

東海心理学会・特別講演

“対談” 「ひとが かわりはじめる とき」

竹内敏晴 & 村山正治

1997年5月11日 南山短期大学にて

第34回 特別研究会

「出会い・かかわり・学び～もうひとつの人間関係原論」

中野 清

1998年3月17日 南山短期大学にて

“対談” 「ひとが かわりはじめる とき」



竹内 敏 晴 (たけうち としはる)

- 1925 東京都に生まれる。生後まもなく中耳炎にかかり、難聴となる。
- 1951 東京大学文学部卒業。演出家岡倉士朗と出会い「ぶどうの会」で演出家としての道を歩み、代々木小劇場の創設にも関わる。
- 1972 竹内演劇研究所創設。
- 1975 『ことばが劈かれるとき』発表。からだことばへの独自のアプローチを展開。
- 1979 宮城教育大学教授。林竹二と協力して日本各地で授業実践に取り組む。
- 1986 南山短期大学教授。人間関係科で演劇による人間性教育に取り組む。
- 現在 著作、ワークショップ、演劇を中心に活発に活動している。
- 著書 「ことばが劈かれるとき」(ちくま文庫)
「からだ・演劇・教育」(岩波新書)
「「からだ」と「ことば」のレッスン」(講談社) 他



村山 正 治 (むらやま まさはる)

- 1934 東京都に生まれる。
- 1958 京都大学教育学部卒業
- 1963 京都大学大学院教育学研究科博士課程修了。ロジャーズ派臨床家として研究と実践に没頭。
- 1967 九州大学教養部助教授として赴任。
- 1968 福岡人間関係研究会を創設し、ジュネラルエンカウンターグループの研究と実践を積極的に展開。
- 1972 ロジャーズのもとに留学。フォーカシングとエンカウンターグループを中心に社会的活動にも取り組む。
- 1987 九州大学教育学部教授
- 現在 久留米大学教授
- 著書・訳書 「エンカウンターグループ」(福村出版)
「夢とフォーカシング」(福村出版)
「カウンセリングと教育」(ナカニシヤ出版) 他

山口：…今回は、こういった大きな場所でもパネルディスカッションとは違って、本当に対談のようなものができると良いなと思って、こういう半円形にテーブルを用意しました。司会の私が真ん中に座っているのも変だという感じがするのですが、お二人が向かい合って左右に座っていただく形にしてみました。テーブルが半円であるということは向こう側にもテーブルが広がっていて、客席全体でひとつのテーブルを囲んでいると思って下さい。ここで対話が行われ、そして皆様方も私も中に入っているという状況で進めていきたいと思っています。



さて、この対談のタイトルは「ひとが かわりはじめる とき」となっています。なかなか不思議な感じがします。この対談の話しを持ち出した時に、竹内先生から出てきたテーマだったのですけれども、「ひとがかわる」という言葉を聴いたときに、私は教育哲学者として実際に教育現場に入って行かれた林竹二先生のことを思い出しました。林先生が「学んだということの唯一の証は、何かが変わることだ」と書いておられるのを思い出したわけです。竹内先生は、林先生の晩年の教育実践に協力者として一緒に活動してこられたので、「かわる」ということを考える時、竹内先生の中にもこの言葉があると思います。もうひとつ、竹内先生が「かわる」ということを考えるときに、竹内先生自身が耳の聞こえない少年期に過ごして、ご自身の耳の快復とともにあらゆるものが変わっていくという体験を根底に持っておられると伺っております。

一方村山先生は、エンタウナーグループやフォーカシングを専門として長い間研究と教育をやってこられたわけですが、それは人が人との関わりや出会いの中で変わっていく場であり、人が変わる場をたくさん体験してこられたと思います。

エンカウンターグループにしても竹内レッスンにしても、関係の中で自分や人が変わっていく、あるいはからだや声が変わっていくということであり、人は一人で勝手に変わるわけではなくて関係の中で変わると考えている点は共通しています。

また、「かわりはじめる」というところに目を向けてみるのはおもしろいと思います。どうも私たちは、変わった結果を求めがちになりますが、本当はその変わり始める瞬間をとらえることができるかどうか、教育者としても、あるいは心理学者としても、心理臨床家としても一番大切なのだと思います。変わった結果を見て“あ、変わった”と言うんじゃなくて、変わり始めるところをプロセスとして明確にとらえることができるかどうかというのが、大切なのだと思うからです。

そういった意味で、今日の対談では、初めに竹内先生の方から最近フォーカシングのワークショップで体験された人が変わっていくというケースといえますか、あるいはできごととして、そこにおられて見たこと、感じたことを少しお話ししていただいて、それに対して村山先生の方から色々なコメントや合いの手を入れながら、その話を明確にしていく働きかけをしていただこうと思っています。

それを皮切りにして、焦点としては、「人が変わる」ということのプロセスを、お二人の先生がどのようなことを手がかりにして、どんな風に人の変化、成長を見ていらっしゃるのかといったことも含めて、できるならば、竹内敏晴あるいは村山正治が変化に関わる時に、その援助者あるいは側にいる者としてどのように関わっていったのか、といったあたりを語っていただけると嬉しいなあという風に思っております。だいたいそんなところで1時間半、う

まく楽しく過ごして行けたら良いなと思っております。

それでは、お二人の人に登場していただこうと思います。どうぞ竹内先生はこちらの方に、そして村山先生はこちらの方にお座り下さい。

(拍手)

山口：そんなところで、始めていこうと思います。もうすでに10分ほど過ぎていますので、貴重な時間ですので、早速ではありますけれども、竹内先生に最近、フォーカシングのワークショップでこんなことがあったんだよというあたりからお話をしていただけますでしょうか。

竹内：こんにちは、竹内です。私は、心理学は全く門外漢ですし、からだを動かしたり声を出したりしていつもワークしている人間で、演劇出身ですから、それで体験したことをことばにしていくという方法しか持ってないので、今日はいくつかのことについて村山さんからコメントいただけたら嬉しいなあというようなつもりで話したならば、なんかさっきから聞いてたら、えらい大ごとになりまして、どうなるかよく分かりませんが、とりあえず話し出します。

さっき山口さんがおっしゃいましたけれども、林先生の「学んだということの証は、何かが変わることである」ということばは、私にも非常に大きなこととして、ひとつありますね。それから、まあ、生きていく条件が変わる、私の場合だと、耳だれが止まっていくらかでも声が聞こえてくるとか、ことばが今しゃべっているような場合に、劈かれてきた、一応しゃべれるようになってきたというようなことは、生きていく条件が変わるわけで、それによって変わっていくということがひとつありますけれども、今日村山さんとお話できることは、多分、人と人とが触れ合うっていうか、出会うっていうことであろうという風に、まあ思ったんです。村山さんの専門のエンカウンターということになるんですけども。

だけど出会うっていうことを言い出すと、どうしても信仰の場合のことが一番最初に私の頭に出てきまして、例えば、イエスに出会ったペテロが船を捨てて従って行った、というようなことがあるわけです。そのへんが出会うっていうことの一発の原型として私の中にあります。

