

長崎いのちの電話・春の公開講演会は、去る5月12日に内村公義先生(NPO法人ウエスレヤン・コミュニティカレッジ理事長・まちなか相談室「風の舎」代表)を講師にお迎えし開催されました。以下は、講演会での聴講が叶わなかった読者の皆様へ内村先生からの特別寄稿です。(編集部)



いのちに寄り添う くちごもる だれかのとなりで

内村 公義 先生

NPO 法人ウエスレヤン・コミュニティカレッジ理事長
まちなか相談室「風の舎」代表

はじめに「いのちに寄り添う」と言う難しいテーマを与えられて思い浮かんだのは谷川俊太郎の詩の一節であった。

みみをすます／くちごもる／となりのひとに

1 「いのちを大切に」という常套句がある。事ある毎に耳にするがあまり心に響かない。それで「自分を大切に」と言い換えるが、次のように考える人からは、これにもブーイングが聞こえてきそうである。

「おれの人生は失敗で、なんの意味もない、おれはなん千万もの人間のなかのケチなひとりで、死んだところでこわれたつぼとおんなじだ、別のつぼがすぐにおれの場所をふさぐだけさ、生きていようと死んでしまおうと、どうってちがいはありゃしない」(ミヒャエル・エンデ『モモ』大島かおり訳)

しかし、この絶望的なセリフには疼きにも似た「いのち」への渴望が感じられる。渴望されているのは、生きることの意味、自分自身の存在の価値としての「いのち」である。それが消滅することによって生じる痛みは「スピリチュアルペイン」と呼ばれるが、「いのちの痛み」とも言えよう。

2 ここで、「いのち」という言葉の概念規定をしておきたい。英語のlifeは、日本語では文脈によって「生命」、「生活」、「人生」と訳し分けられる。これは「いのち」ないし「生」の三つの次元を示している。「いのちを大切に」という場合には「生命」に重点が置かれ、「自分を大切に」という場合には、自分＝人生という意味合いが強い。この三つの次元は深く関連し合っており、私たちは、その関連の全体として「いのち」「生」を生きている。

この「いのち」、「生」の表現を二つ例示する。

年たけてまた超ゆべしと思ひきや

いのちなりけり小夜の中山〔西行〕

死の側より照明せばことにかがやきて

ひたくれなみの生ならずやも〔齋藤史〕

どちらの歌にも「いのち」が躍動している。敢えて言えば、「私はこのように生きた」という「人生の物語としてのいのち」が息づいている。

3 エリザベス・キューブラーロスが死の床にある人々から「死の宣告を受けた時に人生が終わるのではなく、そこから人生が真に始まる」ことを学んだ。彼女が寄り添っているのは躍動する「いのち」である。これに対して「いのちの電話」で経験する「いのち」の様態は枯渇に近い。しかし、だからこそ「いのちへの渴望」が湧き出してくる。

大学教員であった時の経験だが、講義中に「助けて!」と教壇に駆け寄ってきた学生がいた。「どうしても自分を愛することができない」というのが彼女の訴えであった。自分自身を肯定することができず、何度も自死を試みたが、その都度、助けを求めてきた。自死の試み自体が「生きたい」という訴えであった。我々が「いのち」に触れるのは、このような逆説的な「いのちへの渴望」ないし「いのちの痛み」においてであることが多い。

4 しかし、この「いのちの痛み」が「助けて!」とストレートに表出されることは多くない。この叫びは声にならず、なったとしても、くちごもって、言葉にならない。

私たちのNPOは、諫早で「風の舎」という、様々な生き辛さを抱える人々の「居場所」を開いている。昨年度は、延3,000人近くが利用または活動に参加し、570件を超える相談があった。しかし、その人たちが「風の舎」に来られるまでには遠い道のりがあった。ひとり悩む長い月日があってようやく、という人も多い。迷い迷った挙句に、ためらいながら家を出て、なんとか「風の舎」まで来たが、緊張のあまり中に入れないという人もある。そんな人が「今日はどんな相談ですか」、「どんなことでお悩みですか」と尋ねられても、言葉が出ないのは当然である。

