

自分をさがす 旅にしよう

やすら樹

No.

8

1991 JULY

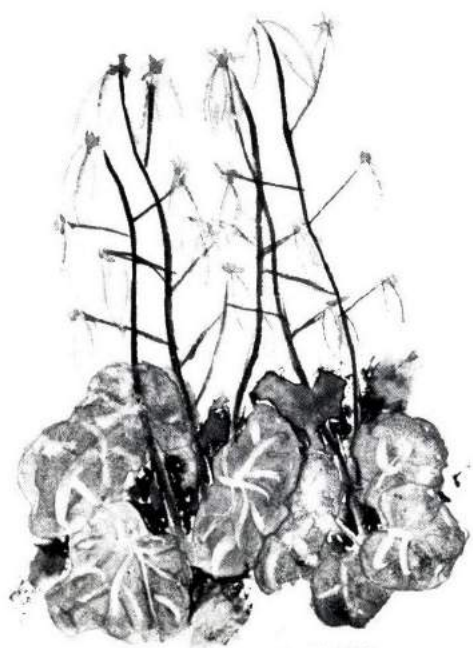
特集
若き教育者たちと内観

発行
自己発見の会



自分を知ることが深ければ深いほど
人は生き生きしている。

ハイデッカー



◆特集◆―若き教育者たちと内観

心の声に耳をすませて

札幌市立大通小学校言語障害児学級

黒田　くに子

「しえんしえーい！」

（おお、来たきた、S君の声だ）と私。

S君は一年前、「一年生なのに赤ちゃんことばが残っている」と心配するお母さんに連れられて来た。それから毎週一回、私の教室に通って来る。お母さんとも話すうちに、S君は小さい頃、家庭の中がたいへんで、ひとりりでミニカーをいじったりして寂しい思いで育ってきたことがわかってきた。

私は、S君はここに来て、私を相手に心ゆくまで遊んでいけばいい、と思っている。発音の

練習は、二の次、三の次だ。

S君には、変わったくせがある。ミニカー遊びで「ブーウー」とエンジン音を口にする、必ずその後「ブーウー」って言ったらダメでしょ？」ときくくせだ。「いいよ」と私がいつてもまたきく。家の中で「ブーウー」と遊んで「うるさい！」と叱られたのが、しみついているらしい。気の毒なS君よ。

ある日、S君がいつもの様にミニカーを手に「ブー、ウーウー」とやっているそばで、私は全く無意識に「ブーブーウー」と別の車を動か



していた。するとS君がボソッとつぶやいた。

「…先生もブーブーって言いたいんだねえ」

…いくら「いいよ」と言っても許された気持ちで遊べなかったS君が、私もいっしょに同じ様にする事で安心したのだ。うれしかったのだと思う。ハッと思われる出来事であった。

私は毎日、ことばに何らかの問題をもつ子供たちに会う。そして時々、ことばが育つことの不思議さと思う。その子の気持ちを何とか汲んであげようとする人が居ること、あるいはそんな構えは無くとも、そばでいっしょに笑ったり困ったりしてくれる存在があると、その子がだんだん生き生きしてくる。いつのまにか、ことばの力も伸びてくる。そんな子供が、いくらもいる。

私が集中内観をしたのは、十年前の学生時代。その一週間はやはり強い印象を残したが、ドラマチックな気持ちの変化があったか、というところも言いがたい。ただ、父親について、高校

時代の自分を調べていた時のこと――。父方の祖母が亡くなった。実母を失った父の、末息子としての悲しみが、急に初めて共感的に迫ってきた。そして、葬儀で傍観者のように父を観ていた自分を、驚きをもって思い出した。罪の意識というよりは驚き。それまでの様々な出来事の後ろにも、それぞれの人の深い思いがあったのかもしれない。でも自分は、ある一つの相でしか、その事々を観てこなかったのではないかという発見。これが私の内観体験であった。

こんな遅ればせの発見をした私が、今は、S君のようなデリケートな魂と向き合っている。ことばにならないような心の中の声を聴く仕事をしている。だから、その歩みはとてむごちない。かえって子供を困らせていないか、と思うこともある。でも、どの子も優しい。許してくれて、おつき合いをしてくれる。心から、感謝。

