



## 池川明

池川クリニック院長

いけがわ・あきら——1954年東京都生まれ。帝京大学医学部卒・同大学院修了。医学博士。上尾中央総合病院産婦人科部長を経て、89年神奈川県横浜市に池川クリニックを開設。1991年より「胎内記憶」に関する研究を始め、2001年調査結果を発表、大きな話題を呼ぶ。現在、胎内記憶研究の第一人者として講演活動や書籍の出版に積極的に取り組んでいる。「ママのおなかをえらんできたよ。」（二見書房）「ママ、パパ、生まれる前から大好きだよ！」（学研プラス）「胎内記憶が教えてくれた この世に生まれてきた大切な理由」（青春出版社）など著書多数。

# 生まれてきてくれてありがとう

## 胎内記憶が教える「親子が幸せになる子育て」のヒント

お母さんのおなかから生まれてくる前の記憶「胎内記憶」。その研究・調査に長年取り組み、医療現場、子育て支援に生かしてきたのが産科医の池川明さんです。池川さんに胎内記憶の豊富な事例を交え、一般の育児書では教えてくれない親子が幸せになる子育て、生き方のヒントをお話いただきました。

### 生まれる前のことを記憶する子どもたち

母親のおなかの中にいた時のこと、生まれてきた時のこと、さらには母親のおなかに入る前のことを覚えている子どもたちがいる——そんな話を聞いたことはありませんか？ それらの記憶は、総称して「胎内記憶」と呼ばれるものです。神奈川県で産科医をしている私が、胎内記憶に関心を持ったのは、一九九七年頃、退行催眠に関する本を読んだことがきっかけでした。同書には、退行催眠によって潜在意識に繋がると、母親のおなかの中にいた時の記憶を語り出す人がいるという事例がたくさん紹介されていたのです。最初は、「ああ、こんな世界もあるんだな」というくらいの認識だったのですが、以後、参考文献として挙げられている研究書を片っ端から購入して読んでいく中で、胎内記憶は特殊な事例ではないのだと思うようになりました。

また、デーヴィッド・チェンバレン博士の『誕生を記憶する子どもたち』の内

容にも驚きました。そこには妊娠十週から十六週にかけて、赤ちゃんには既に外部の刺激を感じる全身の感覚や五感が発達していると書かれており、これも当時私が医学部で教えられた内容とは異なっていました。妊娠何週でこの臓器ができている……ということは習っても、私はおなかの赤ちゃんに感覚、あるいは記憶があるなどとは教わりはしませんでした。そこで、私が運営するクリニックのベテランスタッフに「胎内記憶って知ってる？ 赤ちゃんには記憶があるみたいだよ」と聞いてみたところ、驚く様子もなく、「ええ、ありますよ」と普通に言うのです。しかも、そのうちの一人は「うちの孫には胎内記憶がある」と、お孫さんが小学一年の時に書いた作文のコピーを見せてくれたのでした。

ほくがおかあさんのおなかにいるときに、ほつちようがささってきて、しろいふくをきたがねのひとにあしをつかまれて、おしりをたたかれました。おかあさんのふくろからでたとき、パ

ンとおとがしてこわくてないていると、こんどはくちにゴムとおしてきて、くるしかつたのでないてしまいました。おかあさんはゆめでしようといっています。ほくはちがうとおもいます。

作文を読んだ私は、「これは帝王切開じゃないか」と思ったのですが、詳しい状況を聞いてみると、案の定、お孫さんは逆子だったため、帝王切開で生まれてきたとのこと。しかし、逆子は足から生まれてくることを示す記述が作文にあったことには非常に驚きました。というのは、逆子が足から生まれてくることは、通常、産科医か関係者でなければ知り得ない情報だからです。これが、私が直接耳にした初めての胎内記憶でした。

### 三人に一人に胎内記憶がある

胎内記憶への関心をますます深めた私は、クリニックに健診で訪れるお母さんやお子さんたちに、思い切って「生まれる前のこと、覚える？」と尋ねてみる





講演を行う池川氏

**無条件にわが子を信頼して徹底的に信じる。親から信頼されていることを日々感じている子は、その通りに育っていくものです**

また、興味深いのは「お母さんに早く会いたかったから」と胎内記憶を語る早産の子もいることです。逆子に関しても「お母さんと同じ姿勢で世の中を見てみたかったから逆子になったんだ」と、いわゆる普通なら異常とされるお産を自ら前向きに選んだと語る子もいました。それから、二人目を妊娠したお母さんが、三歳の女の子を連れて健診を受けに