日本の話ですと、「今昔物語」の中に「源太夫出家のこと」というのがあります。これは簡単に言うと、源太夫っていう山賊の親分みたいなのがいるわけです。手下を連れてあっちこっち荒し回ってる奴ですね。それがあの日、山から下りてくる。そうすると村人がたくさんお堂の前に集まっている。一体これはどうしたんだろうと思って、ずかずかと入っていってみると、村人たちはびっくり仰天してみんな逃げるわけですね。「どうしたんだ」って捕まえて聞くと、「今、都から偉いお坊さんがみえて説教してらっしゃる、それで、みんなその話を聞きにきてるんだ」「ふーん、俺にも分かる話か」「分かるか分からないか分かんないけどありがたい話だ」と聞いて、ずかずかずかずかっとなって行って、坊さんの真正面へ座った。まあとにかく刀を横たえた大男が座ったわけで

すから、坊さんの方がぶるっちゃった。手下たちは外で待ってる。それで、とにかく仏様におすがりすれば、西の方浄土に生まれることができるということを、まあ坊さん一生懸命になってしゃべるわけですね。

終わった途端に、源太夫が、この坊さんの所にずかずかっ行ってね、「お前の言ったことは本当か」って言う。「阿弥陀様の御名を唱えておすがりすれば本当に浄土に行くことができます」「本当だな」と言った途端に刀をばぁって抜いた。坊さんびっくり仰天したらば、「この刀で俺の髻を切れ」って言う。「これから俺は佛さんの弟子になる」って言う。坊さんの方がぶるっちゃって「いやそういうことはちょっと家族の方や、他の方とよく相談をなさった方がいいんじゃないですか」って言ったら「何を言うか！今の今までお前は、“今、仏様におすがりすれば、今救ってもらえる”と今言っていたじゃないか。それは嘘か」って。「いや嘘じゃございません」「そんなら髻を切れ」。とにかく坊さんは手が出ないので、自分で髻を切りましてね、部下を集めて「今まで儲けた物は全部お前たちにやるから、俺はこれから出家をする」と、その場で全部身につけたものを脱いでしまって、衣を貰ってずた袋みたいなのをぶらさげて、数珠をもらって、頭を剃ったまんま「浄土はどっちだ、阿弥陀様はどっちにいるんだ」「西の方にいらっしゃる」「西に行きゃいいんだな」それで、手を合わせて西の方に向かってそのまんますすぐに歩き始めるわけですね。畑も野も川も湖も何にもかまわない、とにかくすすぐすすぐすすぐすすぐ西へ向かって歩いて行ってしまふ。途中で庵か何かに立ち寄りまして、そこにいた坊さんに「七日経ったら見に来い」と言ったので後を追って行ってみると、崖の上に木がありまして下の方には渦巻いている海が見える。源太夫は木の上に上って、「阿弥陀佛よー、ほーい」と呼んでいる。坊さんがびっくりして見ていると、「阿弥陀佛よー、ほーい」と呼びかけると潮がざあーと打ち寄せる。波の間から「ここにありー」という美しい声が聞こえた。彼はそのまま木の上で「阿弥陀佛よー、ほーいほーい」って唱え続けて、そのまま死んでしまふ。と、口から白い蓮華の花が一輪咲いた。こういう話が今昔物語に出ています。で、多分出会うということは、さっきのイエスとペテロの話も同じですけども、決定的な問題というのはそういう風にあるだろう、と思います。さっき山口さんから注文されたことの前にどうしても一言言っとかないと気持ちが済まないの。私の中で「かわる」ってことの原型みたいなのはそういうところにあります。

「かわりはじめるとき」とさっき山口さんは丁寧におっしゃったけども、そういう風に丁寧な話になるかどうか分かりません。まあこれだけ前にお話しておいて、えー、勝手な話をもうひとつさせていただきます。

私はからだのこと、声のことをレッスンしているわけですけども、言葉が本当にその人に触れたっていうか、声がかかったときには、その相手の人は“ああ、本当に自分に話しかけられた”って感じた時に変わり始めるという風に思っ

てるわけです。しかし今からお話するのはそれではありません。山口さんがさっきおっしゃられたようなことから、命ぜられましたから話します。フォーカシングという風におっしゃいましたけれども、村山先生や都留春夫さんから学ばせていただいたフォーカシングのある方法を自分のレッスンの中に勝手に取り入れさせてもらってやったということに過ぎないのですけれども、お話しします。

最近、3月に20人ばかり集まりましてレッスンをしました。ご承知のように、フォーカシングの技術は2人で組になって一人が集中して自分の中に気がかりなことが思い浮かんだら、それを外に出してそこに置いてみる。もうひとつ気がかりなことが出てきたらまたそれも置いてみる。自分との間に距離をとってみるということをやっていくわけですね。ですが、特に感受性の豊かなというか、何かに非常に苦しんでいる人たちはなかなか距離がとれない、その苦しみと一対化してしまっているから。その距離をとるという作業を明確にしていこうというのがひとつのポイントでありました。

私もある人と一緒に組んでリスナーになってやっていて一区切りした。他の組はどうしてんだろうかと思って見たときに、一組が割と早くあがってしまったみたいで談笑しているのが眼に止まった。それでそこへ行きまして「どういう具合だったんだ？」と聞いたんですね。そうしましたらね、フォーカサーの方が、女の人ですけども、自分なりに気がかりなことを出して行って、全部すっきり出ちゃったと。ところがよく考えてみると、どれもそう大したことではない。気がついてみると自分のお腹の中に丸く固まった、鉛色の玉子みたいな物があって、しかしそれがどうあっても外に出ないっていうわけですね。それで、まあいいやと、これは手がつかないけど、外にこれだけ出て、自分の気持ちが一応すっきりしたんだから、ここまでにしようと思って打ち切りましたと、こういう話なんです。

それでちょっと口をはさんでいいか、と行って「その玉子みたいなのはどんな色？」って言ったら「鉛色みたい」だという、「固くて冷たい」っていうわけですね。「重い？軽い？」と聞くと「重い」と言う。「じゃあちょっと、それに聞いてみたくないか？」って言ったわけです。どうしてそこにいるのか聞いてみたくないかと。そうしたら彼女がちょっと黙っていてね、「急に叫び声みたいな、悲鳴みたいなのが聞こえてきた」っていうわけです。「キャーキャー言ってる」って。それで、なんて言ってるのかというと「人に言っちゃいけない」って言ってるというんです。「人に話したらダメ。絶対ダメ！」って、もうキャーキャーわめいてってわけです。しばらく聞いていて、「話すのをやめろ、やめろ、やめろ」って言ってる、「とにかく“どうして人に言っちゃいけないの？”って聞いてみたら？」って言ったのです。そうしたら、激しい勢いで「あんたのためだ。あんたを守ってるんだ」って言う。

その辺から声の質が彼女にちょっと分かってきたらしいんだけど、それはま

た後で申し上げます。で、そいじゃあって、もう一回私は「何を守ってるのか聞いてみて」って言った。そしたらば、非常に困って返事をしなくなって、困ってるような様子だけでも、人に言っちゃいけないってことだけをくり返して言ってる。そこで、「誰にも言わないから私だけに聞かせて」っていってもういっぺん聞いてみて」と。そうしたところが、じいーっと黙っちゃった。なんか、彼女の言い方によると、質問をしても抑え込んじゃって、逃げ出したがってるような感じがするってわけです。それで、「あなたが今、黙ってるその塊に向かい合ってみて。自分のからだの感じはどうなんだ？」って聞いたんです。そしたらば、「自分が大きくなったような気がする」って。それで、「大きくなった」っていうその感じを、もうちょっと、相手を見ながらね、丁寧に感じてみると…あ、そうか、そこで初めてね「それを外に出すことはできないか？」って言ったわけです。

