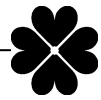


# やけどを負った女性のお話 ～癒しの物語～



-カウンセリング、セラピー現場最前線より-

はじめまして。神戸メンタルサービス・代表の平です。これからご紹介するのは、以前に私がある女性からいただいたご相談です。

このお話は愛について、痛みについて、そして癒しについての物語です。

人が癒されればどのように変化していくのか？癒しによる問題解決や成長とはどういうことなのか、ご理解いただけたらと思います。このお話があなたの癒しのヒントになれば幸いです。

神戸メンタルサービス代表  
平 準司

\*このお話はクライアントさまのご了承を頂いた上でご紹介しております

## ■平準司のプロフィール



神戸メンタルサービス代表。

銀行営業マンを経て、1988年、29歳の時、ヴィジョン心理学創始者、チャック・スペザーノ博士に出会い、師事。

1993年より、プロセスを重視した本格的なグループ・セラピーを開講する。ユーモアあふれるレクチャーで受講生を笑いの渦に巻き込む。

カウンセラーとして25年以上活躍中。恋愛、ビジネス、家族、人生で起こるありとあらゆる問題に心理学を応用し問題を解決に導く。

年間60回以上のグループ・セラピーと400～500件の個人カウンセリングを行う実践派。

100名規模のグループ・セラピーをリードできる数少ない日本人のカウンセラーの1人。現在は、カウンセラーの育成に重点を置き、日夜指導に当たっている。

### ●平準司のカウンセリング

面談カウンセリング（2時間） 37,800円

ご予約は、予約センター（06-6190-5131）までお電話ください。

カウンセリングのスケジュールは、こちらでご確認ください。

<https://www.healing.ac/info/taira-mendan.html>

**あ** る時、私のもとに一本の電話がかかってきました。

「私、やけどなんですけど、治りますか？」

神戸メンタルサービスにはいろいろな電話がかかってきますが、この電話は中でも特に変わった電話でした。

「え？やけど？ 電話する所を間違えてるんじゃないですか？」というのが私の第一印象でした。

「うちは美容整形でも、整形外科でもないのに、何をしろって言うんだらう？」そう思いました。

しかし、彼女の話をしばらく聞いているうちに、セラピーを通して彼女の問題を癒すことができると思ったので、

私は

「あなたが思っているやり方とは全然違うけれども、治すことができるよ」

と言いました。

そして、彼女と会うことになりました。

彼女に初めて会ったとき、私はもう一度、

「あなたの思っているやり方とは全然違うけれども治るよ、それでもいいよね」

と尋ねると、彼女は

「治るなら何でもいいです」

と言ってくれたので、セラピーを始めました。

**彼** 女にはやけどがありました。

彼女が3歳の時に、お母さんが誤って熱湯をかけてしまったからです。

そして、体の左側の上半身から下半身にかけて、かなり幅広く、ケロイド状にやけどの跡が残っていました。

左足の親指と人差し指がくっついてしまっているくらいひどいやけどだったのです。

そして、ケロイド状のやけどを治したいというのが彼女の依頼でした。

**「ど** うせやるんだったら、やけどだけじゃなくって、ほかの問題も全部片をつけようよ。他にはどんな問題があるの？」

と彼女に尋ねました。

すると彼女は

「やけどがある」

「彼氏がない」

「お金がない」

「お母さんとの仲が最悪」

この4つをあげました。

そこで私は、

「これらは別々の問題だと思うかもしれないけれども、実は全部同じ問題なんだよ。だから根っこから全部解決しようね」

と言いました。

彼女は私の言っている意味がよく分からなかったようですが、「やけどが治るんだったらまあいいか」という感じでセラピーを始めました。

そして彼女の無意識を見ていきました。

3歳のやけどの部分からセラピーを始め、やけどのルーツについて聞きました。

3歳の時の記憶をはっきりと覚えている方はほとんどいらっしゃいませんが、実は私達は記憶をすべて覚えているんです。

意識的には、忘れていますが、『潜在意識・無意識』というのは、記憶の倉庫になっています。

# 潜

在意識・無意識にアプローチをして、3歳の彼女が感じていた感情にアクセスして、彼女の痛みの部分を見ていきました。

3才の女の子にとって、欲しいものというのは「親との親密感」だけです。

「いつも両親から可愛がってもらいたい」それだけなんです。

そんな女の子がやけどをしたんです。

あなたが、もしお母さんの立場だったとしたら、愛する娘である3才の女の子に一生残るケロイド状のやけどをさせてしまったら、どう思いますか？

「私は何ていうことをしてしまったんだ・・・」