来た際のことです。エコーでおなかの赤ちゃんの性別を調べようとすると、横にいたその女の子が「これ、見られると恥ずかしいんだよね」と言ったのです。驚いてその子に話を聞いてみたところ、「自分も見られるのが恥ずかしかったけれど、性別が分かってママとパパが喜んでくれるならいいやと思った」と。つまり赤ちゃんはおなかにいる時から、ここまで物事を認識している、自分のことよりもママやパパのことを優先する子がいることが分かったのです。

当然、一般の育児書にこんなことは書いてありません。親は子どもを愛しましょうとは書いてあっても、子どもは生まれる前から親を愛している、親は子どもを愛を受け取りましょうとは書かれていません。

胎内記憶について学べば学ぶほど、妊娠・出産は「何週目はこうしなさい」と

そうして二〇〇一年、私は胎内記憶に関する調査結果をまとめ、全国保険医団体連合会で発表。その内容がある全国紙で紹介されると、驚くほどの反響が寄せられ、「自分にも記憶がある」という手紙やファクスが続々とクリニクまで寄せられたのです。さらに、調査に協力してくれる方や団体も現れました。

多くの胎内記憶に接する中で、私は「胎内記憶は産科医の仕事に生かせる実学だ」との思いを深めていきました。例えば、早産したお母さんにお子さんの胎内記憶について聞いてみたところ、「うちの子は『おなかの中が濁って、臭くて、このままいたら殺されると思った

### 胎内記憶を 実学として生かす

この経験から、子どもたちは胎内記憶を喋りたがらないし、また喋るとしても相手を選んでいることが伝わってきました。目の前の大人に胎内記憶を喋ってもいいかどうか、感覚的に分かるのでしよう。

かけて、長野県諏訪市と塩尻市の保育園に通う親子三千六百一組を対象にした大規模なアンケート調査では、「胎内記憶がある」と答えた子が三十三%、「ない」が四十%、「どちらともいえない」が二十七%でした。また生まれる時の記憶である「誕生記憶」が「ある」と答えた子は二十一%、「ない」が四十六%、「どちらともいえない」が三十三%でした。つまり、三人に一人に胎内記憶、五人に一人に誕生記憶があるという結果が出たのです。そもそも、子どもが小さくて話せなかったというケースもあるので、実際にはもっと多い可能性があります。

から早く出てきた」と言っています」という答えが返ってきました。実際、そのお子さんに「お母さんのおなかはなぜ臭くなるの?」と聞いてみると、「悪い食べ物を食べたこと。あとは、怒りや悩み」だと教えてくれました。

確かに母親が食べたものは羊水に影響しますし、妊婦さんのストレスは喫煙や飲酒よりも十倍悪影響がある、とも言われます。実際、ストレスがかかると、カテコラミンというホルモンが分泌され、結果的に子宮やその周辺に炎症性の変化が起き、それが本来なら安定期であるのにも拘らずおなかの張りや痛みに繋がって早産を引き起こします。私の現場での経験からも、ストレスの多い生活を送っていた方は、やはり難産や切迫早産になりやすいように感じます。妊婦さんのおなか

いうように、育児書に画一的に書いてある通りものではなく、一人ひとり全く違うということが分かります。それに大人がこうだと思っ

おなかにいる赤ちゃんは、自分たちのことを分かってきている、愛してくれていると思っ

とでは、妊娠・出産、育児に対する意識も全然違ってくるはず

私は胎内記憶を実学として捉え、出産・育児の現場で積極的に活用していこうと、ご自身にも胎内記憶がある幼児教室スコーレ代表の土橋優子さんと共に二〇一



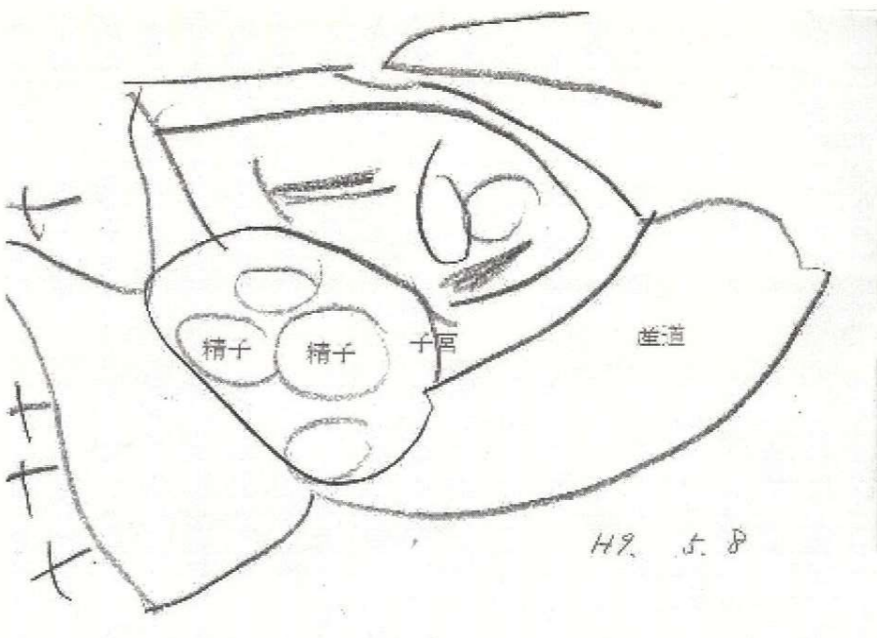
子どもがどのような状態であっても、常識や固定観念をいったん脇に置いて、我が子ありのままに受け止めることが大事なのだと思います

