

ビジョン心理学に出会って受け取った『輝き』

本田由美(ハートフルファミリー会員)



▲本田由美さん

私がビジョン心理学に出会うきっかけを作ってくれたのは、こころのビタミンの被災地支援でした。私は、震災で20人以上の友人知人を失いました。祖母の家も流されてしまいました。自営業の客足も途絶え、孤立し、明日のことを想像することが出来ませんでした。そんな時、通常2万円もするセミナーを無料で受けられるという案内が飛び込んできました。収入の厳しい日が続いていたので、無料はなんともありがたいかった…。すぐに申し込みました。

私の家から会場まで、1時間半、普段使っていた電車が津波で流されてしまったので、臨時のバスに長い行列を待って乗り込みました。初めてのビジョン心理学の会場。栗原弘美先生をはじめ、出会う人達が輝いて見えました。東京からの参加者も多く、私は久しぶりに日常を離れ、新鮮な気持ちになりました。初めてのグループやバディ。震災後、久しぶりの外でのランチ。初対面なのに、自分のことを隠さず話してもらえ嬉しさと、自分を受け止めてもらえる安心感。弘美先生が「心配しないで、泣きなさい。」と言ってくれました。安心して泣きました。今まで、自分よりもつらい思いをしている人があると思うと泣けませんでした。私は、セミナーで自分をもっと大切にしていいたと知りました。震災で自分の無力を思い知らされ、情けなくて、情けなくて、なんで生きてるのか分からなくなっていました。でも、そうや

って随分自分をいじめてきたことに初めて気づき、震災後の自分を、やっと認めることが出来るようになってきました。

このセミナーからヒントを得て、私は地元のママ達と分かち合いの会「こころのティータイム」を開くようになりました。そこで私がビジョン心理学から学んだことも分かち合っていたところ、ママ達の間でもっと心理学を学びたいという希望が生まれました。この希望を受けて、こころのビタミン主催で無料のママ達向けのセミナー「拡大版こころのティータイム」が、これまでに7回開催されています。セミナー会場は、避難所だった場所です。

私がビジョン心理学に出会って受け取った輝きが、今度は、今、被災地のママ達を灯台のように照らしてくれています。

皆様、本当に、どうもありがとうございます。



▲拡大版こころのティータイムの様子。右はこころのビタミン研究所理事・ビジョン心理学トレーナー 伊藤由紀子さん



〒108-0073
東京都港区三田3-1-5 第一奈半利川ビル3F
TEL: 03-5765-1956 FAX: 03-5765-1961
E-mail: info@cocoro-v.org
URL: http://www.cocoro-v.org
ブログ: http://ameblo.jp/cocoro-v

ビタミンニュース 平成27年3月号 NO.18
発行日/2015年3月31日
発行/こころのビタミン研究所
制作/榎本泰基

2015年3月

NO.18

ビタミンニュース



ハイチ医療センターのいま、そして、これから

センチル・ラゲル IAH 代表



多くの方の募金・ご支援のもと、2013年12月に完成したハイチの医療センター。その医療センターの現在の活動や現状、そして医療センターが掲げるこれからのビジョンについて、IAH(イニシアティブ・アゲンスト・ハンガー)代表 センチル・ラゲル氏に語って頂きました。

■医療センターの活動

医療センターは、月曜から金曜まで、午前8時半～午後2時まで開いています。



▲赤ちゃんの体重測定

どんな活動をしているかというと、まず看護師が患者の受付をし、体重、血圧など事前に聞きます。その後で医師の診察になります。検査の必要な患者は検査室、薬が必要な患者は薬局に行きます。時に衰弱が激しい患者には点滴を受けてもらうこともあります。

通常、医療センターへ外来に来た人は誰でも見ます。患者の主な病気は、子供の慢性的な栄養不足、乳幼児の疾病、下痢、はしか、感染症、チフス、マラリア、コレラといったところです。

■医療センターへやって来る患者の様子

患者の多くは医療センターのあるドゥヴァイヴィエールの人です。センターの近く首都ポルトープランスの最も大きなスラム、シテ・ソレイユからも来ます。25グールド(日本円で約64円)と診察料がやすいので、近隣からの患者も多いです。