村山：ああ。(感動して聞いている)

竹内：そしたらね「やってみる。…外に出せそう」って言うわけですね。

村山：ほーう。うん。

竹内：外に出した。ちょっと待ってからどんな感じかって尋ねたら、「頼るものがなんにもなくなっちゃって、からだの中がからっぽになっちゃったような感じがする」って言うわけですね。それで、まあそれを、少し味わってみよう

村山：簡単に出せました？

竹内：すごい時間かかりましたけど、割かしもうはっきりしてました。

村山：ああ、そうですか。

竹内：後で聞いてみると、中にある時にもうね…

村山：かなり固まってた…

竹内：固まってたものがね、壊れ始めてたって言うんですね。で、外に出してこう向こうに置いて、それと向かい合っている自分のからだの感じはどうなんだ？と訊かれているときに、その玉子みたいな塊が、びしびしびしびし壊れていったそうです。でまあ、それを味わっててくださいというようなことを言ったんですけども。それで、そういう形が一区切りしてから「からだの感じはどうなんだ」って言ったら、「お腹に息が入るようになった」「自由になってきて、自分のからだ自分のものになってきた感じがする」と言うわけですね。とにかくそうやって見ている間に、鉛の塊みたいなのはぐしゃぐしゃに壊れていって、それで、さっきから叫んでる声はね、これは母親の声だったってことに気がついたって。母親が、彼女の言い方によると鬼子母神みたいな母親で、もう一生懸命に自分のことをかばってくれたっていうか、また縛ったっていうか、まあある年になったらそれはうるさくなったり反抗もするわけですけども、そういう母親だったんだそうです。で、いつからこういう玉子みたいな感じがあったんだろうと、途中で彼女はずっと考えたんだけど、どうも子供の頃から

あったような気がすると言うのです。けれども、どうしてあったのか、いつからあったのかははっきりわからないという。こんなようなことだったんです。

その1日のプロセスはそれだけのことだったんですね。それで、それから彼女と別れまして半月ぐらい経ってから会ったときに、本当にびっくりしたのはね、…あ、もうひとつ彼女が感想を言ったんだ。それはね、「今日、私は泣かなかったね」って。

村山：うん。

竹内：つまり、今までワークやったときに、感受性の鋭く動く人ですからあるところまでいくと、情念が強く動いてくる。そうするとね、耐えきれなくなって泣き出すっていうことがよくあった人なんですね。

村山：はい。

竹内：それがその日は、距離を持つっていうことを繰り返しやったせいかどうか分からないけれども、泣かなかったっていうことを最後に気がついた。それで半月くらい経ってから彼女に会ってみて非常にびっくりしたのは、しゃべる言葉がね、何て言いますかね、こう楽々として出てきてね…

村山：ほう。

竹内：感情的じゃないわけです。まっすぐ出てきて、順序立って、明るい。びっくりして、「あんた話が分かりやすくなったねえ」って言ったんですけども。あと、いくつかの特徴に気がついたことはありますけども、あんまり長くなるからこのへんでやめます。だいたい前のことで忘れかけていたこともあるんですけども、だいたいそんなことですね。フォーカシングのプロセスとして、はみ出していると思いますけども、だいたいそういうことです。

村山：今お聞きしてて、まず最初の方のことで申し上げたいんですが、竹内先生がおっしゃるように、「ことばとからだ」っていうことがいつも主題ですよ。つまり先生のやられていることは僕が理解すると、やっぱりことばとからだとの相互作用かな。それがいつもテーマになっておられたんじゃないかなと思うんですね。それはある意味ではフォーカシングそのものだったような気がするわけです。で、竹内先生はことばのことを二つに分けてまして、情報伝達の言語っていうのと、それから表現としての言語ってのを分けてらっしゃって、それでその表現としての言語っていう方がつまり大事なんだと。で、その場限りの今生まれてくることば、それがやっぱり人とのコミュニケーションでは決定的に重要なんだという風におっしゃっていて、僕はこれを読んで、竹内先生は独自に自分の中に持ってるものを言語にしていって、そのプロセスって言いますかね、それを一生懸命やってくられた。これは僕の理解していることでは、フォーカシングも結局はからだの感じとことばのイメージとの相互作用で、そこで納得いく線で落ち着くといえますか、それはフォーカシングの本質であろうと私は理解していて、ですから先生のワークの本質的な部分が、フォーカシングと非常に同じことを狙っているのかな、というのがまず第一点です。あと、

今の話ですよ。

竹内：はい。

村山：実は私も今と同じようなことを最近かなりやってまして…。

竹内：はあはあ。

村山：特に、今お話があったように、気がかりなことと距離をとる、距離がとれるっていうことは、これはものすごく変化が起こる。つまり問題の中身が変わるっていうことじゃなくって、自分とその問題、気がかりなこととの関係が変わるといふか、そこが今の話の中でもやっぱりポイントで、その距離がとれたということが変化するすごく大きなポイントになっていると思いますね。で、これはおっしゃるように、これができたときというのは非常に本人が楽になるし、そうなった時に、おそらく先生もお分かりだったと思うんですけど、表情とか態度が、声の調子がこちらに感じとれるほど本当に今までと違って、元気になっていくとかですね、そんな感じ、つまり問題に飲み込まれてしまっているようなものが自分との距離がとれると、前と変化したという実感を本人も感ずるし、他人にもよく分かるのです。

竹内：ええ、ええ。

村山：まあ僕らの言葉で言えば、なんかすごい主体性が回復されるといいますか、問題に圧倒されてそれと自分との区別がつかなかったのが、やっぱりはっきり区別ができて、それを見ることができるといふ風な感じがいたしました。

それでおもしろかったのは、先生がですね、最初いくつか軽いものを出したんだけど、残っている一番大きなものに注意を向けられて、そこと対話をするというのが非常におもしろい所だと思うんです。カウンセリングっていうのは僕の理解ではやっぱり、セラピストを通していわば自分自身との対話だと思うんですよ。で、フォーカシングというのは、話とかの中身っていうよりは、なんて言うんですかねえ……うん、そのつまり、自分の問題と直に対話させるというね。

竹内：はあはあはあ、はいはい。

村山：カウンセリングですと話しにかなりいくんですけど、フォーカシングでは問題をきちっとここに凝縮させてしまってありますから、そこをはっきりつかまえたうえで、それが何をしゃべりたいのかとか、何を言いたいのかっていう風に話をさせるっていいですか、そこがやっぱり、すごい特色のような気がしますね。夢のフォーカシングなんかでもそういうことをよく使うようですけども、やっぱりそこに話をさせるということではいろんなことができて、だから問題の声を自分が聞けるっていうこと自体が、まずは距離をとるひとつのステップだったと思うんです。

