

特別寄稿

「きく」と「うん」と

真宗大谷派厳念寺住職・元ハワイ開教使

菅原 建

出会った課題(開教使のお土産)

私が「聞く」ということに関心が向くことになった契機は、ハワイで開教使をしていた時のことです。

私の場合、開教使をするにあたって課題にしていた事は、異文化の中でそれまで自分自身が受け取ってきた事柄をどのように表現できるかを試してみたいということでした。具体的には英語を媒介として、真宗の教えについて先人たちがどのような苦勞をしながら表現されて来たかを学ぶとともに、自身にとってどんな表現が可能であるのかをつたないながらも試行錯誤してみたいと思っただけからです。

日本で教えの言葉を扱っていた時には、何となく分かっていたようなつもりで通り過ぎてしまっていた言葉が、あらためて翻訳という過程を通じて、自分なりに吟味しなおしてみなければならぬことが自然と出てくることになります。また、「なるほど、これなら英語で書いてあるものの方が、意味が具体的にはっきりしてこないか」

などというような表現に出会ったりします。そういう点で誠に不十分にしかできませんでしたが、現地の人たちとの対話を通して学べたことは、苦勞もある中で楽しいことでありました。しかしながら、開教使の生活も残りわずかになってから、私にとって大きな問題に出会うことになりました。それは、自分自身が「語る」あるいは「表現する」以前に「聞く」ということに対して想像していた以上におろそかであったことを教えられたことでした。

ここで開教使の仕事の内容について詳しく述べることはできませんが、その特徴の一部を紹介しますと、いわゆる法事・葬式以外の活動の全体に占める割合は、平均して七割近くになるのではないかと思います。その中には、病院・ホスピス・老人ホーム・刑務所・精神病院等に訪問して行ういわゆるボランティア活動もあります。これらは、ほとんどがキリスト教会の習慣にならったものです。例えば、病院では医師・看護婦・ソーシャルワーカーに加えて宗教者がチームワークを組んで仕事にあたっている場合が多くあります（身体的問題・心理的問題・社会、経済的問題、そして宗教的次元の問題をそれぞれ専門的に役割分担をして相互に連絡しながら患者に関わる）。そして、受付に行くと思者名簿に宗教欄が併せて載っていて、誰がどんな信仰を持っているかをすぐに見せてもらえることになっています。それを参考にしながら宗教者は患者を訪問するわけです。そして、ある程度の規模をもった病院であれば礼拝施設も完備し、一定の儀式や教化活動も病院のスケジュールの中に組み込まれて実施されています。つまり宗教的ないしは精神的な事柄への重要性・価値が広く一般的に認識されているということですが、これは日本と比べて大きな違いを感じざるを得ません（ちなみにアメリカでは宗教者がいないような病院はグレードが低いと見なされるといわれています。日本ならば、宗教者が病院にいるなどということは、きっと医療技術が低くて当てにならないからではないかと思われるかもしれません。また、日本なら法衣を着て病院に入ることがあれば異常な眼差しを向けられることになるでしょうが、アメリカでは法衣を着て行った方がむしろ歓迎されます）。

最近では日本でも「全人的医療 (holistic medicine)」とか「Quality of Life」という言葉が聞かれるようになってき

ています。それは近代医療が「生命」を monitor や data を通して、対象化し分析していく。いわばモノとして人間を科学的に部分的に(患部だけを)診ることに優れているかも知れないが、「いのち(存在の意味や価値)」は見えていないのではないかという問題提起があつて、いくらか検討され始めてきているのだと思います。

こうしてアメリカで開教使としていた限り、好むと好まざるとに関係なく、どうしてもそういうケア・ボランティア活動の現場に立たされることとなります。例えば実際に目の前でもうすぐ死のうとしている人、ないしはその家族がいる所に(それも面識もない人たちの所へ、仏教徒であるというだけの理由で)突然呼ばれて行くことがあるわけです。どうしたらよいかわからずに、とにかく手探りである他はありませんでした。そんな必要性に迫られた体験とその反省を引きずって日本に帰ってまいりました。その後、不思議な御縁で「傾聴(Active Listening)」という実践を中心に行う C.P.E. (Clinical Pastoral Education「臨床牧会教育プログラム」)の体験を病院でさせてもらう機会を得ることになりました。

