

わってくる。

心の内側から見ると、私たちの感じ方は、自分の向き合っている人がその人格のどの層に心が通じているかに応じて変化している。うわつらの層だけか、それとも広範な知識・円熟した見識と愛に満ちた善意が蓄えられている最も奥深い層とも通じているかである。奥深い内面生活とのつながりを保っている人間だけが、完全な「人間」で、「人間的に」行動し、真実の「人間性」を示すのだ、と私たちが言うのもまったくもつともなのである。私たちは、たとえ外見が貧しくともそのような人を豊かだと感じる。その人のそばにいと心地良く、私たちはその人を尊敬し賛美する。自分たちの内にも予感や憧れとして備わっている何ものかを、その人が代わって表わしているのを私たちは感じ取るのである。

### ■内面への旅

さて、では心の奥底の旅へと出かけてみよう。私たちはそこで何に遭遇するだろうか。

最も外側の層では——そこで私たちは無邪気にはしゃいで、「普通の」生活に奔走しているか——自分の外面的な存在に出会う。つまり、容姿、服装、しゃべり方、話す言語、爪の手入れの仕方だとか、人との付き合い方、他人をあやつ（ろうとす）るためのテクニク等々、自分で演出している

層である。この表面層には、自分の目的を達したいという使命がある。そして、私たちはこの中に経験としてこんなふう蓄えた。見た目がよければ、人に愛される、そして人に愛されれば、周囲の人々をもっと自分の思うとおりにして、目的をよりよく達成できる。だから、見た目をよくするために頑張ろう。

そんな考え方をせずにはいられることはまれであるが、この表面層は単なる見せかけのものというだけでなく、生き残っていくためにも重要である。「食い物にありつく」という自分の目標に到達したときだけ、「悟りに到達し、人生を克服する」という自分の他の目標にも、今やそのときだという展望を与えられる。こうしたときだけ、人間であるという偉大なチャンスを活かすこともできるのだ（これが、このいやしい策略の言い訳にならないことは明らかである）。

結構、では今度は地下鉄に乗り、自分の姿が車窓にうす暗く照らし出されるのを見て、今日の自分に満足しているとしよう。ヘアスタイルは決まっているし、ジャケットも似合っている。外見は申し分ない。すると突然、肋骨に肘鉄砲をくらって、心は電光石火のごとく第二の貯蔵層、「要求」部門へと移し替えられる。

（次号につづく）

# 池上吉彦。湯の里分校の内観者たち(14)

「へええ……そいつはよかったねえ」

I先生は、H先生の報告を受けて驚くやらうれしいやらで、内観というもののすばらしさに目をみはる思いでした。

以前、湯の里分校で教育相談の担当をしていたH先生は、本校に転勤になりそこでも教育相談を担当していました。H先生は大学の先生や養護の先生たちとカウンセリングの研究グループをつくり、よく勉強をし、生徒たちにも人気のある教育熱心な先生です。

ある時、I先生を尋ねてきました。シンナーをどうしてもやめられない生徒がいるので内観をとり入れて指導してみたいというのです。湯の里分校で内観実習がはじまる前に本校に移っていたので面接の経験がありませんでした。毎日生徒に聞かせる模範テープの種類や順序まで詳しく打合わせてよくのみこめたH先生は翌日から内観指導にかかりました。



シンナー常習のS君は、職員会議で停学に決まり家で反省期間を  
過ごしましたが、結局シンナーから離れられず、退学やむなしかと  
いう声もある中、H先生が相談室であずかることにしたのです。

朝、「おはようございます」と相談室に登校します。俄造りの内  
観場が部屋隅にいつらえてあり、そこにもぐり込みます。H先生が  
授業の合い間に面接をします。昼食の時「週のはじめ」とか「お母  
さん」「裏町人生」などのテープが流れます。夕方五時に帰宅です。  
H先生は「何もいわないのに向こうから合掌して返すようになり  
ますね。その頃から父母に何のお返しもしていないとひどく神妙に  
なり、ことに父に対しての反発からシンナーをはじめたことに気づ  
いた頃から涙を流して懺悔し、顔色が生き生きしてきました」と話  
し、「今は全くシンナーから離れてしまって学校生活もすごく楽し  
そうだし、お母さんには『とっても素直な子になりました』とお礼  
をいわれましてねえ」とうれしそうでした。

湯の里内観実習のすばらしい飛び火です。

(筆者は高校教諭)



## 過去からの電話

神戸芸術工科大学教授

三木善彦



### ◆懐かしい声

ある日、彼女（四十代後半）にかかった一本の電話。「二十年ほど前、ご一緒に仕事をしていた〇〇です」という中年の男性の声。一瞬間感ったが、やわらかな語り口に耳を傾けているうちに、彼との懐かしい思い出がよみがえってきた……。そう、同期で入社して、机を並べて仕事を三年間したことがあった。

