのは、「まだ1番をやれていない状態で、3番について考えるのはやめましょう。まずは1番をやって2番をやったらやれるあなたがいて、そして3番に向かうのです。その時には今とは環境や考え方が違いますから、当然今とは取り組み方も違って来るはずですよ。宇宙の法則では、1番と2番をやると、3番は消えて不必要になっている可能性もあるのですよ」という捉え方です。そういった心が信じるということですよ。

エリー：

ありがとうございました。納得しました。

いさどん：

ですから、エリーの言っていることはその通りなのですが、もしかして不必要なことかもしれないということです。なるべく省エネで行きたいものですよ。エネルギーを少なく使って大きな効果につなげたいものです。

エリー：

一般的に環境調整というと、まずその人に負荷がかかる状態を取り去っていくという考え方ですから。

いさどん：

それもそうなのですが、すべての出来事には目的があり、意味があってそうなっているのです。因果関係によって起こっているのですから、因がなくなったら、結果は自動的になくなるということになります。

面白い話がありまして、以前、10年くらい引きこもっている息子さんを持つお母さんが一人でここに相談に来ました。2時間くらい話をした後私が伝えたのは、「これは因果関係ですから、引きこもるという子どもがいるとしても、一人では引きこもれません。引きこもる本人と引きこもらせる親や環境があることによって、引きこもりが成立します。今、10のエネルギーが引きこもりという状態をつくっているとしましょう。そして、お互いに5ずつ

つの原因があるとして。今あなたは引きこもっている子どもがかわいそうだからと、部屋にご飯を持って行ってあげています。そうしていれば、「これは引きこもっていていいんだ」と息子さんは思いますよね。しかし、本当はその状態から抜け出させてあげるの方が大切なのに、その状態を支援していることにもなっているのですから、もっとかわいそうなことをしているということにもなります」と伝え、「そうです」とお母さんは答えました。そこで私が、「あなたは自分が半分問題だったということをここで理解しましょう。あなたの息子さんは今東京にいて、あなたはここで話しています。向こうはあなたがここで何をしているか知らないですよ。しかし、身内や親子という関係は見えない糸で固く結ばれているのです。あなたの心が変わった時に、向こうが自動的に変わるということがあるのです。あなたは今、気持ちを変えることが出来ますか？」と聞いたら、「私が息子を引きこもらせていたと納得しました」と言うのです。そこでさらに私が、「そうすると、あなたが持っていた5の原因のエネルギーがなくなると、向こうが5を持っているわけですから、それを二人で割ると2.5ずつですよ。家に帰ってみて下さい。多分、違う息子さんが迎えてくれますから」と伝えたのです。そして翌日メールで連絡がありました。「びっくりしました。家に帰ったら、引きこもっていた息子が迎えに出てくれて、『どこに行っていたんだい?』と言うのです。『わたしはこういうところに行っていて、今日は野菜を買って来たのよ』と言うと、『僕、料理をしてみたくなった』と料理をしてくれました。そして、色々話をしてみたら、『僕もそこに行ってみようかな』と言うのです。そんな息子ではなかったのですが。」そして、1週間後にその息子さんは一人でここに来ました。お母さんは、「言われた通りでした。私は何もせず、ただここで気持ちを変えたただけなのに、違う息子が迎えてくれたのです」というメールをくれました。

この世界にはそういうことがあるのです。必ず原因と結果、因果応報、類は友を呼ぶわけですから。それは人間が浅く考えただけでは事が起きていない証拠です。人間の考えの中だけですべての出来事が起こったら、何も難しくありません。頭が良い人はみんな良い人生を生きられることになりましたが、そうではありませんよね。色々なものが連動していて、その奥には深いこの世界の法則があるのです。

自分が健康になれば、自動的に健康な現象が訪れます。だから、自分を変えればいいのです。誰のせいでもありません。これはお父さんのせいだけではないのです。お父さんにはお父さんの理由があり、お母さんにはお母さんの理由があり、あなたにはあなたの理由があるのです。エリーも言っていた「100:1の法則」のように、自分に1%でも非があればそこを直せばいいのです。そして、たった一つ直ただけで、自分が0になって向こうに100原因が行くわけですから、あとは向こうが変わっていくだけです。

エリー：
よくわかりました。

とっこさん：

私も前回のエリーさんとの面談をもう一回読んでみて思ったんです。私が父や母のことを恨んでいるうちはダメだなと。

いさどん：

それはとても良いことに気づきましたね。本当にそうなんです。どんな親でも自分をこの世に生み出してくれた人ですからね。どんなに愚痴を言っても、どんな人生を生きていても、それが与えられたということは自分が賢くなって貴くなるチャンスとして与えられているわけですから、それに文句を言っているのはダメですよ。

とっこさん：

はい。文句を言っているうちは治らないなと思っています。

いさどん：

文句を言っていること自体が病気を呼んでいるのですからね。この世界を本当に正しく観ていったら、この世界に愚痴を言ったり文句を言ったりする要素は何一つないのです。すべてはありがたいことです。とっこさんにしたら、愚痴をこぼす環境ではないところをこうやって用意されたということはチャンスなのですから、この機会をものにしてくださいね。ちゃんと良くなりますから。

とっこさん：

わかりました。ありがとうございます。

エリー：

私もありがとうございました。大変勉強になりました。前回のとっこさんとの面談では、私も短絡的にアドバイスしていましたから（笑）。

いさどん：

あの段階で、とっこさんが今の話を理解することは多分無理だったでしょう。それはとっこさんが育っていったとわかるということですから、エリーの面談は有効に働いていましたよ。すべては順調に進んでいるということです。