▲医療センターにやって来た患者達

患者数は、ばらつきがあり、その時に地元で何が流行しているかにもよります。チクングンヤ熱(デング熱の一種)が流行った時は週に120人ぐらいになりました。通常は週に50人から60人でしょうか。また、3月には雨季がやってくるので、その頃には70～80人ぐらいに増えます。空き地に雨がたまると蚊が発生するためにマラリアが多くなるのです。

患者達の生活は、とても厳しい状況です。多くが失業しており、子供が多く、世話が行き届かないのが実情です。主に果物や食料を市場で売るのが生計手段です。中には農園を拓いて野菜栽培をしている人も何人かいま

すが、灌漑システムがないので、雨季の雨を頼みにしている状態です。

こうした人達の一人当たりの年間収入は国の中でも最も低く、1,500ドルぐらいでしょうか。これらの60%ぐらいの人が一日平均2ドル以下で暮らしており、貧しく、社会的にもまた隅に追いやられている状態です。加えてギャング同士のトラブルや暴動が頻繁に起きています。



▲薬を受け取る患者

■ハイチの近況

ハイチの最近のニュースとしては、現政府がドゥヴァイヴィエールへのアクセスをよくするために新しい道路を2本建設中です。電気はありますが、水の供給がありません。なので人々は地域に寄贈された井戸と公共の噴水の水を使っています。

■IAHとして掲げるビジョン

IAHとしてのビジョンは、伝染病のない地域を作ることです。そして栄養部門を増強することで、0歳から5歳までの子供の死亡率を下げることです。

ハイチ医療センターでは毎日対応に全力投球しています。私たちが懸命に活動できるのも、みなさんがパートナーでいて下さるからです。心から感謝致します。

これからもどうぞ応援よろしくお願いします。



▲センチル IAH 代表(右から2番目)と医療センタースタッフ近影

ご支援よろしくお願いします!!

年会費・寄付・バングラデシュ支援・ハイチ支援・東日本大震災支援

【振込先】

郵便局：ゆうちょ銀行 記号10100 番号77011271

銀行口座：三井住友銀行 三田通支店 普通 7852939

口座名(郵便局・銀行共)：

特定非営利活動法人こころのビタミン研究所

東日本震災支援活動の4年間

磯ヶ谷ふき子(理事)



▲磯ヶ谷ふき子さん

2011年3月11日の東日本大震災から丸4年になります。こころのビタミン研究所の被災者支援活動は、ビジョンドायナミックス研究所との共催により、その年5月に仙台で開催された1 DAY ヒーリングセミナーへの招待から始まりました。震災直後から何もできない無力感でいっぱいだった私は、このセミナーに向けて仕事仲間のネットワークを使って東北でリーダーとして活躍している住まい関係の仕事仲間へ声掛けをし、セミナーに招待しました。私もお誘いした12名の方と一緒にセミナーに参加し、その中で私自身もこの震災の被災者で、無力感を感じて何もできなかった自分を責めるのは最も上手いかなことだということに気づきました。

セミナーに参加した仙台に住む友人は、「自分の家は倒壊を免れ住むところはある。自分達家族は大丈夫。本当の被災者は家族や家を失った人」と言っていました。友人を含む多くの人が、被災の程度によって、自分は大丈夫と他の人を助けようとしていました。そしてなにか申し訳なさを感じていました。セミナーの中でそれぞれが震災の体験そのものを扱うにはもう少し時間が必要だったようです。セミナー後、何人かの方にフォローアップのカウンセリングをさせていただくと、その時の自身の体験を淡々と語り、被害の酷い地域に行くのが辛いとか、自分のお客様の家を見たくない等の話を聴いて私も胸が苦しくなるような体験をしました。

その仙台セミナーで宮城県東松島市に住む助産師・本田由美さんと出会い、彼女の「東松島に住むお母さんを助けたい」というビジョンを応援する形で東松島での震災支援活動が始まりました。本田さんは



セミナーでわかちあいの価値を学び、小さなお子さんを持つお母さんのわかちあいの場として自宅で「こころのティータイム」を提供し、すでに開催は100回を超えています。そして、もっとお母さんを効果的に援助したいという願いからビジョントレーナーでもある伊藤由紀子理事による2時間のセミナー「拡大版こころのティータイム」を支援活動として開催し、昨年11月8日で7回目の開催になりました。またセミナー以外にも、電話やスカイプを利用したカウンセリングなどを行い、継続的にカウンセリングを受けることで沢山の方が夫婦関係や家族関係に違いをつくりだしています。