パストラル・ケアの体験

C.P.E. というのは宗教的・精神的なケア (Pastoral Care \ Spiritual Care) を実習するプログラムのことで、一種のカウンセリングのような趣があります。この実践はアメリカでは一九二〇年代ころに整備され始めたということです。ちなみに「ケア/care」は「治療/cure」と対置する概念で、cure が対象を「変える」という関わりを持つことであることに對して、care は相手が「変わっていく」ための触媒のような関わりを意味しています。⁽¹⁾

C.P.E. の具体的内容は、患者やクライアントとの臨床会話、その会話の逐語的な記録に基づく事例研究、少人数でのセミナー、スーパーバイザーによる個人的な指導などによって構成されています。いわゆる「臨床伝道」とは

(キリスト教そのものの伝道目的の臨床活動という意味で)大きく異なる所が特徴です。アメリカでは聖職者(牧師や神父)は大学などで多かれ少なかれこうした単位を取得しなければならぬようになってきているそうです。私が受講したのは、そのミニチュア版のようなもので、神奈川県の子クリスチヤン教系のある病院でその実習をしました。回復の見込みのない初対面の患者さんがいる病室を訪れることで、緊張して心臓が飛び出してしまいそうな気分の時もあったことを思い出します。

こうした実習の中で、「聞く」ということは誠に難しいと痛感しました。つまり「いかに自分が聞いていないか」ということを思い知らされたということです。自分としては自分なりに一生懸命になって相手の方と話をして、何とか会話らしくなった場合もあり、まったく会話にならない場合もありました。しかし表面的に一応の会話が成立していたかに思えた場合でも、会話記録の検討を通じて振り返ってみれば、実はどんなふうに使ってはいないか、思いもかけない所でいかに鈍感であったか、自分の関心でしか会話をしていなかったか、そういう意味で相手への配慮にいかにかけていたか等々をスーパーバイザーの指導によって気づかせてもらいました(最初のうちは、私の会話記録を見て「これじゃ君、聞くっていつても何だか警察の尋問みたいじゃないか」と叱られた時もあります)。

また、この実習は会話の技術や相手を心理的な面で分析・把握していくような知識や技術を習得することではなく、むしろ会話の中で、はからずも表れてきた聞き手側自身の反応にむしろ焦点を当てて、自分自身の見方のあり様・特徴・傾向などを見つめ直して意識化いくこと(たとえば、ある場面で聞き手である自分の中に起きて来た感情に焦点をあてて、その感情がどのようなものであるのか、その心の動きの正体を明瞭にしていく等)が、その実習の大きな柱であったのではないかと思います。それは、一面辛い経験であったと同時に新鮮な驚きと発見でありました。更には、私自身とても大切なことと思う「聴く・聞く」という営みが、宗教的な次元でどんな意味をもっているのかを考えてみる機会となりました。

「聞く・聴く」ということ

○P.D.の経験を通した中で、「聞く」ということを仏教用語の「対機説法」と「身業説法」という言葉を手がかりとして考えてみたいと思います。

私たち僧侶は、法事や寺の会合などで門徒さんと会話をしたり、また聞法会や学習会で座談の時間を持っています。そのような対話の中で宗教者側の問題点として、しばしば次のようなことを指摘されることがあります。それは「何かを教えたり、伝えたり」するものだという意識(いわゆる教化者意識)が知らず知らずのうちに先行し、覆い尽くしてしまうような傾向・体質があるということです。その結果、ともすると押し売りのような一方的ないしは独善的な関係に陥ってしまうことによって、本来一番大切であるはずの相手の主体的な気づき・選び、目覚めが自然に促されてくることを著しく阻害してしまうことがしばしばあるということです。

