

語ること、書くことの意味

心理臨床の視点からの序論

池田 豊應

1. 語ることと聞くこと

心理療法ないしカウンセリングとは、カウンセラーとの関係において、クライアントに「悩み・被投状況の表現・言語化—感情の表出—事態の明確化—真の問題の露呈—直面化—対決—引き受け—人間的成熟」という過程が生ずることだといえる。この図式—一番はじめの段階、クライアントが悩みや被投状況を語り、カウンセラーがそれを受容し傾聴するという対応だけでも、いわゆる「癒し」が成立することもありうる。クライアントが「語ること」に対応する「傾聴」にかかわる基本的態度として重要なのは、すでによく知られているロジャーズの「受容」「共感的理解」「自己一致または純粋性」という三条件があげられる。このような態度を受け皿としてクライアントの語りが促され、パーソナリティの変容、成長が起こる。

「語る」という言葉は、「喋る、言う」が主に「形式」に、つまりその行為自体に重点が置かれているのに対して、語られる「内容」とより深く結びついている。「話す」は、その中間で、「語る」に近い。このことは、これらの動詞を、「お喋り」「もの語り」「おはなし」のように名詞にするとよりはっきりとする。語る(narrate)という動詞はそれ自体、基本的にナラティブ(物語性)という「内容」と不可分である。語るというときには、そこにはすでにあるスークエンス(継起、続発、順序、帰結)、あるいはコンスクエンス(結果、なりゆき、帰結)が含まれ、単にひとつの事実や感情だけではなく、それらの関連、筋、意味の展開、物語性、すなわちストーリー、プロットが入っている。

「物語」の「もの」は、「もの凄」「もののけ」「ものが憑く」などという場合の「もの」であり、物語とは本来、異界、つまり現実のこの世ではない別の世界、に触れる話の語りであった。「語り」には、「話を盛る・作る・創る」こと、空想、誇張、創作、虚構、嘘といった要因を伴っている。ここに「語る」が「騙る」に通ずる所以もある。こうして落語、講談、浄瑠璃、平家琵琶、「ひとり語り」など完成した話芸としての語りも成立してくるが、その「～節」や「名調子」は、不特定多数の聞き手を対象としているのに対して、ここで主題となるのは、「対話」的状況における語りである。

2. 語られるのはストーリー

物語が異界に触れる、通ずる話であるということは、物語は現実と非現実、日常と非日常、内在と超越の接点、境界にあるということである。たとえば「河童」は、かつての寒村の貧困な生活のなかで妊婦が泣く泣く冷たい川に入って墮胎せねばならなかったり、産婆が生まれてきた赤子の鼻と口をそっとふさいで間引きし、川に流されざるをえなかったりして、この世に生きられなかった子どもたちの、化身にほかならない。だから文字通り河の童なのである。不幸な宿命でこの世に生まれえなかった子らも、幸いにして生まれ育った元気な童たちと同じように、いたずらや悪さをしたりもしたかったであろうし、洪水など村の危機には身を挺して助けてくれたりもするであろう。そうした悲惨な現実における懺悔と悲しみ、憐みと願いと祈りが、超越的な河童の存在を可能にしたのである。伝統的文化においては、こうした超越性に通ずるさまざまな物語がそのコミュニティの存在根拠やアイデンティティを保証し、維持安定化させる機能を有していたに違いない。その中の個人は、その文化がもつ物語を分有することで自身のアイデンティティとすることができた。

しかし、このような伝統的文化を失った現代人は、個人レベルでひとりひとりが自身の物語を探さざるをえなくなった。両親の人生も、自身の職業選択も、左遷も栄転も、配偶者との出会いも結婚も、家族の病気や死も子どもの不登校も、幸運も不遇も、被災や犯罪も・・・、それなりの納得できるストーリーがなければ生きてはいけない。ストーリーとは、自身の「ライフ」、すなわち①生命・いのち、②生活、③人生・生涯、のどの意味においても「生」そのもの、に関する事実についての理解、会得、意味づけ、受け止め、解釈等の筋立てのことである。このようないくつものストーリーが「私」を構成している。そうして構成された構造からその都度の行動も生ずるのであれば、この構造化されたストーリー群は、「パーソナリティ」と呼ばれるものと同じだということができる。

3. さまざまなストーリーの位置づけ

一般的心理学においても、今世紀に入った頃から量的データではなくこの語りに基づく質的データからものをいおうとする「ナラティブ心理学」の立場が興ってきた。この立場の唱導者、ブルーナー、J.の翻訳書(『ストーリーの心理学』ミネルヴァ書房、2007)の解説で、岡本は「ストーリーの発生と機能」を網羅的に整理し