てきばきと仕事をこなす彼女とのんびり屋の彼。二人はいつしか恋に落ちた。そしてお互いに結婚したいと願ったが、彼の親が反対した。理由はいろいろあるが、反対しようと思えば、理由はなんともつけられる。それで幸福な結婚がいくつこわれたことか。しかし反対を押し

切って結婚するには、彼はあまりにも親にやさしかった。

### ◆心の空洞

彼の優柔不断さに我慢できず、彼女は別れた。傷心の彼女は故郷の会社に転職し、しばらくして小さな恋をして結婚した。後から考えれば、彼との別れでぽっかりと生じた心の空洞を埋める人なら誰でもよかったのかもしれない。

筆者は学生たちに、「失恋したら、心の空洞がふさがるまでの半年間、新たな恋をしないように」と注意している。とんでもない人物がずりりと心の中に忍び込む危険性があるから。といても、寂しさに耐えられないのも人情だが。

### ◆秘かな後悔

結婚前の夫には少しロマンチックなところもあったが、恋愛期間中にそれを使い果たしたのか、今はロマンのかけらも残っていない。家庭での会話も乏しい。子どもも大きくなったので、

時には二人で旅行にと誘っても、おっくうがつて腰を上げない。

そんな彼と結婚したことに彼女は秘かに後悔を覚えていたが、それを誰が責められよう。モリエールは、「人々は大てい無我夢中で急いで結婚するので、その結果一生涯に後悔を残す」と警告しているが、彼女に限らず結婚前の精神的に未熟な青年がどうして相手を正確に見抜くことができるであろうか。

#### ◆再会の楽しみ

中高年の楽しみのひとつは、旧友と再会できること。十数年ぶりに会っても、時空を飛び越え、昔の仲間同士に戻り、うちとけられる。楽しかったことはもちろん、悲しかったことや苦しかったことも時間のオブラートに包まれて受け入れやすくなっている。

彼からの電話の一ヵ月後、二人が落ち合ったのは、初春の温かな昼下がり、小高い丘にある閑静なレストラン。二十年の歳月は容貌やスタ

イルに変化を加えていたが、言葉を交わしているうちに、長い空白は急速に埋められていった。

二人は現在を語り、過去を語った。若いころの未熟さが消え、人生経験を積んだ大人同士でしか味わえない、しっとりとした雰囲気の話であった。若いころのようにダンスに熱狂しなくても、肌と肌を合わせなくても、会話だけで充実した時が過ごせる。これも中高年の特権か。

#### ◆人生の景色

気がつくと、窓の外はもう夕暮れになっていた。広々とした平野に大きな河が流れ、海に注いでいた。煙ったような夕陽が、周囲をほんのり赤く染めて沈みかけていた。

人生の前半にいるときは、森の中をさまようように見通しがきかなかったが、今はこのように人生全体の景色をしみじみと眺めることができる。これからも年齢を重ね経験を積んでいけば、人生をもっと深く感じられるのではなからうか、と彼女は思った。

# 自己啓発 — (十二) —

昭和薬科大学教授

楠 正三

## マンドラ (2)

エピソードマンドラを時間の経過にしたがって、順に見ていくと当然ながら「迷惑をかけられたこと」が見えることもある。ひょっとすると、こちらの方が多いかも知れない。他者との交流はどんな場合も社会的相互作用であり、力の関係と同様に作用と反作用に分析できる。作用には正と負の方向がある。社会的相互作用の正作用は報酬であり、負作用は「迷惑をかけたこと」である。また正の反作用は費用またはコストであり、負の反作用は「迷惑をかけたこと」である。

通常は「迷惑をかけられたこと」は不快なために思出しにくい。しかし人によっては、不快な記憶つまり「迷惑をかけられたこと」しか出てこない場合もある。このような人は内観できないのだろうか。吉本先生は生前よく言われた。「内観は死を見つめて行うものです」。先生の言われている死とはなんだろう。死とは生の反対である。生を否定するものである。時の流れは刻々と生を否定し続ける。老化や病氣も生のエネルギーをむしばむ。総じてあらゆる喪失体験は生を否定する体験であり、死によって象徴されるものである。「迷惑をかけられたこと」は他者との交流にみられる死の体験である。吉本先生はこの体験に着目してこそ内観が本物になると言っておられるのだ。なぜだろうか。死の体験を含むエピソードマンドラは非常に含蓄性が深い。そこには、死の淵べにあるあなたを、しかもなお生かし続けてくれた他者の配慮やあなたの隠れた勇気や取り返しの付かない数多くの「迷惑をかけたこと」が潜んでいる。内観は死を見つめながら、生を実現する喜びを歌いあげる心の作業である。