「可愛い娘に、一生消えないこんな傷を負わせてしまった。どうしよう・・・」

彼女のお母さんは思いました。

そして、お母さんは、彼女を見る度に

「私は何てことをしてしまったんだ・・・」

と自分を責めるようになりました。

そして、娘にやけどを負わせて以来、

娘が「お母さん、遊ぼう！」「一緒に遊んでよ」

と言っても、以前のように一緒に楽しく遊んであげることができなくなってしまったのです。

今の私たちが大人の頭で考えると、

「彼女のお母さんは、自分を責めていたんだなあ。そういう気持ちにもなるよね」

と思えますが、3才の女の子が3才の頭でこの状況を考えたらこんな感じになります。

「確かにやけどは熱かったけれど、私はお母さんにいつも一緒に遊んで欲しいな」

「でも、あのやけど以来、私とは全然遊んでくれない。いつも沈んでいる・・・」

「私が、遊んでよって言っても、後で、と言うだけでぜんぜん遊んでくれない」

「どうしてなんだろう??？」

「そういえば、このやけどの事故があって以来だ」

「そうか、このやけどってというのは、私が見ても醜くて汚いけど、お母さんすら嫌う、遊んでくれなくなる程のやけどなんだ・・・」

そう、3才の女の子は思っていました。

3才の女の子の頭で考えたらこういう理屈になるんです。

これを『観念』といいます。

そして、これが彼女を支配し、憲法のようにになりました。

私達にはたくさんの観念がありますが、彼女は、

「やけどを持った私は、お母さんにすら愛してもらえないんだ」

という観念を持ったまま、成長していきました。

# 中

学生になり、高校生になり、成長した彼女はとても美しい女性になっていきました。中学校から高校にかけてラブレターを山ほどもらったそうです。

そしてそのラブレターにはいつも

「あなたはとてもきれいですね、あなたみたいなきれいな人は見たことがありません。どうか僕とお付き合いしてください」と書いてあったそうです。

そんなラブレターを見た時に彼女は

「きれいな私が好きなんでしょ」

「私がきれいだから好き、ということはこの人はきれいな物が好きなんでしょ」

「だったら私はダメよ・・・」

「上手に隠しているけれど、私には本当に醜いやけどがあるんだから・・・」

「もしこのやけどが見つかったら、きれいなものが好きな人は私のことを愛してくれるはずがない。きっとがっかりして、彼に嫌われてしまうわ」

彼女はそう思い、誰にもラブレターを返しませんでした。

少し想像していただきたいのですが、クラスに一人とても美しい女の子がいて、その子は男の子からラブレターをたくさんもらっている。

でも、その子は一通もお返事を出さない。

誰とも付き合おうとしない。

そんな女の子がいたら、あなたはどう思いますか？

「何よ、美人だからといって、天狗になっているんじゃないの！」

多くの方はこう思います。そして、彼女のクラスメートもそう思いました。

そして、彼女は男性との距離だけではなく、友人との距離もどんどん離れて行きました。

# 20

歳になった時、彼女は自分の幸せや結婚について考えました。

その時、彼女が取るべきだと思った道は一つだけでした。

それは美容整形でやけどを治すということでした。

病院に行ったところ、皮膚移植をとまなう美容整形をしない限りやけどは治らない、ということでした。

保険はききませんから 800 万～1200 万のお金が必要だと言われました。

そこで、彼女は20歳の時から、朝・昼・晩、働いてお金を貯めたそうです。  
でも手術するのに十分なほどには、ぜんぜんお金が貯まりません。  
そして、1年経ってクタクタになった時に私の所に電話をかけてきたんです。

その頃、彼女は  
「お母さんのせいで私は幸せになれない」  
とっていました。

そして、  
「私がこんな嫌な思いをするのもお母さんのせいよ」  
とお母さんをさんざん攻撃し、責めてきました。

**私** は彼女をセラピーして、彼女の感情にアクセスして、こう言いました。

「あなたの心には二人のあなたがいますよね」

「一人は、あなたの左側に、やけどを負ったかわいそうな女の子がいます」  
「そして右側には、やけどを負った女の子をすごく攻撃して、あなた自身を嫌っているあなたが  
いる」  
「世界で一番、誰よりも本当にあなたを嫌っているのはあなた自身ですよ」  
「あなた以上にあなたのやけどを嫌っている人はいませんよね」

「あなたの心の中で、お母さんを攻撃してるのは、左側のかわいそうなやけどを負った女の子か、  
それとも右側のあなたを嫌っている女の子のどちらなんだろうね？」

「右側のあなたを嫌っている方ですよ」  
「だったら、あなたのお母さんはやけどの女の子と同じ部分と同じ痛みを持っているんじゃない  
ですか？同じ苦しみを持ってるんじゃないですか？」  
というお話をしました。

