

●橋本佐由理先生追悼記事特集

橋本佐由理本学会副理事長が2018年7月8日にご逝去されました。

橋本先生は筑波大学准教授として後進のヘルスカウンセリング学研究者の育成に努力されるとともに、当学会創立以来25年間にわたりNPO法人ヘルスカウンセリング学会幹部役員としてご尽力くださいました。



本学会では、ご生前のご功労に深く感謝するとともに、各学会員より届いた声を掲載し橋本先生への追悼の意を表します。

会員の皆様からは「想いが強すぎて言葉にならない」「先生に届けたい気持ちが溢れて言葉にすることができない」「あまりにも大きな存在であり、まだ気持ちが整理できない」といった、先生とのお別れを惜しむ声が数多く聴かれました。

我々に大きな愛と力を与えてくださった橋本佐由理先生のご意思を引き継ぎ、これからの時代へ向けて力を合わせ前向きに取り組んでまいりたいと思います。

橋本先生、本当にありがとうございました。

(ヘルスカウンセリング学会 理事一同)

橋本佐由理先生の思い出

私と先生の出会いはさかのぼること 21 年。ヘルスカウンセリング学会主催のセミナーを始めて受けた 1997 年だった。私は受講生として先生はスーパーバイザー (SV) としての出会いである。1 年後の 1998 年に心理カウンセラーとヘルスカウンセラーの資格を得てからが、深いつながりとなる。当時、次の資格は講師の資格であった。担当指導員を決める際、何故か橋本先生にお願いをした。それまでに講師育成の教育係をしたことがなかった先生は、宗像先生にお願いして下さりめでたく指導して頂けることになった。執着気質をお持ちの先生の指導は結構厳しく、理論について正しくわかりやすく伝える、ということについてはしっかりと学んだ。そのあたりは私の執着気質と一致した。たぶんそれは 1 年以上のお付き合いだったと思う。

講師研修が始まってから先生の受け持たれるセミナーすべてに SV として各地にご一緒した。先生のセミナーは早く終わるということはない。いつも長め。熱心な指導と循環気質のおしゃべり大好き故である。セミナー以外の場所でもよく話される。自閉気質の強い私はいつも聴き手。それでバランスが取れていた。ヘルスカウンセリング事典の編纂のお手伝いに先生のご自宅にうかがうことが増えた。お料理好き・ひとのお世話好きの先生に食事を頂く機会も多かった。

また、先生の所属する学術団体への参加の誘いを受け、あちこちで発表の機会を頂いた。今考えれば OHP シートの時代である。その後は時代とともに、PPT での発表に変わっていった。

それからしばらくして 2004 年筑波大学大学院大塚校にストレスマネジメントコースが開校した。一期生として入学した私は、指導教員は自動的に橋本先生を選んでいった (宗像先生に指導教員は橋本さんにするんでしょ、と言われた記憶がある)。そこでも初めての指導学生として、先生の研修室に通うようになった。その頃からさらに公私共に先生との関わりは濃くなっていった。

時間の流れは前後するかと思うが、在学中からさらにさまざまな学会での発表のチャンスをいただいた。幼少児学会 3 回ほど、保健医療行動科学会でも 3 回ほど、体育学会 1 回、それは何を意味するかというと、PPT の作り方と発表の仕方を教えて頂いた。短い時間でも自分の言いたいことを漏れなくコンパクトにまとめる方法を学んだ。自宅での論文指導の機会もあり、何度も通った。

先生が出産されてからは、お子さんを連れての地方への旅が多くなった。子守にも行ったことがある。学会があり北海道にご一緒したとき、大阪か神戸の学会、筑波校舎での行事があった時、等々。

大学院を無事修了できたことも先生のご指導あってであろう。修了後先生の研究室で週 3 日ほど働くこととなった。研修のためのデータ整理や PPT 作り、当時北海道の岩見沢市と子育て講座を通信システムを使って開催していた。今でいうスカイプのようなもの。その資料作りや筑波のスタジオへのお伴。その関係で岩見沢の温泉宿泊施設へも 2~3 回ご一緒した。夜空がきれいで食事もおいしく、良い温泉だった。一緒に行動した回数や場所を取り上げるときりがない。

大学院に入学してから研究室をやめるまで、十数回学内での手作りパーティーがあった。先生は手作りでもてなすのが大好き。私も好きである。二人三脚で 25 人前ほどの料理を作り皆さんに食べていただき楽しい時間を過ごす。前日から先生の自宅近くの大型スーパーで買い物をし、私は出来るだけ料理を (肉を煮たり卵焼きを作ったり) して持参する。この習慣は先生が亡くなるまで続いていたようだ。

先生の研究室にいてあることが起こりやめるまでは、ではなぜ私が橋本先生の傍にずっといたのか。私は先生に対し心のどこかで恐怖を感じていた。先生はその頃苦手と感じていた姉にどこか似ていた。姉に対する怖さを克服するためだったのかもしれない。

私が今こうして講師としてまた SV として、拙いながらも論文を書いたりできるようになったのは、先生のご指導の賜物であると考えている。本当ありがとうございました。

心より感謝の念をもって合掌。

矢島京子 拝

「自分をあきらめない」

田中 京子

私が橋本先生からいただいた学びは数えきれないほどありますが、特に印象に残っているのは、「自分をあきらめない」ことです。各種セミナーや大学院の授業等を通して、橋本先生の口から発せられた「自分を裏切り続ける」という言葉は、耳にするたびに「ズシッ」と重く私の胸に突き刺さりました。