仏教ではご存じのように「対機説法」という言葉があります。お釈迦様という人は相手の状態／機をよく知って、それに応じたふさわしい対応をされたということではないかと思っています。つまり、お釈迦様は「話す」ということ以前の大前提として、相手を敏感によく聞き得る達人であったということでしょう。ちなみに「八万四千の法門」という数の多さは何を意味するかといえ、いろいろな人がいて、そのいろいろな人々の状態に寄り添って聞き、話しをされたということなのだろうと思います。

このことはまた、しばしば○P.D.の実習中に教えられたことですが、「会話についてのマニュアルはない」ということにも関係してくるかと思えます。私は○P.D.の実習が始まったばかりの頃には、会話というものは何か特殊な技術があつて、それを習得して、相手が「ああ言えばこう答える」というような定式(定石)のような何かが、

きつとあるのだろうかという先入観を持っていました。しかし実際には、たとえもしそのようなものがあつたとしても役に立ちません。相手も生きています。私も生きています。お互いにその時々の変化の中にあるのです。会話(communication)は生き物なのです。生身の者どうしの交流が本当の意味で可能になる時は、コンピューターのキーボードをたたいて一定の結果を同じように出していくようなことにはならないということです。

前出の実習の核をなす「傾聴^{*}(Active Listening)」ということの内容の基本は「批判しない」「同情しない」「教えようとしない」「評価しない」「ほめようとしない」ということであると指摘されています。言い換えれば、非受容的メッセージを出さないように注意を払うことによって、話し手をありのままに受容するということに心掛けるということになります。また逆にいえば、私たちの会話の内容を少し考えてみただけでも、しばしば「批判」してみたり、「同情」してみたり、「教えようと」してみたり、「評価」してみたり、「ほめようと」してみたり……ということですが、これは相手のことを聞いているのではなく、本質的には聞き手側の解釈という土俵の中で起こっている出来事に過ぎないと思います。

「身業説法」について

また、「身業説法」という言葉があります。形の上では何も言うわけではなく黙って相手の前にいて聞いているだけのことです。つまりいわゆる行為としては客観的には何もしていないわけです。しかしそれは冷たく見放していたり、第三者のようにして、あるいは観察者のようにして黙っているということではもちろんありません。それではどんな感じかといえ、この言葉に関連して、私はある物語の一節を思い出します。ミヒヤエル・エンデ作の『モモ』という物語です。それを少し紹介してみたいと思います。

主人公のモモは小さな子供です。モモが時間泥棒である灰色の紳士たちから「人間の時間」を取り戻そうと活躍するあらゆる部分の中にあります。

小さなモモにできたこと、それはほかでもありません、相手の話を聞くことでした。なあんだ、そんなこと、と皆さんは言うでしょうね。話を聞くなんて、だれにだってできるじゃないかって。

でもそれはまちがいです。本当に聞くことのできる人はめったにいないものです。そしてこの点でモモは、それこそほかには例のないすばらしい才能を持っていたのです。

モモの話を聞いてもらっていると、ばか人も急にまともな考えが浮かんできます。モモがそういう考えを引き出すようなことを言ったり質問したりした、というわけではないのです。彼女はただじっと座って、注意深く聞いているだけです。

その大きな黒い目は、相手をじっと見つめています。すると相手には、自分のどこにそんなものが潜んでいたかと驚くような考えが、すうっと浮かび上がってくるのです。

モモに話を聞いてもらっていると、どうして良いか分からずに思いまよっていた人は、急に自分の意志がはっきりしてきます。引っ込み思案の人には、急に目の前が開け、勇気が出てきます。例えば、こう考えている人がいたとします。おれの人生は失敗で、何の意味もない、おれは何千万もの人間の中のケチな一人で、死んだところで壊れた壺と同じだ、別の壺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、どおちがいはありやしない。