これは潜在意識レベルの話です。  
彼女の潜在意識にアプローチをして、彼女がそのことに気づき始めたとき、彼女は自分の無意識  
の領域に入って行きました。  
すると、3才の頃の記憶がよみがえってきたのです。

その時の記憶はこうでした。

彼女はお母さんが誤って熱湯をこぼしたと思っていたのですが、実は、彼女がふざけて、お母さんがお湯を持った瞬間に足に飛びついていました。

その結果、お湯がこぼれてしまったのです。

真実はこうです。

彼女はお母さんがとても好きだった。

そのお母さんに私が飛びついて、私はやけどをしてしまった。

私のせいでこうなったのに、お母さんのせいじゃないのに、お母さんは毎日毎日本当に元気がない。

3才の彼女は、

「お母さんがあんなふうになってしまったのは自分のせいだ」

とってしまったんです。

そしてお母さんが元気がないのを見る度に、

「自分はなんて悪い女の子なんだろう。自分にはたぶん幸せになる権利はないだろう」

「お母さんを本当に落ち込ませてしまうくらい私はひどい女の子だ・・・」

と思いました。

彼女の怖れは、この投影からきていて、男性が彼女を見て落ち込むことが、何よりの痛みでした。だから、やけどが見つかって、彼がショックを受けることに耐えられなかったんです。