竹内：ええ、そうですね。声が聞こえてきたって言ったときには、彼女もびっくりしたんだけど、僕もちょっとぎくっとしましたけどね。

村山：あの問かけが非常に巧みだったように思いますよね（笑）、その対話

をしていくことで「ちょっと聞いてみるよ」ってな話で。(アンワイザーもよく使う)

竹内：(笑)

村山：だけでももうひとつ印象に残ってるのは、出すときに実は意外と出しにくいことがよくあるんですよね。

竹内：出しにくいっていうのは、例えばどんなことですか。

村山：つまり、今の話を聞いてると、やっぱり彼女はかなりイメージがはっきり出ているということもあったし、先生はからだの感じの方から入ってますから、からだの感じをずいぶん彼女はつかんでたんじゃないかな、感じとってたんじゃないかな。

竹内：うん、はい。

村山：っていうのは、なんて言うんですかね、出すっていうのは、出しちゃうとこれは自分がなくなってしまう。

竹内：はいはいはい。

村山：そんな風な共感みたいなのがあったり、それから自分にとっては大事だからしばらくそれは置いておきたいとか、そんなことが実はよく出てくるんですね。

竹内：はあ、なるほどね。いやそれはね、やりながら多少は感じましたね。だからあの、それと本当に距離をとってそれをちゃんと見れるかどうかという感覚をなんとか作りだそうという、そうことをやって…。向こうの感じじゃなくて自分のからだの感じの方はどうなんだっていうことを繰り返し問うたりね。それで距離の取りようが少しずつなんとかなるかな、そういうつもりで見ました。

あのね、お話の途中で変なんですけども、また戻っていただきますけどね、それやってるともう僕はへとへとになってね。つまりその、玉とこっちがね、真ん中に彼女の体があるんだけど、向かい合って戦ってるみたいなんです。こう、力任せに、やりあってるような感じで。村山さんご存知かと思いますが「指輪物語」という有名なファンタジーがありますね。大きな玉がある。世界にいくつかそれがありましてね、それを見ると、世界の有様が見えてくるわけですね。ところが玉を見ると向こうに魔王がいてね、魔王もその玉を持っているんです。顔と顔を玉の中で向かい合わせてしまう。そこで口を切る時に、勝負がついちゃうんですね。ほとんどが魔王に負ける。つまり自分は負けていないつもりでいるくせに、向こうに支配されるようなものを自分で背負い込んでしまうっていうのが、その玉の怖いところなんですけども。それを思い出して、これはえらいことになったなあと思って、必死な感じでした。私の方もとにかくそのままをちゃんと、彼女といっしょになって見るというか、そういう実感がありました。

村山：はい、そこがやっぱりポイントだと思うんです。僕らが学生たちやセラ

ピストと一緒にこういうことをやる時に、よく、共感の訓練になるというようなことを言っているわけですけど、言葉ではないんですけどね、つまり今おっしゃった大事な部分と言うのは、普通僕たちはリスナーと言いますが、その側にいる人間が相手と一緒に作業をやっている感じって言いますか、やっぱりその部分が非常に大事で、しかもおそらく相手の人はそれをすごく感じてたんじゃないでしょうかね。先生も一緒にやってるという感じをね。それがすごく安心してその人が、取り組めるっていいですか、それにはその部分が本当に大事じゃないかなあと思いますが。

竹内：なるほど。

村山：でね。

竹内：はい。

村山：だから、確かに…。あ、もうひとつ。だから、それがしっかりしてるから、それ程あまり心配ないのかも知れないって感じなんです。つまり、僕たちがやってる場合には、よく出した後の作業ってのが意外といるんですよ。つまり出してまた戻って来るってということが（笑）、出し方によってですね。

竹内：（笑）そうか。

村山：やっぱりかなり丁寧に出不ないとまた戻って来るってのもあったりして、だから出した後、もう一度距離を取り直す、つまりそこに置いて大丈夫かっていうか、それで自分のはっきり安心できるかですね。自分の気がかりを出してみ、そこに置くことで、もう戻って来たりなんかなくて、要するにはっきり距離が取れたという確認と言いますかね。

竹内：ああ、そうですね。うんうん。

村山：それがですね、うっかりすると戻って来たり、それから無理に出したんだけど戻って来たりとかね、そういうことがあるので。

竹内：そうですね。からだから何にも頼るものがなくなって、からっぽな感じになってしまったっていう時には、戻って来るっていう可能性はなくなったわけじゃあまだなかったんでしょうね、今の話を伺ってみると。でもその所で、自分の存在だけで立っているような、自分のからだが大きくなったような気がするって言ったんで、そのところはあんまり心配しないで、私は終わっていいんだろうという風に思ってたんですけども。

村山：そうですね、そう言ってましたもんね、確かに。

竹内：実は、その人は保母さんなんですけどね、子供たちに自由に伸び伸びとさせたいという気持ちが強くて、しつけを厳しくする人たちとかなり対立して、あの人は変わってるとか言われたりして、まあ私のところのワークにきて、レッスンって私たちは言いますが、なんか追いつめられた感じになったりするとすぐ感情的になる。といっても他人に対してどうこうするってんじゃなくて、自分の中で非常に感情が飛躍するという感じになるんです。やはり自分をなんとかまっすぐ表現したいという気持ちがあるんでしょうね。

で、芝居をやりたいというのでやった訳です。そうするとね、感受性のいい人だからとってもセリフの言い方がいいんですよ、普段は。ところが、ある場面の稽古で、彼女が妹で姉さん役の人に話しかけるんですけど、どうも聞いてもおかしいんだな。つまり、本当に相手のところに「私は<からだ>と言いますが、ことばが行かないんです。最後の語尾のところですね、例えば…言葉ちょっと忘れちゃったんで言えないけども、例えば私が「村山さん本当にそうなの？」ってなことを言うとしたら、「村山さん本当に？」まではいいけれど、「そうなの？」になると、ことばがポーンと向こうに行っちゃうんですよ、遠くに行っちゃう。最後の語尾がね、絶対に相手に触れない。外しちゃう。語尾が相手に触れない、といっても「本当にそうなの？」って、こう自分の方へ戻っちゃう人もいるんだけど、その人の場合は遠くに行っちゃう。どうしても、うまく触れない。相手に本当にことばで触れていくにはどうしたらいいかっていうのは、——これは私の話しかけのレッスンってやつの基本課題なんですけど——、それが稽古でもいくらやってもできないんですよ。これはなんだろうなあ。なにかゼットイ他人に触れたくないものがからだにあるに違いないが、見極めがつかなかった。芝居の稽古の中では到頭だめだったことが、このワークを越してから、彼女はことばで平静にしゃべれるっていうか、——つまり、情念をぶつけっぱなしで逃げるんじゃなくて——相手に語尾がちゃんと掛かるようになってきたわけですね。で、因果関係がどうのこうのって言われると甚だ困るんだけど（笑）、自分の中で自分にこだわって自分に戻って行くとか、自分の気持ちをぎゅうっと詰めてポーンと相手にぶつけるとか、そういうことがなくなった。さっきの言い方だからさっぽになってね、その存在だけでしゃべると。