この人がモモのところへ出かけていって、その考えをうち明けたとします。するとしゃべっているうちに、不思議なことに自分がまちがっていたことが分かってくるのです。いや、おれはおれなんだ、世界中の人間の中で、

おれという人間はひとりしかない、だからおれはおれなりに、この世の中で大切な存在なんだ。

こういうふうにモモは人の話が聞けたのです！⁽³⁾

この一節を読んでどう思われたでしょうか。私はここに述べられていることは「聞く」ということに関して、積極的な意味において際だったあり方をよく示していると思つています。これはあくまで架空のお話の世界であつて、そんなうまい話はないと決め込むことはないと思います。実際にこのような見事な対話(出会い)が生まれているケースはあります。この抜粋の中で、私なりに二つほど重要だと思われることを指摘してみたいと思います。

積極的「沈黙」の意味

先ず第一は「沈黙」の意味です。「沈黙」ということは、会話において消極的なイメージを思い起こさせてしまいがちです。しかし、私がこの中で、最初に経験した驚きは、いかに「沈黙」が重要な役割を果たす局面があるかということでした。

沈黙というのは大変難しい会話です。発話行為としては何もなくても、むしろ「沈黙」の時間ほど聞き手側に研ぎ澄まされた感性が要求されてくることはないと思います。ただし、いくら「沈黙」が大事だからと言っても、最初から「にらめっこ」をしていればよいというものではありません。あるいは、だらつと黙っていれば済むものでもありません。何が難しいかと言えば、「沈黙」が必要な場合やタイミングをどれだけ見極められるかということだと思います。しかしながら、私たちは「沈黙」になかなか耐えられない、待てないのです。「何か言わなければ……」という一種の不安や焦りのような感情がどこからか起こってきて、つい何か余計なことを聞き手からしゃべってしまうの

です。例えば会話の過程で間が空いてしまうような時に、こちら（聞き手）がしゃべらないと何となく気まずくなるような気がしたりして、こちらの方が落ち着かないのです。本当は相手の中で何かが熟しつつある過程としての大切な「間」である場合も多々あるわけです。つまり、こちらが勝手にその相手の状態を憶測・解釈して（何かリアクションを期待しているだろう）など、更に聞き手の都合（間が保てなくて落ち着かない、不安だという理由）でしゃべってしまっただけのことになってしまう場合があるのです。このような形で生まれた一方通行の関係からは、本当の会話・交流にはなっていないのです。そればかりか、その結果、聞く側は無自覚なままに、相手が開けていく潜在的可能性をつみ取ってしまっているかもしれないのです。

非言語的関わり

次に「沈黙」ということに関連していることなのですが、「非言語的コミュニケーション」の重要性ということがあります。前掲の物語の中で主人公・モモは何もしていないようにも見えても、たぶん言語以外のあらゆるものを、意識的にせよ無意識的にせよ、はたらかせて相手に接していたと想像できます。あるアメリカでの心理学の統計でも、コミュニケーションに占める言語の役割はわずか一割前後であったというデータを聞いたことがあります。先述の実習での会話記録の場合、つい会話の中で話された言葉自体の表面的な内容について多く考えてしまうかも知れませんが、実際の影響・反応という観点からすれば、むしろその時に話した言葉自体の内容以外での関わりが予想以上に大きな役割を果たしているということだと思います。

また、ホスピスで豊かな経験のある柏木哲夫医師（大阪大学人間科学部教授、淀川キリスト教病院名誉ホスピス長）は、ある講演で自分自身の臨床経験から「患者にはその日その日の距離がある」ということを述べていました。つまり庄

迫感をもよおさせるような距離、逆に疎遠な感じをもよおさせるような距離が、その時々によって同一人物の中でも変化するという事です。また、同様に相手との視線の高さの保ち方についても従来から指摘されている通りです。そして、この医師の経験で私が興味を持ったことは、こうした試みを通して、この医師と死にゆく患者との関係が変わったということです。つまり、この医師が以前持っていた「あなた逝く人、私残る人」という感覚から、「あなた逝く人、私も逝く人、ちよつと時間はずれるかもしれませんが、それはお許し下さい」というような感覚にこの医師自身が変わったということでした。そして、そういう自分の変化が、結果的に自分と患者との関係において、それまでとは違う変化をもたらした始めたということです。こんなことも非言語的なコミュニケーションを与えてくるファクターの一つに数えることができるかも知れません。