七年、胎内記憶教育協会を立ち上げ、その普及と啓発活動に取り組んできました。ちなみに、赤ちゃんがおなかにいる時から、言葉掛けや本の読み聞かせをする「胎教」は、昔から普通に行われていました。おそらく昔の人は、おなかの赤ちゃんには感情や意識があることを、本能的に分かっていたのでしょう。

**子どもたちは親を選んで生まれてくる**

ここまでは、主におなかにいる時の記憶についてお話ししてきましたが、子どもたちの中には、「僕は雲の上で見てママのところへビューンて来たんだよ」「前はこんな家に住んでいたんだ」と、生命が宿る前の中間生や過去生の記憶を語るケースもたくさんあります。

例えばある女の子は、「女優さんになりたいから、空の上から綺麗なお母さん



胎内記憶を持つ3歳の子どもが記した子宮のイラスト。そこには、「精子」「子宮」「産道」が正確に記されていた

を選んできた」と話してくれました。おなかにいた時の記憶以上に不思議な話です。私が二〇〇四年に『ママのおなかをえらんできたよ』という本を出版した時には、そんなことあるはずがない、虐待を受けたり、障害のある子も自分で選んで生まれてきたのかと、批判を受けました。でも子どもたちに聞くと、生まれてきたことを恨んでいる子は一人もおらず、やはり多くが「自分でお母さんのおなかを選んで生まれてきた」「生まれてきただけで幸せなんだよ」「お母さんありがとう」とはつきり言います。障害もパパ、ママを幸せにするために自分で選んできた、と普通に語るのです。

実際、長い目で見ると、中絶や虐待があったことで、お母さんや家族の絆が深まり、愛情を取り戻したりするケースがあるのです。子どもの頃に虐待を受けていたというお母さんは、我が子にも同じように虐待をしていました。しかしある時、我が子の写真を見たら、目の奥に仏様の慈悲の心が見えて、はっとしたそうです。すぐ子どもにいままでのこと

を謝ったところ、僅か五歳のその子は、「僕はお母さんは分かってくれているって信じていた。だって、お母さんがそうするのは、お祖母ちゃんからそうされたからだし、お祖母ちゃんもそうされてきたんだから、誰も悪くない。気がついた人がやめればいいんだ」と言ったそうです。また、障害のある子どもたちに聞いてみると、ほとんどの子から「自分は障害があるとは思っていない」という返事が返ってきます。障害があるから辛いだろうと思うのは、あくまで親の固定観念である場合が多いのです。実際、胎内記憶を聞く限り、子どもたちはお母さん・お父さんがそうした固定観念から脱し、子どもの本質や内面を見ることで「生まれてくれてよかった」と喜びを感じることを期待しているようです。

小学四年生のある男の子も、「お母さんに愛を送るため、わざとお母さんを怒らせているんだ」「お母さんには愛がいっぱいだけど、こうしなくちゃいけないという思いのために、愛に重い蓋が乗っているんだ」と教えてくれました。一見マ

イナスと思える子どもの行動も、実は親に何か大事なことを気づかせるためにあえて行っているかもしれないのです。ですから、子どもがどのような状態であっても、常識や固定観念をいったん脇に置いて、「子どもは私たちを幸せにするために、自分を選んで生まれてきてくれたんだ」「大切なことに気づかせてくれるために、最高の状態で生まれてきてくれたんだ」と、我が子ありのままに受け止めることが大事なのだと思います。