村山：はい。僕なんかの言葉だと素直にことばが出るようになるとか、そういう感じに僕なんかは言ってしまうんですけど。

山口：それっていうのは、例えば玉子と向かい合うことができたという体験がその変化を起こしてるという風なんですか？

竹内：あのね、因果関係はだから分からないけども（笑）、結果から言うと非常に明確にそうですね。

村山：そうですね。

竹内：それからさっき村山さんがおっしゃったように、明るくなったとか、帰っていく途中はこうだった、それから何日か経って人に会った時にこうだった、私が半月くらい経って見るとはっきりした変化が起こってるというだけのことですけれども。

村山：僕もそれ以上のことは分からないですけど、おっしゃるように、割合フォローアップとかきちんとしてみると、変化は持続してるんですよ。その変化っていいですか、今みたいな、言葉が明確になったりとか、届くようになるとかですね、それが持続してるっていう感じがしますね。

竹内：その玉子みたいなのは、これはもう完全になくなったですね。

村山：そうですね、その辺がとにかく気にならないということもありますしね。ただひとつお尋ねしたいのは、先ほどのそのレッスンの時に彼女はね、先生はいわば自分の耳で届いてないと、つまり返るか通過するかね、そういう様なお話でしたよね。

竹内：はい。

村山：それは先生は気づいておられたんでしょうけども、彼女はそれはどうなんでしょうか。

竹内：分らないです。

村山：分らない。それは指摘されてもだめなんですね。

竹内：だめですね。それに気づくことはある程度できるけれども、それをコントロールすることはできない。というのはね、なんて言ったらいいかな、全然逆に言うと、それはことばとか声の問題じゃないんですね。相手が見えるか見えないかみたいな話で、本当に見えてない。今みたいなことが起こった後で、相手の見え方が変わってきてるわけです。どういう風に言ったらいいか……。じかに触れるっていうか、じかに相手のからだにことばが掛かるっていうのは、方法をいくら変えてみてもだめなんで、何かが変わって、相手がパッとはっきりじかに見えてきた時に、初めて声がかかる。声のことでいうとそうなんですね。ことばをかける方法を、こういうやり方じゃあだめだから、じゃ、こうやってみますとか、そういう風にやってる間はだめなんです同じ水準であちこち行ってるだけで。そういうこととは違うことだと思います。

村山：先生は、そういう点の訓練とかには、どっちかっていうと否定的ですね。そういった色々な方法ですっていうのは、やっぱり内面ですかね。

竹内：あの、否定的といっても、そういうのが全然意味がないとは私は思わないのですけれども、方法を変えることで何か達成されるわけではないって思っているんです。そういうことが、あるきっかけになって、何かが変わる。けど何が変えたのかは——場かも知れないし、出会いかも知れない——、本当は誰にも分らないだろうと僕は思っているんで、変なことというけども。

村山：それは、今のようなお話でもすごく大事なことだと思っていますね。というのは、「変わるときがこない」とっていうのはすごくポイントじゃないかなあと思うんです。というのは、先ほどの彼女もずーっと今までそれをね、抱えてきたし、通り抜けてきてるんだ、それなりに。ですから、まあ何て言ったらいいんですかね、そういうことやっても、なかなか何年もそう簡単には出せなかったりというテーマがあって、ある時にそれが開けるって言いますかね。そんな感じがいたします。

竹内：先生がやって来られたエンカウンターなどで、何か具体的な例がありますか？

村山：そうですね、今のお話で言えば、ふたつほどあるんですが、ひとつは、

やはりその方は10年くらい…。中身は言わないでいるところがみそなんです
ね、これは。あんまり中身を話さないでもまあやれるっていうことですけど
も、彼女の場合は、舅さんとの関係があったみたいですけど。まあ10年くら
いそんなことをやって、それをやっぱりこういうデモンストレーションの場
で、じゃあ自分やってみるっていうわけです。それで、その人の場合には、い
くつか収納箱みたいなのに、まあタンスに入れるとか、いくつかこうやってみ
たんですが、最後は何か押入に入れるとというようなことでね、それをしまっ
たんですね。やっぱりその、先ほどの玉子の話ですけど、収まる場所に収ま
るっていうところが大事なことなんです。つまり、置くっていうよりは
何か収まるっていう方が僕なんかは好きで、こう、置くっていうと少し無理を
かけるっていうのがあるんですが、収まるっていう感じだと、無理が少ないん
です。まあそんな形で収まったんですね。

竹内：収まるか。うんうん。

村山：そうするとですね…

竹内：収まるっていうのは、当人がそう感じるんですか？

村山：そうです。当人が収まるって感じなんです。だから、出して、いくつ
か返せましたから、押入とか、タンスとか、

竹内：あそうか。

村山：で、それを確認して、ここが一番いいという時まで一応ね、少しやっ
てみるということがひとつ。

竹内：なるほどね、あそうか、なるほどね。……その、さっきのところ
でね、収めるんじゃないくて、壊れちゃってね、包丁ふりまわしたりしたらそれはや
っぱり収めた方がいいんですかね。やっぱりその壊れたものを。(笑)

村山：(笑)要するに本人の問題ですからね。本人が壊れたままでそれを納得
してるならいいと思いますけど。それは手続きの問題で…。

竹内：荒野に置き捨てにしても構わない。

村山：だから、人によっては…。だから、もうひとりの人は、どこかで書きま
したけど、「悪魔払いをやってもらってありがとう」なんて後で言われてびっ
くりしましたが、やっぱりそれもデモンストレーションで、その人の場合は
ね、金庫に入れて、海底に捨てて、ざばんと、蹴飛ばした。ざまあみると
呟いていました。

竹内：(笑)なるほどね。うん。

村山：それで、でもそんなことでもいいのかなと思って、やっぱり気になるから、
ちょっと落ち着いてから手紙を出してみたら、その問題は一応それで収まっ
ていると。

竹内：お話聞いてね、デモンストレーションでそういうことが起こるわけ
でしょ。そうすると、普段やってるときとデモンストレーションのときと、
何か違いますか？と聞きますのは、私は演劇の人間ですから、デモン
ストレーションって

というのはつまり、見てる人、観客がいるわけでしょ。

村山：はい。

竹内：見てる人がいるときの集中の仕方っていうのはね、一対一でやるときとちょっと違うだろうという気がするんですね。

村山：はいはい。

竹内：それだけ伺いたかったんです。

村山：それはね、僕の経験では、この人たちの場合にはそういうことがなかったように思いますが、学生とか何かでやると、少し無理するようですね。こっちに合わせないと悪いっていう感じが出てきて、うまくいかないと悪いってな感じで働いて、少し無理をする。

竹内：うん、邪魔になる。

村山：で、後でね、あの時はうまくいったような感じだったけど、ちょっと残ってるとか、っていう。

竹内：はい、はい。そちらの方はよく分かるんだけど、逆にデモンストレーションで人を見てるときの方が集中度が深くなるっていう場合もあるような気がするんですよ、私は。今のお話が二つともデモンストレーションの話だから、逆にいうと一対一だと相手に対してある気遣いとかね、余計な何か動いてるのが、人が見てる前で集中しなきゃいけないとなると、緊張が高まりますね。そうすると、集中度がそこで深くなる人もいます。そうすると一気にだーっと動いていくっていうこともね、あるんじゃないかなって気が、ちょっとしたもんだから伺ったんですけれども。