「お母さんと同じように、また男性を落ち込ませてしまうんじゃないか」

それが彼女の最大の怖れでした。

自分の罪悪感を隠していたのです。

そして、お母さんを攻撃している限り、自分の罪悪感を見なくて済んでいたのです。

でも、彼女はこのことに気づきました。

「本当はお母さんのせいではなかった。すべて自分のせいだったんだ」

私は彼女にこう尋ねました。

「あなたは、21年間ずっと、“やけどを隠す”という生き方をしてきましたよね。その生き方



はあなたを幸せにしましたか？」

「ぜんぜん・・・まったく私を幸せにはしてくれなかった・・・」

それが彼女の答えでした。

「じゃあ、今日、あなたに一つ宿題を出します。

お母さん以外の誰かに、誰でもいいですから、そのやけどを見せてください」

彼女は、

「それだけは嫌！それ以外のやり方でお願いします。それだけは嫌！」

と言いました。

「でも、それ以外の方法は全部試しましたよね。でも幸せにはなりませんでしたよね」

と私が言うと、彼女は、

「私にとっては、やけどを見せるのが死ぬほど嫌なのよ！」

「だから、朝・昼・晩働いてお金を稼いでるんじゃないの！」

と言いました。

私たちには、『デッド・ゾーン』という段階があります。

そこでは、「それだけはいや、そんなことをするんだったら死んだ方がまし」ということ をしないと次のステージに行けないという法則があります。

彼女の場合はここが『デッド・ゾーン』でした。

「でも、やってください。このやり方があなたの人生を変えますよ」

と私が言うと、これまで3年間のセラピーで信頼関係があったので、彼女は

「わかった」

と言って、帰って行きました。

その後 1 年間、彼女からの連絡はありませんでした。

ところが、ある日、一枚のハガキが私の家に届きました。それは、ウェディング・ケーキを切っている花嫁、花婿の写真の「結婚しました」というハガキだったのです。

私は、最初は彼女だとはわからなかったのですが、ハガキの下に「近くにお越しの際は来てね」と書いてあったので、電話をかけてみました。

彼女は私のことを覚えていてくれて、その後の話をしてくれました。

以下はその時、彼女が電話で話してくれた内容です。

彼女はセラピーが終わってから私の宿題をちゃんとやってくれていました。

彼女が宿題の相手を

「誰にしようかな、誰に見せようかな」

と考えたとき、思いついたのが、2年間、彼女が、嫌と言い続けても近づいてきていたボーイフレンドでした。

彼女は、そのそのボーイフレンドに見せようと思って電話をしました。

そして、彼女は、

「あなたは本当に私によくしてくれる」

「でも実は私には秘密があるの・・・」

「あなたは私に本当によくしてくれるから、今晚、その秘密をあなたに教えるわ」

「でも、お願いだから嘘だけはつかないで・・・」

「その秘密を見て、あなたが本当に私の事を嫌いだと思ったら、嫌いと言って・・・」

「同情なんてして欲しくないの・・・」

「あなたが感じる事が私にとって真実だから、それを知りたいの・・・」

「ウソをつかれることは私が一番嫌なことだから、嫌いになったら『嫌い』って言って・・・」

「これは、本当にあなたにとって重大なことだから、中途半端な気持ちは嫌よ」

「じゃ来てね」

と言って電話を切りました。

もしあなたの彼女からこんな電話がかかってきたらどう思いますか？

最悪のモードに入って、最悪の事態に備えますよね。

「今まで女だと思っていたけど実は男だったのだろうか・・・」

「そうじゃないな。ひょっとしたら背中一面に刺青なんかが入ってるんじゃないだろうか？」

「いや、すごい秘密だと言ってたよな。何かなあ」そんなことを思いながら、彼は彼女の家に行きました。びくびくしながら。

「今から・・・ 私の秘密をあなたに見せるわ。心の準備はできた？」

「う、うん・・・」

「じゃ、じゃあ、見せるわよ」

そして、彼女がびくびくしながら、やけどを見せたとき、彼の態度はこうでした。

「へ？ やけど？ やけど？」

「もうびっくりさせないでくれよー」

「どんな秘密かと思ったじゃないかー。びっくりしたじゃないかー」

と言ったのです。

でも、もっとびっくりしたのは彼女の方でした。やけどを見て嫌わなかったのは彼が初めてだったからです。

でも、見せたのも初めてでした。

「あなたは私を嫌わないの？こんなに醜いのよ」

「いや、そこらへんにしとけよ、それは見せすぎだよ。もう、やけどはいいから。僕は気にしないから。僕にだってお尻にあざがあるよ、ほら」

という感じでした。

彼女はびっくりして、目がハートになりました。

彼女にとって、最大の恐れというのは真実ではなかったんです。

そして、彼に恋をしてしまって、1年後のウェディング・ケーキになったのです。

そして彼女はこう言うてくれました。

「私、結婚式の時にね、裁判官になった気がしたのよ」

「何で裁判官なの？」

と私は尋ねました。

「披露宴の花束贈呈で、お母さんの前に立ったとき、お母さんは、私が3才の時以来、『私が一生結婚できないんじゃないか』とか、『私が一生幸せになれないんじゃないか』と自分を責めていたんだということに気づいたの」

「そしたら、今日、私は裁判官だと思ったのよ・・・

『お母さん、あなたは無罪だよ』

『あなたの娘は幸せになったし、結婚もできた。あなたが、ひょっとしたら私が一生幸せになれないんじゃないか、一生結婚できないんじゃないかって自分を責めてた、あの牢獄から今日、出られるんだよ』

『あなたの怖れは真実ではなかったのよ』って」

「お母さんを牢獄から出してあげられるんだと思ったの」

「そしてお母さんに花束をあげて、二人でわんわん泣いちゃったの」

「20 分間も泣きつづけていたから、新郎新婦のスピーチがなかなかできなかったのよ。でも、みんなが拍手してくれて、本当にいい結婚式だったと言ってくれました』

そこで私は

「1 年前にこういう約束をしたのを覚えてますか？」

「あなたのやけどは全然、治ってませんよね？」

「もちろん、そうですね」

「でも、治りましたよね」

「ま、もうどうでもよくなったからね」

「彼はできたよね」

「もちろん、結婚したしね」

「お母さんとの仲もよくなったみたいだね」

「おかげ様で」

「お金は？」

「私 1 年間、朝・昼・晩働いて 400 万円、貯めていたの。手術代に必要なだった 800 万や 1200 万円には全然足りなかったけど、ヨーロッパ一周の旅行もできたし、新婚旅行もできたし、結婚式もいい所で挙げたし、私はちょっとしたお金持ちだったわ」

「じゃ、あの 4 つは全部解決したんだね」

3 才の時に、やけどの女の子は「お母さんすら私を愛してくれない」と思いました。それは誤解でしたが、彼女にとっては真実だったんです。そしてこれが彼女の怖れでした。

この話の中にはたくさんの誤解があります。

あなたは体にやけどを持っていらっしやらないかもしれませんが、私たちは全員、この部分を『自己嫌悪』という形で持っています。

しかし、私たちが自分で一番嫌っている、憎んでいる自分自身の部分を許し、癒していくことができれば、人生を変えることができるのです。

そして、そのためにがんばる必要はないのです。がんばって無理をするのではなく、あなたの心を癒してください。

楽になってください。

そして、受け取ってください。

今のままのあなた自身を愛してください。

そして愛されてください。

「幸せになる」それが私たちの人生の本質なのでから。

※ このお話はクライアントさまのご了承をいただいた上でご紹介しております。

(C) Copyright Kobe Mental Service All rights reserved