**「生まれてきてくれてありがとう」**

胎内記憶のある子どもたちの話を総合すると、どうやら私たちは、「三つのミッション」を携えてこの世の中に生まれてくるということが分かってきました。

一つには、先ほどの事例で紹介したように「お母さんを幸せにすること」、二つには「女優さんになりたかった」という胎内記憶を話してくれた女の子のように「自分らしく生きること（自分の人生の目標、テーマを追求すること）」、三つ



には「人の役に立つこと」です。

そして、この三つのミッションはステップになっており、第一のミッション「お母さんを幸せにすること」をクリアすると、次の「自分らしく生きる」、つまり自分自身の人生の目標、夢に向かって自信を持って明るく前向きに歩み始めることができ、それが結果的には、人の役に立つ人生に繋がっていくのです。

実際、思春期や大人になって自己肯定感が低い、目標や夢が持てないという人に話を聞くと、やはり幼少期にお母さんとの関係がうまくいかず、お母さんを幸せにするというミッションに失敗している人が多いのです。自分は大好きなお母さんを幸せにできた、お母さんの役に立ってという実感がないまま成長した子どもたちは、自己肯定感が得られず、進むべき道を見失ってしまうのかもしれない。

ですから、私は子育てで最も大事なことは、我が子の目を見てにこっと笑って、「生まれてきてくれて、ありがとう」という言葉や態度でママは幸せだよ、と伝えることだと思っています。「何かがで

きるからよい子」「何をしたら大事な子」という条件が全くないところで、その子の存在そのものを認めて（存在の受容）、喜びと感謝の思いを伝えてあげることが大事なのです。特に「生まれてきてくれて、ありがとう」という言葉はその人の存在そのものに対する喜びと感謝の表現であり、感謝は「あなたは私の役に立ちましたよ」という評価に他なりません。これにより子どもは第一のミッションをクリアし、次のミッションに進むことができるようになります。

そしてその感謝の言葉は、そのまま親にも返ってくるようです。先ほどの虐待が連鎖したお母さんもそうですが、例えば「自分の子どもが可愛いと思えない」というお母さんは、やはり自分の親から愛情をあまり受けられなかったというケースがよくあります。ですから、我が子との関係がうまくいかないお母さんは、わが子に感謝の言葉を伝えると共に、自分の親との関係をいま一度見直し、「私を産んでくれて、ありがとう」と幸せを感じてみてください。すると、子ども時代

の苦しみが癒やされ、自分の生き方を振り返ることができ、悪い連鎖を断ち切ることに繋がるはずです。これは数多くの胎内記憶の事例に接してきた私の実感です。

加えて大事なことは、我が子を「無条件に信じる」ということです。たとえ、いたずらばかりする子であっても、勉強に熱心に取り組まない子であっても、お母さんお父さんが「この子は三十歳になるまでに必ず立派な人間になる」「幸せな人生になる」と、無条件に我が子を信頼して徹底的に信じる。親からそう信頼されていることを日々感じていく子は、やはりその通りに育っていくものです。これは遅い早い関係ありません。成長した子どもに対しても、これからこの子は絶対に幸せになると心から信じれば、だ

んだんその通りになっていくものです。

実際、量子力学では原因があって結果があるのではなく、まず「自分はこうなるんだ」「この子はこうなるんだ」という結果、ゴールがあり、それが現実をつくっていくと考えます。強く思ったことが現実に影響を与えていくのです。例えば料理をする時、まず「何をつくるか」を決めてから、材料の買い物や実際の作業に進み、求める料理をつくっていくはず。人生もそれと同じなのです。

そして我が子が生きていることを喜びその感謝を感じてください。喜びと感謝をすることで体内にドーパミンが分泌され幸せを感じます。すると子どもは母親を幸せにするミッションをクリアしたことになり自己達成感、自己肯定感を持て

ます。さらに無条件に子どもを信じると同時に「応援」してあげてください。我が子が困難にぶつかり助けを求めてきたら、どんな助けが必要なのか、親は何をすればよいのか、上からの一方的な押し付けではなく、お子さんと一緒に考え、共に解決策を導いてあげてほしいのです。

我が子に「生まれてきてくれて、ありがとう」と喜びと感謝を伝え、子どもたちのミッションを実現してあげる。そのために「存在の受容」「無条件に信じる」「応援する」の三つを常に心掛けていく。これが、私が胎内記憶から教わった親子が幸せになる子育てのヒントです。

ぜひ皆さんも実践していただき、一人でも多くの幸せな親子、家庭が増えることを心から願っています。

**私たちは「三つのミッション」を携えてこの世に生まれてきます。**  
**一つには「お母さんを幸せにすること」**  
**二つには「自分らしく生きること」**  
**三つには「人の役に立つこと」です**