5 ここが安心できる場所だと分かって、何を言っても、自分の不利にならず、勝手に解釈されることなく、そのまま受け止めてもらえると納得できて初めて、ぼつりぼつりと言葉が洩れ始める。聴く側から言えば、自分の知識や経験で相手の言葉を解釈するのではなく、「無知の姿勢」で臨むことが大切である。しかし、どんなに安心できても、言葉で気持ちを表すことができない場合もある。話せば話すほど、言葉と気持ちが乖離するという人もいる。自分は全く空っぽで、それについて悩むこともなく、こんなものだとあきらめているので、話すことは何もない、と言う人もいる。雑談が苦手な、気楽に世間話ができず、話すとするれば自分の内面や生き辛さになるが、そんなことはおいそれと口にされず、黙ったままの人もいる。逆に、恨みつらみや自責の念を繰返し延々と話し続ける人もいる。

6 このように、「まちなか相談室」というが、いわゆる「相談」ではない。「カウンセリング」でもない。だから、「とりとめのない話を聴いて、聴くだけで何になるのか、実効性が全くないのではないか」ととまどうことも多い。こんな「ためらい」と「とまどい」のはざま、どんなふうにもみすましているかと言えば、基本姿勢は三つである。(1)沈黙を聴く。不登校経験のある学生の言葉：「本人がそれを望まなくても、ずっと聴き続けてほしい」。つまり、相手が何も言わなくても、耳を澄まして、どんな言葉が洩れてくるのかと興味津々、じっと待つ。(2)答えはその人自身の中にある。ある利用者の言葉：「風の舎」は指針が自分の中にあることに気づかせてくれる場所。何をどう言えばよいのか全く整理されないうちに、混沌の中から問題点やそれへの対処法が次第に明らかになってくる。(3)基本的に助言もアドバイスもしないが、少しずつ見えてきた対処法を一步一步具体的に実行するにはどうすればいいかを一緒に考える。

7 「風の舎」を訪れる人々の中でいちばん多いのは精神障がいを抱える人である。彼／彼女らが抱えている苦勞には三つの層がある。幻覚、妄想のような症状、生活上の困難、そしていかに生きるかという人生の根本問題。この三つの層が複雑に絡み合うが、根底にあるのは、自分が自分として他者と共にどう生きるかという問いである。これを性急に解決しようとして挫折し、症状が悪化することもある。それを一時、棚上げすることも必要であるが、やはり、そこへ戻って行く。そんな時に話し出されるのは「自分史」である。もちろん、まとまった話ではない。人生を積み重ねる地層にたとえば、過去のエピソードが、いろいろな地層からの湧水のように思い出されて、それをつぎつぎと話す。これを繰り返すと自分の歴史という地層が掘り起され、その地層を通して過去を生き直すことになる。そして、消したかった過去が全て、「自分が生きてきた証」として受け止め直される。

そこから、「私はこのように生きてきたのだ」「これが私だ」「これ以外に私はない」「私は私として生きる」という境地が開けてくる。その境地を示すのが次の詩である。作者は統合失調症の病歴があるメンバー。

僕は病気になってよかった。

なぜならもし病気になっていなかったら、
一生のうちで、こんな天と地が入れ変わるほどの
すさまじい体験ができただろうか。

そして、これほど自分と向き合うことができただろうか。
体の傷、心の傷、多くの後悔、悲しみ、

新たな出会い、感謝、喜び、

明日への希望、そんなワクワク感に満たされて
生きていることが、いかに幸せであるかということ。
不思議なことなど何一つない。

流れる時間をいい替えるならばそれは「キセキ」
世界はキセキで満ち溢れている。

8 新約聖書にイエスが語った「からし種」のたとえがある。「それは蒔かれた時にはどんな種よりも小さいが成長するとどんな野菜よりも大きくなり、鳥が巣をつくるほどの大きな枝を張る」。これは「神の国」のたとえであるが、「いのち」のたとえと言ってもよい。

ためらいがちに、助けを求めてドアを叩く。じっと耳を澄ますと、長い沈黙を経て、くちごもりながら、辛く、苦しい胸中を明かし始める。そのささやかな勇気に、私は小さい胚珠のような「いのち」を感じる。からし種一粒の「いのち」である。漏れてくる言葉は時には反社会的であり、時には理解不能である。戸惑いつつも耳を傾け続けると、共感不能と思われる言葉から「いのち」の疼きが伝わってくる。やがて、それは「いのち」の胎動に変わり、長い歳月を経てついには躍動に至る。

そんな経験の中で、私は、「くちごもるとなりのひとにみみをすます」ことが「いのちに寄り添う」ことなのではないかと、自分に言い聞かせている。