山口：ゲシュタルトセラピーなんかでもやっぱり、他者が存在することは非常に重要ですね。目撃者という表現もします。ですからやっぱり舞台と同じ様なことが起こるっていうことが…。

竹内：ただその場合には目撃者っていうものの自体の集中度っていうか、こちらでやる人たちの集中を支えるその集中度がないとだめですね。

山口：だめですよ。

村山：そうですね。そう言われてみると、ひとつの例はたくさん人がいた。もうひとつの例は、実は午前中に大勢の前でペアでやって、それが残ってしまったんですね。それで昼飯帰ってきてから、何か調子が悪いて言うんで、じゃあもう一度やろうってことでその場合はオブザーバーの人と3人でやりました。

竹内：ああ、そうか。

村山：あとの例の場合、確かに見てる人はいましたけどもね。

竹内：あのね、芝居の人間から言うと、つまり、逃げられなくなるわけですね。何かどこかでね、自分なりにごまかしてみたりね、相手の視線からこう自分を避けてみるっていうことが、見られてる時にはできなくなる。自分がのっぴきならなくなって、ということが、良くいった場合ですよ。

村山：うんうん、そうですね。

竹内：芝居で、素人に芝居をやらせるっていうことの私の最大のポイントはそこなんですけどね。もう後戻りができない。稽古だったら、「しまった」とか言ってね、もういっぺんやり直すということが出来るけど、そういうことが一切できない。失敗したら失敗した所から先へ行かなきゃならない。その時に初めてその人の、何て言うかなあ、自分も気がつかないような本音が出てきたりね、というようなことがあるんで、ちょっと興味を持って……。

村山：でもそこが、竹内レッスンの厳しいとこかな。

竹内：（笑）厳しい。うーん。

村山：いや、人にもよるっていうことはあるんじゃないですか。

竹内：ええ、あると思います。ですからその人のからだを私流に言えば耕して、ある所まで行って、この人の集中度がこまで行ったなという手ごたえがなければできないですね。

村山：そうですね、その手ごたえってのが……。

竹内：闇雲にやると、さっきおっしゃったみたいに、気になってね、ちらちらになってしまう。とは思います。

山口：そのあたりというのは、ファシリテーター、例えばそれはレッスンの進め役であったり、セラピストであったりというようなことなんですけれども、そういう関わる人の資質だとか関わり方だとかといったようなものは、やっぱり相当重要だっていう風に言っているんですか？

竹内：エンカウンターなんかの場合では、その場をどう作っていくかっていうかな、そういうことについては村山さんの方が…。

村山：あの、さっきフォーカシングで一対一でやる方ですね、それはね、ジェンドリンという人は、一対一で、側にリスナーというのがいるだけでいいってなことを言っているし、それから一人でもできるんだってなことを言ってる。で、僕らの経験では、かなり経験を積めば電車の中でやったりとかね（笑）、そういうことは一人の方でもできるんですけど、やっぱり取り上げた問題が大きかったりすると、なかなか一人っていうのは難しいように思いますね。ですからやはり側に誰かがいるということと、それから、繰り返し言いますが、共感の訓練になるっていうのはやっぱり一緒にやってるというね、その実感で言うかなあ、それがないとなかなか大きな問題には取り組めない。安全機能が働いて眠ってしまうことが多い。

竹内：あの、その前に、きついことを言うと、リスナーの方が共感してるつもりでね、勝手に自分が思いこんでいるっていうことはありませんか？

村山：いやそれはですね、だから時々「こんな感じ？」ってリスナー側が表現して聞くことも可能だと思うんですよ。自分がちょっと…大体でもね、二人でいると、何となくずれたなとか、ある程度感じとれるし分かりますよね。ですから、それは聞くことで、ある程度カバーできるんじゃないかと思います。

竹内：あのー、私はことばが不自由だった人間なんで、ことばっていうものが、

人間存在がそういう風に触れ合うときに、どこまで…何て言ったらいいかな…もう思い切って言えば、信用していいのかどうかっていうのがいまだによく分からないってところがあるんです。それはどういうことかと言いますと、私たちにほとんどことばを使わない“出会いのレッスン”というのがあるんです。エンカウンターっていう（笑）レッスンがあるんですが、つまり、二人がある距離を置いて後ろ向きになっていて、合図で振り向いて、向かい合って相手のコーナーまで歩いて行く。両方がすれ違うわけですね。すれ違う時に、相手の人をどう感じたかをそのまま動いてみるというワークがあるんですよ。

一方が相手を「これはいい人だなあ」って近づきたいことも、握手することもあるだろうし抱き合うこともあるだろう。けどもう一方はやって来た時に「これはご免こうむる」と言って逃げちゃうこともあるわけですね。そういうのをやっていて、段々集中度が高くなってくると、こういうことが起こるんです。これは、障害を持った人と健常者がやる場合にも起こることですが、向こうから人が来ますね、それがあつた時に人に見えなくなることがあるんです。雲が近づいてくるみたいに見えたり、岩みたいに見えたりね、爬虫類がよく出てきますけども。つまり、いい人とか悪い人という以前に人として見えなくなるっていう時があるわけですよ。そうするとそれはもう、例えば岩に迫って来られたらもう逃げるよりしょうがないんで（笑）。

つまりね、私に言わせると、こちら側がいる次元と、そちら側が安心して日常生活、社会生活の中でのいる次元とがね、どっか食い違っている場合です。それが、普段こうやってお話をして、「やあ、村山さん」「竹内さん」と言ってる時はいいんだけど、そうじゃなくて礼儀とか気配りとかそんなこと一切抜きにして向かい合って、近づいて行った時に相手がどう見えてくるかっていうのはね、障害を持っている人という言い方では大雑把過ぎて危ないが、集中度がある深さになった時には、違ってきてしまいます。それをもうちょっと、どうやって言ったら分かりやすく言えるかと思って困ってるんだけど。

例えばぱっと会いますね、それで「あつ、こんにちは。昨日のテレビ見た？」みたいな話をべらべらべらべらしゃべる人がいるわけだ。相手は「あたしはそういうことであなつとつきあうつもりはないんだ」って、だんだん引っ込む。ところがこつちは全然分からない。なんで気易く話を合わせてこないのかなと思つてべらべらべらべらしゃべってる。片方はある深さの人間的な触れ合いができるかできないかっていうことに自分の関心が向いてるのに、片方は普段の生活と同じ次元でべらべらしゃべってるつのがこつち食い違つと、絶対にこれは触れ合わない。片方はどつどん近づいていく、片方はどつどん逃げてくつていうことにしかならない。分かりやすく言つとそういうことになつますね。そういうことがあるんで…。

村山：それはね、グループでもよく起こります。例えば初めてグループに参加したりした時に、何か今みたいに常識レベルで関わつてくれる人と、自分はそ

れがむしろ傷つくみたいな感じで。

竹内：だから多分フォーカシングのトレーニングっていうのは、相手の中で動いているところへ探りを入れていくための、自分のセンスを、何て言いますか働かしていくっていうか、そういうことなんだろうとは思うんですけどね。だから「出会う」って言う場合に、さっき山口さんがおっしゃったみたいに、ファシリテーターとしての条件っていうか…。