釈尊の沈黙

ところで「身業説法」といえば、「観無量寿經」の序分に出てくる韋提希夫人を前にした釈尊の「沈黙」があります。そこでは、釈尊の沈黙の間に、韋提希夫人には大変な展開・転換が起こってくるわけです。もちろんこの沈黙の場合、釈尊がそれを聞くに堪えないから、取りあえず無視しておいて、しばらく落ち着くまで様子を見ておこうというような形ではないことは言うまでもありません。愚痴を聞き、待ち続け得る「沈黙」の背景・根拠には不虛作の大悲があるのだと思います。すなわち韋提希が「人心の至奥より出ずる至盛の要求」⁽⁴⁾を求め目覚め得ることを信じて疑わない釈尊の深い愛情(慈悲)によって、ある意味で必然的に現れてきた不虛作の「沈黙」ではなかったのではないのでしょうか。この展開は、前掲の「モモ」の一節に見られることと共通するものがあると思います。

どんなことであれ、話を人によく聞いてもらうことによって、混乱や閉塞の闇の中から自分というものの存在の意

味が明瞭になってくることがある。人間には相手に聞き届けられ受容されているという感覚によって、無意識のうち
に硬直し閉ざされていた何かが開かれてくる不思議な力のようなものがある。自覚なく「心塞意閉（『大無量寿経』下
巻）」されていたものが開かれてくる（心得開明・耳目開明してくる）種タネのようなものが人には潜在的に備わってい
るのではないかというような気がします。

「観音」ということ

「聞く」ということと関連してもう一つ思いつく言葉に「観音菩薩」があります。そして観音菩薩には「施無畏
者」という異称があるといわれています。「畏れなきことを施す」。その意味が指し示す事は、私たちがいろいろな困
難・苦悩に直面し、そこで起こってくる不安、おそれに覆われている時、それを受け止めて立ち上がれるような勇氣
を与えてくれるということなのではないでしょうか。

つまり「畏れなきことが施される」には前提として「観（世）音（衆生の声を観る）」ということがあるのではな
いかと考えます。つまり苦悩の声を聞いてもらおうという事（それまで届かなかったことを確かにキャッチしてもらっ
たという実感）を通じて、本当に受容されているという感覚がもたらされた時、困難に真向かいになり得る。そして
混乱していた種々の葛藤・孤独感・躊躇・畏怖等々の心の動きから整理され、解放されて、そこに立ち上がっていく
ことのできるその人独自の通路が見いだされて（廻向されて）来る。そんな響きをこの言葉の成り立ちから感じるわ
けです。イメージとしては、ちょうど綱渡りをしようとしている時に、受け止めてもらえるネットとか命綱を与えら
れて、その細い綱の道を渡って行けるような支えを得たという感じだと思います。

「聞く」ことの背景

また、その観音菩薩は「慈悲」の象徴として扱われていますが、英語では「愛」を表す言葉に love という言葉とは区別して compassion という概念があります。特に宗教的な意味での「愛」を翻訳する時には compassion が用いられることが多いようです。例えば「阿弥陀仏の大悲」という場合には Amida Buddha's Compassion という具合に訳されている場合があります。言葉の成り立ちからすると passion は「痛み」「苦しみ」であり、com- という接頭語が伴うことよって「苦しみ」「痛み」を「共にする」という意味になります。passion は患者を意味する patient とか、あるいは pain (痛み) などと語源は同じです。