橋本先生に出会う前からずっと私は自己否定感克服を課題としてきました。いくつもの耐え難い試練の中で解決への動機そのものが大きく揺らぐこともありました。そんな中、橋本先生とのご縁でいただいた気づきが、私の中に「根深く潜む影」とともに確かに存在する「自己成長への希望」を再認識するための刺激の一つとなったことは間違いありません。しかし、恐らくそれだけではなく、きっと橋本先生ご自身も人生を通してこの課題に真摯に向き合ってこられたのではないのでしょうか?!だからこそ、「魂をうつ」ような響きとして届いたのではないかと感じるのです。

仕事にも遊びにも、いつも全力で真剣に取り組むエネルギッシュな橋本先生のお姿は、「自分を裏切らず、あきらめない」ことを徹底的に実現しようとする生き方を私に教えてくださいました。この先の私の人生で、自分の可能性を最大限に活かさず自己肯定に躓く場面は幾度も生じることでしょう。それでもなお、そこで立ち止まらずに、橋本先生のあの笑顔と「自分をあきらめない」という凜とした声を思い出し、自分を信じて歩き続けたいと思っています。



(2007年2月 筑波大学大学院 宗像・橋本ゼミメンバーとともに)

橋本 佐由理 先生へ

札幌在住理事 土田和美

橋本先生の訃報に接した時は衝撃でした。理事になって一期目の私は本八幡での会議で橋本先生にお目にかかるのは数回でしたが、いつもの橋本先生のように思っていました。ヘルスカウンセリング学会へのこれまでのご尽力やご功績、学会員への影響等々を思いましたのと、私が受けた橋本先生のセミナーで頂いたご指導が蘇りました。

私が橋本先生を初めて知ったのは、日本保健医療行動科学大会です。その頃の先生はまだ大学院生か、院生を修了したばかりの時期だったように思います。髪が長くて当時の若者に人気のヘアスタイルだったのを微笑ましく思ったことを覚えています。(理事になってからお目にかかると、ネイルのオシャレ度がハンパないのにびっくりでした)

お若いのに学会でのご活躍がとても目立ち、色々な意味で将来を嘱望されている方なのだと思いました。時が流れ、筑波大学に籍をおかれたことを知り、同時にヘルスカウンセリング学会でも重要な存在でいらっしゃることを、今度は私が SAT を学び始めた頃に再認識いたしました。SAT 学会では「橋本佐由理」という文字をみない日がないと言っていいくらい「SAT 法を学ぶ」「ヘルスカウンセリング事典」を始め、学会誌、セミナー、学会講師、シンポジスト、座長 etc・・・、と学会のお顔と思える存在でした。

私は橋本先生の存在感にやや圧倒されつつも、先生の「声」が好きで憧れていました。セラピストの「声」にも心が癒されたり、わかってもらえている安心を感じると思っている私は橋本先生の声に明るさと温かみと安定感を感じ、もしかしたら「声楽」も学んでいらっしゃるのかしら・・・と思ったくらいでした。

一方で、初めて先生のアドバンスセミナーを受けた際のペア練習の時、傍に来られて「あなたはこのセラピーをどのように組み立てていますか？」という趣旨の助言に心底驚きました。まだ学び始めたばかりなのに・・・と思いながら、しどろもどろ答えましたが、先生に呆れられてしまったような記憶があります(笑)当時の私にはレベルが高い内容でしたが、今もってそれが脳裏にあるということは、それがいかに重要なことであったかの証でもあります。橋本先生の鋭い指摘は感謝とともに目標になっています。ありがとうございました。

そして・・・私よりお若い年齢を思うと複雑な気持ちがよぎるのをご容赦ください。年齢に関係なく、自分の人生を最後まで生き抜くことの厳しさや難しさを感じることがあります。でも同時に、人生の折々に触れ得た様々な「輝き」もまた愛おしいものであると思えます。橋本先生の人生の「輝き」が天国でも続いてありますようにお祈りいたします。

安らかで穏やかな悠久の流れにありますように・・・。

橋本佐由理先生。

2002年ヘルスカウンセリング学会の最初のベーシック研修は橋本先生がご担当で、そのとき「悩みはじめたら解決のとき」といつもの笑顔でおっしゃっていただき、ずっと大事な言葉として持っています。

先生の独特の波長と声はカウンセリングを受けなくても、お話を交わすだけでここちよく、ほんわか世界でいられました。学術大会でのシンポジウムのときの打ち合わせ、壇上での議長ありがとうございました。お礼にいただいた花茶は大事に飲ませていただきましたよ。

セラピスト研修のときにちらっとお目にかかったのが最後になりました。

まさか先生がみまかられるとも思っていなかったのですが、シズカナココロワークショップ 2018 は先生の著書「理不尽に『攻撃してくる人』から自分を守るスキルの身につけ方」を参加者の方に買っていただいて使っています。

アサーションやリスニングのチェックリストなどなど、まったくはじめての方、SATをご存知ない方にも大変わかりやすく、「はいつてきやすい」「わかりやすい」と大好評です。「次が出たら読もうと思っていた」と言う方もいらっしゃいます。私もそのひとりです。少し回数をやってからご報告しようと思っていたのが残念です。

人間の姿のときは、距離や時間の制限がありますけれども、千の風になられてからは、生前よりもっともっと自由に、流れるような粒子の世界で、大事なご家族はもちろん、広くエネルギーをお与えくださいますように。

シズカナオニワ 萩 名子