村山：そうですね。僕はね、その辺はもうひとつ分からないので、まだうまく言えないんですが、これは竹内先生の仕事のヒントでもあるんですけども、集中度ということ以前にですね、最近は特にそういうことがあるんですが、自分の感じになかなか気がつかない自分に集中できない人がかなりいるんですね。

竹内：はいはいはい、います。

村山：そういう人がまた、グループなんかで参加しても、つい社会的な規範の方に自分を合わせて、自分はそうしたくないけど、自然にそうになってしまう。そうするともう、グループの中ではますます疲れて大変なんですね。そういうこともありますし、また学生の中には特にそういう訓練をやってますと、こちらの期待に応えるみたいな感じの応答になってしまって、自分の感じの方に全然触れてないというか、感じとれないですね。そういうことが起こってくるので、ひとつぼくらは、一人になるコーナーを作るっていうか。つまりこう、周りのことを気にしないで、自分の気持ちだけに触れられるようなコーナーを作るという形で、まずは自分の感じに触れさせるといいますか、触れる機会を、周りの方の刺激を少なくして作ることから始めます。というのは、それを最初から組み合わせると、今みたいなことが起こってしまって、先生も言われましたけど、なかなかかえってお互いに気を使うみたいなことで。

竹内：いや本当に、自分のことを感じないっていう人はワークやってると非常に多くてね、学校の先生には非常に多いんですよ、教師ってのはものすごく多い。(笑)

村山：(笑) いやいや。はい。

竹内：で、「今どんな感じですか？」って聞くでしょ。すると色々あるんだけど、「普通です」って言う。

村山：ええ。

竹内：「普通ってのは何ですか」って(笑)。それで「そういうことじゃなくて」とか…。そうすると「感じるって何ですか」っていう言い方が出てくる。割かし多いですね。感じるって何ですか。で、例えば「この人を見てどう感じるか」って聞くと、例えばね「非常に頭の良さそうな人です」とかいうでしょう。それはまあいいと。「相手のことはいいから、その相手の頭の良さそうな人を見てね、自分はどう感じるか。それはとてもいい感じで近づきたいと思うのか、それともこれはもうこんな頭のいい人はまっぴらご免ということになるのか」と。そこいくと分からないんですね。自分が感じていることが分

からないというか。まあそういうことはとっても多くて。

村山：そうですね…。

竹内：そうか、一人になるか。なるほどね。私の場合には、そういうのはおかしいと思わない？っていうようなことでね、動いていくってことで、ワークを進めてく。実際に触れてみることから始めるんですけどね。「触られてみてどういう感じ？」って聞くとね、「触られてます」って言うんだよね。(会場笑)「触られてるってことはわかるよ、そりゃ(笑)」って。「じゃ、触られてるのはどんな感じだ？」って言うと「はあ、普通です」ってこうなる訳だね。

村山：(笑)

竹内：でまあ、そこから始めるしかしょうがないんですけども、その時に、だんだん人に体の重さを委ねて、重さを委ねられるかどうかを揺すっていくっていうレッスンがあります。床の上に一人が寝ててね、もう一人の人が揺すっていく。自分が気持ち悪くなって“いやだー”という時には逃げてもいいよ、ってなことで始めるんだけど、それですーっと、手首を揺すり、肘を揺すり、肩を揺すり、胸を揺すり、足まで揺するっていうことは最初の時はあんまりやりませんけれども、まずは上半身。こう横になって寝ちゃって目を閉じて静かにしている時に泣いてる人がいるわけですね。それが稀ではないんです、で、ある人が言ったのは、「今まで、何て自分は人のことばかり気にして生きてきたんだろう。どんなに自分がかがちになっていたんだろうかって気がついたら、ただ涙が出てきて」という、大雑把に言うとなんかそういうのに近い感じっていうのはかなり出て来る。

村山：そうですね。

竹内：つまり一人で気づくっていうやり方もなるほどなあと思いましたけれども、一人になる“なり方”ですね。

村山：そうです。

竹内：それを私の場合には人に体を預けられるか預けられないか、自分一人だけーとね、そのまま一人になっていくという方法として私は受け取っていたんですけども。

村山：いや確かに、からだの感じから入るとするのは非常に具体的ですね。今の様なやり方というのは、とてもおもしろいなあと思って聞いてますけども。

山口：フォーカシングの場合では、自分で触れられないことへのアプローチとかはどうなんですか？。

村山：例えば今みたいに自分で触れられない場合っていうのはいくつかあってね、今みたいに周りの人のことがすごく気になるとか、周りの人の期待に応えるっていう形では、まず一人になると割合に切れることは切れるんですけど、まあ気がつくことがひとつありますね。

それから、やっぱり今の竹内式ボディ・ワークはなかなか有効ですね。僕は昔フォーカシングとか体験過程っていうのを随分学生には説明してたんですけど

どだめですね（笑）。ますます混乱して“体験過程ってなんだろう…”とかって話になっちゃって、ものすごく日常性と離れた、自分の実感と離れたものが他にあって、それを学習するんだ、それに合わせるんだ、みたいなことになっちゃって、それからもう説明もしないようになったってことと、竹内先生の、僕も出たことはありますけれど、からだの感じから入るっていうのが何といても実感として捕らえやすいっていうことがあって、フォーカシングを教える上では非常にあれは助かりましたね。今でももちろん利用させていただいてますけれども。

それと「出会い」の話が出ましたけれども、僕は先生が言われるようなそういう出会いもあるような気がするんだけど、エンカウンターグループの出会いというのはね、今みたいな先生の言われているようなことも確かに起こるとは思うんですよ、でも、もうちょっと楽に考えてるというか……。

竹内：ええ。

村山：そんな風に思いますね。それは、例えばなぜ僕なんかグループのファシリテーターみたいなことをやれてるかという一つの理由はですね、やっぱりそのメンバーの共感能力とかがやっぱりすごいんですね。

竹内：ええ。

村山：ですから、僕がトンチンカンなことも結構あるんですけども、誰かがきちっとその辺をフォローするというか、ピンとくる人がいるというか、それでグループっていうのはすごく成り立ってるような気がします。従って、僕の方はメンバーの人の心理的な自由というものをどれだけ確保できるかっていいですか、ということは自分ができるだけ楽にいるっていうか、僕のことばで素直に気持ちを出したりできる時の方が、どうもメンバーの方もそういう風な形で出てくる。先生の話の聞いてるとかなり一対一の真剣勝負の出会いという、それも確かに起こりますよね。だけでもエンカウンターグループっていう場合にはもうちょっと何て言うか、皆で相互作用が起こると言いますか、メンバー同志の相互作用が起こるということですので救われてる部分もものすごく多いですね。

竹内：それはやっぱり、ことばという媒介が大きいとお考えですか？

村山：いや、それはやっぱり、ことばが飛び交って……いや、何て言ったらいいかな。そうですね…最近、私はエンカウンターグループという言葉を使わなくなってきたんですね。