この compassion を受けること、感覚すること、解放されていく。そういうつながりになっていることは興味深いことです。「苦」を共にされることによって、health (健康) を回復していく。或いは healing (癒し) が促されうる。こうして compassion を受けることを通して「癒し」が与えられるという脈絡が、キリスト教の場合には考えられているようです。

heal や health も語源的には whole (全体性)、holistic (全体の)、holy (聖なる) という言葉と同根といわれています。つまり、「苦」に遭遇することは「自分とはいったい何なのか」を問わずにはいられない所に我を引き戻してくれる契機であって、その時に「苦境」を状態として解消するのではなく「苦を共にされる／分かち合ってもらえると感じる (compassion)」ことが、その人らしさの「全体性 (whole/holistic/holy)」を回復させていく力となりうる。そして、その人らしい「全体性」を回復されてきた状態を health ということだとというわけです。

私達は health という場合、とかく身体的な意味ばかりが浮かんでしまいがちですが、むしろ心身二元論的でない

「全体性」をもった意味でこの言葉が成立してきていることは「健康」ということの意味を改めて考える上で大切な事だと思えます。そのことは、また psychosomatic という事が盛んに言われる今日、特に重要だともいえます。

その自己の全体性の回復へのプロセスとして不可欠な compassion ということの具体的な表現として「聞く(沈黙)・「共にいる」ということも含んだ」という受容を指向する形(対話)があるのだと思えます。

むすび

仏教には「みること」「きくこと」について、「唯識教学」をはじめ大変豊富な思索の歴史的蓄積があります。それは、私たち人間という存在を基本的な行為や心理作用をとおして、問題点をつぶさにあきらかにしようとする実存的要請に沿った歩みであったのではないのでしょうか。また、蓮如上人は「モノを申せ」とさかんに勧めたといわれます。話すということは、壁に向かって可能なことでしょうか。話すという限り、その前提には聞いてくれている存在が暗黙のうちにあるはずでず。

私がかたまたま経験することになったパストラル・ケアないしはスピリチュアル・ケアにとって一番大切なことは、「聞く」という事を通して双方の「開け」(心身の開放)を求めていく一つの試みであり、また「聞く」という事を支えている聞き手自身の内面・根底をあきらかにし、確認させていただく学びであるのだと思っています。また、そういう意味で自身を問う大切な場にしなうと考えています。

以上、仏教用語の「対機説法」と「身業説法」という言葉を手がかりにして、「聞く」ということ、ないしはその背景について述べてみました。

* 「Active Listening (傾聴)」について

Active Listening (傾聴) という字面を見ると、相手に「積極的に聞く・聴く」というような響きがあつて、相手を尋問したり、事情聴取をするような聴き方にも思えますが、むしろ聞き手側が自身の内面に対して敏感に注意をはらつていく試みという趣があるように思えます。そういう点からしますと、「カウンセリングのようなことは、真宗には無用である」という意見もあります。自分自身に鈍感な形で人間関係に携わるといふことは、いかかなものかと考えさせられます。カウンセリングの手法としては、(私が実習したものについては) ロジャース派の流れをくんでいるようです。また、カウンセリングという(上下関係、弱者・強者の関係の中で)、説き聞かせたり、慰安の言葉を与えたり、論じたり、気の利いた答えを提供するサービスの類であると誤解している人も少なくないようですが、あくまで相手の自発的な立ち上がりを支えようとする役割を果たすものです。たとえば、終末期医療現場における「傾聴」の目指すところは、患者に「安らぎ」を与えることよりも、「新しい『生』(の意味)を成立させることを支える」ことであることから、その特徴がうかがわれるのではないのでしょうか。

注

- (1) 「ケアの思想と対人援助」村田久行著 四一―五五頁 川島書店 一九九四年。
- (2) 「愛と癒しのコミュニケーション」鈴木秀子著 二七頁 文芸春秋社 一九九九年。
- (3) 「モモ」ミヒヤエル・エンダ著 大島かおり訳 二二―二三頁 岩波書店 一九七六年。
- (4) 「定本 清澤満之文集」松原祐善・寺川俊昭編 三九六頁 法蔵館 一九七九年。