◆特集◆―若き教育者たちと内観

内観による自己の 存在意義の発見

三重県立度会高等学校英語科教諭

桃井 和孝

私が、青山学院大学での恩師、石井光先生のお勧めで、八日間の集中内観に出かけたのは、卒業式のわずか十日前でした。この集中内観により、その後の私の人生が大きく変化したのですが、これから、私の集中内観にまつわる話を以下に記してみたいと思います。

当時の私は、無名で小規模であるけれども、かなり労働条件の良い商社に就職が内定しておりました。私としては、様々な状況や条件を考慮に入れば、まずまず満足のいく就職先であったように思います。しかし、同時に、なぜか



しらしっくりこない、何かが違うといった感じも持っておりました。なぜそのように感じるのか、その理由がはつきりしませんでしたので、それを確かめるために集中内観に出かけた次第です。

私が集中内観に期待したことは、自己を徹しく見つめるため、自分の本当の姿を発見できるであろうことでした。そうすれば、本当の自分が、真に就きたいと願う職業が必ず見つかるはずだと考えたのです。

私は内観研修所へと出かけました。最初は内

観がほとんど進まず、たいそう焦ったりした覚えがあります。

しかし、三、四日がたち内観が少しずつ進んでくると、それと共に自分の本当の姿が徐々に見えてきました。この時期に気づいたことは、自分がいかに両親に愛され、大切にされてきたかということと、自分がいかに自己中心で傲慢であったかということなどです。特に母との関係において自分を調べている時に、母をモノ扱いしていた自分を発見して愕然としました。

日数がたち、内観も終盤を迎える頃には、コペルニクスの発想の転換を余儀無くされました。すなわち、「生きている自分」から、「生かされている自分」へと、自己の認識の仕方が変わったのです。平常、意識をしないところで、自分は何と多くの人々と関わり合い、何と多くの人々に世話になっていることか。そして、これは人間だけに限りません。自分が地球上のありとあらゆるものに支えられた存在であることに

気がついたのです。ここまで来ると、自然と次のように考えが進んでいきました。「私はなぜ生かされているのか」「それは、自分にふさわしい役割を通して、人類、さらには地球全体に貢献するためである」「では、私にふさわしい役割とは何か。私に何ができるのか」、このように考えて、私は教師という職業を新たに選んだのです。しかも、前回の商社を選んだ時よりはるかに大きな信念を持って。

現在、私は、三重県下でも有数の教育困難校（県立高校）に勤務しております。非行も多発し、かなり荒廃した学校です。今、私は、この学校にこそ内観を導入できないものかと思案しているところです。というのも、非行は、愛情に飢え、自分の存在意義を見失った、心の迷える生徒たちによって引き起こされているからです。私は、内観によって、こういう生徒たちが人々から愛されていることに気づき、自分の存在意義を発見してくれることを夢見ています。

◆特集◆―若き教育者たちと内観

記録内観、教室へ

東京都板橋区立志村第一中学校数学科教諭

山田 達哉

生徒を自立に導く仕事。これが、中学校の教員としての私の仕事だと思っています。

自立とは、まず第一に親やまわりの人びとにどのくらいの迷惑をかけているかに気づくことから始まると思います。

ある授業風景

・廊下側後ろの生徒二人が、しゃべっている。

まわりの生徒たちもその騒がしさに顔をしかめている様子。

・教師の私語に対する注意が、前の方の一人にされる。



・反論「だって後ろの…さんが先に誘ったんです」

・すかさず反論「ちがいます。前の…さんが先に話しかけてきたんです」

何か自分に都合の悪いことがあると、他の事や他の人にその責任をなすりつけようとする。

少ない教職経験のなかで数えきれないくらい体験してきた場面です。我々オトナ社会の縮図が、中学校の社会に反映されているようです。

少なくとも自分の接している生徒たちだけでもそんなオトナ社会の歪みから逃れて欲しい、

自分の足でしっかり立って欲しい。そんな思いから、この四月より教室に内観を導入いたしました。

とはいっても、生徒は毎日刻みのスケジュールをこなしていく生活を強いられています。そんな中で、やっと工面して作った時間が朝の五分間です。とても小学校一年生のときのことを思い出している暇はありません。そこで、前日から朝にかけて母親に対する記録内観を毎日してもらうことにしました（私も同じように自分のクラスに対する内観を行います）。