ている。そこでは「事実性—想像性」等という横軸上に、代表的な4つの縦軸、法廷、相談、自伝、文学、が取りあげられ、それぞれのナラティブにその発生の方や参加者とさまざまな関係性や力動性が関係づけられている。この両極の、まったくの完全に純粋な「事実」とか、完全な「虚構」というものは、実際にはごくわずかであつて、現実には両者のさまざまな程度で中間にあるストーリーによって満たされている。純粋な事実といえば、まずは本人の姓名、生年月日、性別、学歴といったものであろうが、それらにしても実はストーリーの産物であったというような場合もありうる。「貰い子妄想」が戸籍謄本によって治癒させられない所以である。

これに対して右端の文学的ナラティブにおいては、現実には依拠しながら独自に創造された文学ストーリーが、虚構ゆえにより迫真性をもって、その現実の本質ないしは人間の真実に肉迫しうる、ということもある。臨床的ナラティブと自己ナラティブは両者の中間にあつて、その両面を含んでいる。

4. ストーリーの破綻と再構成

クライアントはそれまで構成してきた自身のストーリーが、新たな困難の前で通用しなくなって、カウンセリングに訪れてくる。私はかつて、心理療法とは「相手の内的生活史を再構成する共同作業である」とも述べた。ここでいう内的生活史とは彼の人生のストーリーのことである。カウンセリングとはそれゆえ、カウンセラーとの「対話」を通してクライアントが自身のストーリーを創造し直していくことだといつてよい。

カウンセリングの開始後、一定の経過の後、「真の問題との直面」の段階に入ると、面接は沈黙が支配しがちとなる。事態は深刻であり、「解決策の妙案」などないことがはっきりする。右にも左にも行けず堂々巡りの中で言葉は無力になっていく。これまで生きてきたストーリーは破綻しているが、新たなストーリーは生まれてこない。停滞の重苦しい雰囲気支配的となる。こういう時、カウンセラーは相手の発言を促したりはしない。むしろ沈黙の逡巡を、同じく黙ったままの姿勢で付き合うのである。対話においては沈黙こそが意味を生成する。悩みというのは、そこから目を背けたい、逃げたい、避けたいと思うから、苦しみになっている。しかし、どうしても逃げられないことであるならば、立ち向かうしかない。喪失なら喪失と、絶望なら絶望と、対峙するのである。その悩みに立ち向かい、乗り越えようとするれば、それが「生きがい」にさえる。悩みと生きがいは、同じことへの向き合い方の裏表である。受動から能動への反転である。受動 *passion* は受苦、受難(死)でもある。この受難、死を突き抜けたところに、よみがえり、再生、新生が出現する。カウンセリングのプロセスでは、徹底的な対決の果てにまさにこの反転が生起してくる。

自然災害で家族や財産のすべてを無くしたという壮絶な喪失体験に臨む場合も、心理療法家であれば、基本的に同様の態度を取るようになる。

5. 書くことと人間的成熟

心理療法の治療的要因については、「自己表現—自己確認—自己実現」という軸で整理されうるが、書くこともこの軸に位置づけることができる。たとえば日記が心理療法的効果を持つことがあるのは、自己の日常的行動を言語化し客観化することが自己統制に、ひいては自己変革に役立つからである。しかし、この軸はどの側面でも「自己」が付きまとっている。その究極が「自己確立」「自己実現」である。自己表現、自己表出は自己実現を目指す「自我強化」の意味をもつ。それゆえそれは鎧かぶとも「偽りの自己」ともなりうる。犯罪も自己実現の結果である。自己実現というのは、それ自体に価値があるわけではない。どのような自己を実現するのかが問題なのである。

出版された犯罪者本人の手記、作品についていえば、そうした自己表現はまずは己れの行為のいいわけ、弁護人的論理化、正当化に向けられそうである。よくあるのは、彼ら自身もまた被害者であったという正当化であろう。しかし他方ではまた死刑囚が己の行為に徹底的に直面化し、魂の底からの懺悔、慙愧の果てに、諦観の境地に達するような自己実現をなすこともありうる。書かれる内容としての人間のあり方の問題である。

もし心理療法家が教誨師として彼らの前に立つとすれば、そのスタンスはやはり、さきに述べたこととまったく変わらず、対決と引き受けとを志向することになる。彼らが犯罪者、加害者になってしまったことには、それだけのどうにもならない背景、不幸が重なったからであり、この点ではたしかに彼ら自身も被害者である。しかし、その被害、不幸も彼ら自身の一部である。その不幸を自身のこととして見つめ、悲しむことができないなければならない。この事実を引き受けるといふことは、その行為の責任を取るといふこと以外にはありえない。その責任の取り方が、最初の図式の最後の段階、「人間的成熟」という点で、どれほど深められ高められるのかが問われる。

殺人犯自身が書いた出版物がいかにか話題性に富み、「文学作品」としてまとまっていたとしても、自身の罪との直面化と引き受けとを土台としたものでなければ、まともに顧みられることはないであろう。そこを突き抜けた人間としての高邁な成熟のさきに、死刑執行が待っているとすると、その絶望の深淵を凝視し引き受けきつてこそ、本格的に魂の輝く本来の成熟が実現されるものなのであろう。