



うつの体験を経て世界中のメンタルヘルスへ貢献する。 企業研修を通じて本当の自分「真我」を広める志とは。

こんにちは。サポート委員会の岡崎智紀です。第11回立志財団会員ロング・インタビューは一般社団法人SIA代表理事、及びアクスピー株式会社代表取締役の山田俊明（やまだ としあき）さん。真我（SHINGA）というカウンセリングメソッドを世界に広げ、うつ病や自殺者を減らすためのプラットフォームを作る志を語っていただきました。

うつ病寛解率 90%以上の

「真我カウンセリング」を世界に伝える

—まず、現在のお仕事について教えてくださいませんか？

山田：今は二つの会社を経営しております。一つはアクスピー株式会社、こちらはAIの翻訳システムの代理店営業をやっております、主に上場企業さんのIR部署がお客様です。IRは海外の株主さんが多いので、海外の翻訳システムを使って資料をアウトプットするような提案をしています。これを10年くらいやっております、一つの事業の柱になっています。二つ目が2年前から始めた一般社団法人SIA「心のゼロ経営」プロジェクトという法人です。これは「真我（SHINGA）」と言う心の法則をベースとしたカウンセリングを企業向け、経営者向けにスタートしました。この法人をちゃんと事業化していくために立志財団に入ったのです。真我のカウンセリングメソッドは、うつとか心の病を寛解させるものです。私も実は14年くらい前にうつの経験があって、いろんなメンタルクリニックに通ったんですけどなかなか改善しない時に真我と出会って、数日で寛解してしまったのです。

真我は佐藤康行先生という方が創始者で「心の学校」というところがカウンセリングを行っています。あまり知られていないのですが、真我は従来の知識のインプットによるカウンセリングではなく、内側から本当の自分を引き出し根本原因から解消するというメソッドで、30年以上前から使われていて寛解率は90%を超えているんですね。今、WHOがわかっているだけでも、うつ病の方が世界中に3億2千万人いると言われてます。薬だけでは治らないので真我を広める必要があります。しかし、ここには言語の壁がありました。↗

その打開策となるのが今、代理店をしているロゼッタというAI翻訳を扱っている取引先です。この会社が今年5月に言語フリーの翻訳システムを開発したんです。まだ改良点はあるのですが、これを使えばこれまでの言語の問題を乗り越えて、真我を世界中の人々に届けられるのではないかというのがこのプロジェクトの大観です。いきなり世界といっても難しいので、まずは日本に約170万人いると言われてる在日外国人の方に企業研修を通じておこなっていこうと思っています。この方々にまず真我カウンセリングメソッドお伝えして、外国の方で実際に通用することを証明した上で、全世界に広めていこうと考えています。



会社の倒産とうつの経験、

そして新たな原点となった真我との出会い

—どうして独立されようと思われたんですか？

山田：私は39歳まで普通の会社員をしていました。最後に転職した会社がベンチャー企業なんですけども、それが倒産してしましまして。それと当時付き合っていた女性にも振られてしまい、いろんなことが重なって初めてうつ病になったんですね。それでなかなか寛解しない中で、真我に出会って寛解しました。それで、私は起業でもう一回やってみようと思ひ、アクスピーという会社を40歳で立ち上げました。起業した当時は真我がどうではなく稼がないといけないと必死になってやってきたんですけど、10年くらい経っておかげさまでお客様ができて経営が安定するようになりました。そうして振り返ってみたら、経営や営業、人間関係のベースになっていたのが真我だったと気づいたんです。

⇒⇒⇒裏面に続く

真我メソッドには「満月の法則」という考え方があります。三日月って月の満ち欠けによる見え方であって、実際にはいつも月全体として存在しますよね。人に対してイライラしてしまうのも、一時の見え方に対してだけであって、本当の自分というものが存在しているのです。それをわかっているだけで、自然と人間関係も寛容に接することができていたと気づいたのです。自分の心の中では敵がいらないと思っているので、毎日が楽しいという状態で、これは大きいですね。会社の経営はそう言ったことから好転していくと身を持って知りました。

そういう考え方だけで、特別なことをしたわけではないのですが、相手の喜びを思っただけで行動していくうちに業績も上がっていききましたね。経営が安定したのが50歳くらいの時で、これから残りの人生何をやろうかと振り返った時に、私の人生の、仕事の核になっていた真我を世の中に伝えていきたいと思ったのです。それをきっかけに「人生を変える本当の感謝」という真我についての本を出ささせていただき、SIAを立ち上げるに至りました。



「本当の自分」を引き出すため、 プラットフォームとしての役割を果たす

—最後に今後の展望を教えてください。

山田：ビジョンとしては、世界から精神疾患者をなくし、結果的に自殺者をなくすことです。私もうつ経験者ですし、世界的に大きなこの問題を解消していくのがミッションです。経営・医療・教育の3つから真我が広がっていけば世界は変わると思います。私は経営から入り、医療と教育はパートナーさんと一緒にやっというと考えています。私には医療行為はできませんので、直接ゼロにするわけではないのですが、その世界を作るためのサポートをしていきたいです。私が一から作ったものは何もありません。真我は佐藤先生が30年かけて作り上げてきたものですし、AI翻訳もロゼッタが何十年もかけて作り上げてきたシステムです。私はその一代理店であって、つなぎ役ではないんですけど、恩返しの意味もこめて力になりたいですね。↗

私の真志命は『世界の多くの人から「本当の自分」を引き出すサポートをする』ことです。実際の引き出し役というのは、講師の方、佐藤先生がいらっしゃいます。私はあくまで自分にできる形、プラットフォームとしての役割を担っていきます。私も一応講師の資格は持っているのですが、私がメインプレイヤーになるというよりは仕組みを作っていく役割としてやっていきたいです。そのためにAI、新しいテクノロジーを活用していくというイメージです。

コロナ禍で人との接触が減っている今、自分の心の扱いというのは非常に重要になってきます。そこに目を向けるというのはきっかけがないとなかなか難しいので、どうしても外に行っちゃうんです。そうすると、例えば家族内ですと喧嘩になったりするケースがあるわけですね。でも、ただ心の扱い方を少し変えるだけです。「満月の法則」もそうです。人間は業の塊で、悪さもしてきたでしょう。でも過去は過去、それでいいのです。捉え方をちょっと変えるだけで楽になりますし、それで人に接するといろんな意味で人間関係がよくなってきますので、ぜひそれを多くの人に伝えていきたいです。

インタビュアー：岡崎智紀

山田俊明さん著『人生を変える本当の感謝』 絶賛発売中！！

夫婦関係や仕事関係での人間関係に悩むすべての方に！心の奥底にある本当の自分を知ると、自然とまわりに感謝をすることができるようになる、心(真我)の実践書。

(Amazonより)

山田さんの真我についてのお話はすべてここに。詳しくはQRコードをチェック！



編集後記

山田さんご自身の体験からくる真我への感謝と、同じように苦しんでいらっしゃる方の力になりたい想いが伝わってくるインタビューでした。真我とAI翻訳、ご自身が通ってこられた道が重なって、山田さんならではの役割で貢献されていく姿をこれかも応援していきたいですね。今回の会報誌では収まりきらなかった、真我についての詳しいお話や、独立を決意されてからの紆余曲折のエピソードを立志財団HPで公開中です！こちらのQRコードからぜひご覧ください。