記録内観を開始して二カ月あまり、まだまだ難しい問題はたくさんあります。朝から落ち着かない生徒を集中させるにはどうするか。三つの質問の出てこない生徒をどうするか。また、五分かけてやっと集中しかけたときに無情な一時間目のチャイムが鳴ったり。時間がとれない、と毎日思いながら、日々の生徒の様子を見せていただいて感想を二つ。

一つは、すごいなあと思ったことに初めからもう内観になっている女子生徒がいることです。女子の方が、内観に入りやすいようです。もう一つは、“迷惑をかけたこと”の質問が大切だとよく言われますが、この質問に答えられない生徒に心配な生徒、心の不安定な生徒が多いということです。

今後は、自分の記録してきたものの中から、“していただいた事”の数と“して返した事”の数を数える時間を設けたいと思っています。その上で、二学期には、クラスメートたちに対する内観をしていただく、とアイディアはいろいろ浮かびます。

今はまだ記録内観をやってみてどうだったと言える時期ではありません。が、一人でも多くの生徒が気づいてくれたら、また私自身もひとつでも多くのことを気づかせてもらえたら、という思いで生徒の記録内観を見せてもらっています。

◆特集◆―若き教育者たちと内観

内観と人生

埼玉県中央保健所精神保健相談員

高橋 明

私が内観と出会ったのは、九年前の大学三年生の時でした。当時、私の姉は精神科に入院後、在宅での療養生活を送っていましたが、私はそのことを心の片隅で気にしながらも、表面上は将来やることが見つかればいいと思って入学した大学で、家族と離れ、いわゆる学生生活を謳歌していました。

講義の中で、青山学院大学の石井先生の「相手を良くしたいと思うなら、まずは、自分が内観をすること」という言葉が印象に残り、内観をする気持ちになりました。



内観をして、父母と自分の関係よりは、姉と自分との問題で強烈に反省されました。精神障害者は家族にいないといった否定の思いや、そのこと自体を考えまいとする逃避の思いなどのひとりよがりな態度であったこと。また、そうした自分の思いが、姉を苦しめたであろうこと、また、自分の悩みよりは、姉の苦しみがあるかに大きく、そのことに気がつかなかったこと等。

内観後、私は精神科関係の本を読んだり、精神障害者の作業所に通うようになりました。内

観で気づいたとらわれの気持ち、行動するにつれて徐々に開放されていくように感じました。

そして、精神障害者の問題、あるいは他の障害者の福祉を、自分の仕事にしていこうと思いだしたのが、内観後一年たった頃でした。周囲の学友は、就職活動であわただしかったのですが、自分は意外に冷静だったと思います。また、大学の専攻科目はそこそこに取り、心理学や社会学、家族論などの科目は、集中して勉強できたと思います。

一年遅れで卒業し、三年間は身体障害者の施設で働き、四年目に希望していた精神保健センターに配属となり、三年間、相談業務に就きました。そして現在、保健所の精神保健担当となり、日々、精神障害者本人、家族の方々と接しています。仕事は、病気ではないか、入院させたいなど疾病が前面に出る相談から、金づかいが荒い、家庭内暴力、迷惑行為の苦情といった問題に対応しなければならぬ相談などさまざま

です。

相談の中では、家族のあり様が、絶えず自分のあり方、生き方と対比して考えさせられることがあり、一面厳しいものがあります。

相談を受けながらも、自分・姉・両親の間で起こったことが、受けている相談の中に見出せたりします。そんな時には、私自身がたどって来た道が、私にとって一つの課題であったことや、また、家族の中で熱心に活動に取り組んでいる方を見ますと、それが私自身の新たな道標のように思えてきます。

今から思えば、私が今このような仕事に就いていることは、学生時代に精神障害者の家族の方々とふれあい、またその前に内観をし、それ以前には姉が発病したこと、私が私の家族の中で育ってきたことが、一つの連綿として感じられます。学生時代に内観と出会わなかったら、果たしてこの連綿があったかというところ、それは疑問と考える今日このごろです。