こうした支援が4年間続けてこられたのも、会員である皆様の自分もこの震災について何かしたいというお気持ちと支援のお蔭です。海外からも日本を助けたという多額のご寄付をいただきました。他人事ではなく自分事としてとらえる皆様の当事者意識が貢献の原動力です。本当にありがとうございました。

最後に私事ですが、なぜこの震災支援に取り組んでいるかを見つめてみると、自分が出来る援助をさせていただくことで、自分自身がこの震災のあとの無力感から救われたということです。最大の癒しはもしかしたら「誰かを助けたいと思うこと」かもしれません。



拡大版ティータイム全7回で参加された方のご感想をご紹介します。(以下抜粋)

- 楽しかったです。自分は生きていだけで良いんだと気づきました。助かって良かったです。
- 久しぶりに人は幸せになるために生きているということを感じました。
- こうして皆さんと心の中の本音を言い、話し聞けたというのは本当に貴重な事だと思いました。気づき気づかされました。
- 自分のことを話すのは勇気がいって、エネルギーも必要だったけど心が軽くなりました。
- 自分で自分のことが分っていたように見えていなかったことも見えてきて、充実した2時間でした。仕事の復帰に向けて前向きになりました。
- 自分の心の声を無視するのはやめようと思った。
- 震災の時の感情をずっと考えていたが、それから関連付く事が色々湧いてきて感情が沢山出ました。

バングラディッシュ出発にあたって

よしだひろちか(理事)



▲よしだひろちかさん

私が20代の終わりの頃に初めてセミナーを受けた時、トレーナーから言われた最も印象的な言葉は「戦争も飢餓も、あなたが作り出している」という言葉です。そして「ぜひ飢餓を無くすことをあなたのビジョンとして持ってください。あなたのビジョンにお金を出すのであれば、これは募金ではなく投資です。」それ以来、夫婦ともに20年以上、飢餓の終焉のためにお金を出し続けています。

このたび機が熟し、バングラデッシュに行くことになりました。様々な情報を通して自分なりに感じているところはありましたが、実際に目で見て、肌で感じることは大きく違うんだろうと思います。

私は、この日本は世界の中で特殊な国だと思います。戦争ですべてを費やした結果、敗戦によって国全体が極貧の状態に陥り、あまりにも食べるものがなく、子ども達が餓死してしまう状態が起きました。WHOは世界中から募金を集め、脱脂粉乳を中心とした食料が送られたことによって、つながった命がどれほどあったことでしょうか。

そんな状態から、すべての人が努力し、わずか半世紀で世界のナンバー2の大国にまで発展したのです。これほどの短期間に貧しさと豊かさの極を体験した国は他に類を見ません。大きな痛みも、豊かさも体験している私たちだからこそ、道を示せることがあるのではないのでしょうか？

私も最初のうちは、「飢餓なんか無くなればいいなあ」程度の意識しかありませんでした。しかし自分に子どもが生まれ、その命に触れるたびに意識が変化して行きました。「この地球上で、命の重さに違いがあるのはおかしい。いつの日か、命がどこに生まれ育とうとも、夢や希望を持てる世界にしていきたい。」と思うようになって行きました。

選ぶこと。祈ること。お金を出すこと。どうか飢餓に対して目を背けず、力を貸していただけたらと思います。



今後のこころのビタミンのイベント日程 ~皆さんのお越しを心よりお待ちしております!~

2015年4月11日(土)

ハートフルファミリーの集い

時間: 午後6時30分~8時15分(受付開始: 6時)

会場: 港勤労福祉会館

参加費: 会員 500円 / 一般 1,000円

日頃から多大なる応援に感謝の気持ちをお伝えしたく、毎年開催しているハートフルファミリーの集いです。



▲昨年のハートフルファミリーの集いの様子。

2015年6月13日(土)

バングラデッシュ視察ツアー報告会

時間: 午後6時30分~8時30分

会場: 田町スクエア(旧東京機械本社ビル)5F

参加費: 会員 1,200円 / 一般 1,500円

毎年恒例のバングラデッシュ視察ツアー報告会。私たちの支援が実際にどのような成果をあげ、バングラデッシュの人々にどのように受け止められているのかを直接知ることができます。



▲昨年のバングラデッシュ視察風景。今年はどんな報告が届くか楽しみ!