竹内：はあはあ。

村山：何故かっていうと、出会ってっていうのはやっぱり、こうすごく、先生が言われたようにものすごい真剣勝負みたいなのを連想するから。そういうことは確かにあるんですよ。でもね、僕が今考えてるのは、結局、まずは自分の気持ち、それからことばが、それにまず触れることが大事っていいですか、そこからことばが出てくると必然にすごい相互作用が起こってくるんですね。

竹内：はい、はい、よく分かります。

村山：ですから、まずは一人ひとりが、僕は「からだの気持ち」なんていう訳の分からない言葉を使わせてもらってますけども、そういうからだの感じに触れて、そこからつまり声を出せるとだんだん滲み通るような感じになってきたりとかですね、そういうことがまずはポイントだと思うんです。で、それから後は、確かにまた本当に真剣な出会いみたいなのが自分の感じであるんですけど、それ以前にあるじゃないですか、通じなくて言葉のやりとりだけに終わってしまうという感じがするんですね。

竹内：ありがたい話だと思う…って、ありがたいって言い方はちょっと変かな。あの、からだで感じてることをことばにしていくっていうことをね、まあ私が生涯苦しんできたことだから、そのことがそういう風に動いてくっていくのは、とってもそれこそありがたいことだと思うんですよ。ただそれはそれでそういう風に動いてきた人は、日常生活の中でそのことばがね、使いきれるかどうか。日常生活に戻るとまた、さっきの情報伝達の言葉にね、周りから要求されるでしょう、ぱっと戻ってきてしまって、その自分がからだに感じたことをことばにしていくっていうと、生活の中でね、どれだけ広げていけるかというか、それだけの力をどこで持てるんだろうかということをこのごろしきりに思うんですよ。で、いやおうなしにそういう言葉しか使えなくなっちゃう人があるんですね。僕なんかちょっときついかも知れないですけど。

村山：いや、そうだと思いますよ。

竹内：そうすると、職場にいられなくなったりなんかすることになる。職場に続け、そういう情報伝達の言葉を要求されながら、それに対して表現のことばというものをその場でちゃんと成り立たせながら生きてくっていくことが、今の世の中でどういうことが手がかりになったらちゃんとできるんだろうか、ということをお考えですね。

村山：今のお話を聞いて、二つのことが浮かぶんですけども、一つは、何て言うんですかね、エンカウンターグループに出て、エンカウンターグループはこうあるべきだというのを取り込んでしまった場合というのは、比較的危ないんです。戻った場合にそうあるべきだと。“俺はこうやってるんだからお前もそうあるべきだ”みたいな形になってなかなかですね。だからそうなる場合はもう一つ自分の感じてももの実感を感じとれてない可能性もあるような気がします。

竹内：うん、うん。

村山：それからやっぱり、人によっては酔ったような感じになったりとかね。グループ酔いといいますけども（笑）。

竹内：（笑）なるほどね。

村山：これはね、あんまりはっきり自分の感じに触れないうちに、みんなの雰囲気とか何かで流れるといいますか、そういうこともあります。ですから一つ

は、今のような形で、でも人間というのは知恵があるもので、リピーターが多いという一つの理由は、年に二回ぐらいね、少しガタガタしてるのを社会に出た時にきっちり自分で確認したり、というような形で段々やってらっしゃる方もありますね。それからもう一つは、それは私どもの福岡人間関係研究会も一つのモデルなんですけど、今のところではありますけれども、要するに日常場面でそういうことを、例えば週一遍とか月に一遍とか、また日常に戻ってからもやると。そういう場をセットすると。そんな形で…。

竹内：日常場面でセットするってどういう風に？

村山：普通、僕がさっきイメージしたのは例えば4泊5日とか合宿形式でやるんですね、で、戻って来て例えば月一遍そういう3時間くらいのミーティングをやる。そういう形で自分の感じを確認する作業みたいなものやすることで、社会とのつながりみたいなものをもう少し繋いでいくと言いますかね、そんな風にはしているんですがね。

山口：あの、その社会の中でとグループの中でとか、情報伝達と自分を表現することとか、そういった質の違うものがありながら生活の中では両者を合わせていけないといけないという状況があって、その表現の方やグループの中で体験の様なものっていうのが、レッスンの場やグループの中で行われてるんだろうという風に思うんですね。で、例えば竹内先生の場合、村山先生のそういうグループの中で起こっている、例えば共感によって支えられて何かが変わっていくといったものと、竹内先生が本当にレッスンの場の中で大きな変化を見つけ出すそのものっていうのは何か違いの様なものとして感じられますか、それとも同じものですか、どのように感じられますか？

竹内：リピーターが多いことによって支えられている感じっていうのは、直接的な場合と間接的にその場に一緒にいる人間のね、例えば後で、“自分はこう思った”という言い方しか戻らなくても、有り得るだろうという風にはまず思うんですね。で、それが一番最初に考えたことですが、もう一つは、今一人のメンバーがいるとして、その人がその場で安心して自分であり得るというか、どんな自分を出してもいいということが保障されているということ、自分のからだの底で納得していくっていうことについて言うとね、僕はほとんど共通だという風に思います。ただ、さっき言ったみたいに、私本当言うとエンカウンターっていうのはちゃんとやったことがないんですよ。以前に私のグループである人を呼んでやったことがあるんですけど、それがまあ極端に言うとか大失敗したわけです。そのファシリテーターにメンバー側が全く乗らなかったっていうことがありまして、その事情はお話ししませんが。ですから、雰囲気ってのは僕は非常に大事だと思うけれども、雰囲気でその場で自分がそういう風になったつもりになってるのと、さっきおっしゃったみたいに自覚的に自分のからだからことばが出てくるっていうことの、自覚の差という、そのような場でどれだけ本当にできるのかなあというようなことをね、もし、外から見

てて気がかりなところを言えと言われるとそういうことになりますね。

そういえばね、例えばこういうことがあるんだ。野口晴哉さんという方が、もう亡くなられましたけどいまして、整体…あれは療法と言っちゃいけないんだから何だっけ、整体法ってのがあります。で、晩年に晴哉さんにお目にかかったことがある。でね、そこで活元っていうのを何十人かがやってるんですよ。非常に簡単に言うとかからだ自然に動き始めるっていうことなんです。で見るとね、要するに三種類あるわけ。自分のからだは動いてないんだけど一生懸命動いてみる、これは気がついて、自分でもよく分かってるんだけど、とにかく動かずにいたんじゃどうにも格好つかないから、一生懸命動いてみて何とか動き出すからだを見つけたいと思っているってのが、どのくらいいるのかなあ、まあ、半分以上はそうですね。それからね、その次が微妙で、ばあーっとかからだ動いているつもりなんだけど本当は動いてない、自分が動かしてる、微妙に動かしてるんだけど、自分では動いているつもりになって陶醉してるというのがね、これがかなりいるわけです。本当はからだ動いてるのは、まあ4分の1か5分の1と。私は全然整体法自体は知らなかったんだけどね、からだを見てるとそう見える。そう言ったら「その通りだ」って言われたんです。それで、その初めと後のいいんだけど真ん中のところが一番問題なんですね。一見“ああよく動いてるな”って見える。当人も動いているつもりでいる。しかしそれは本当に整体でいうと錐体外系の働き、というのかな、で動いているんじゃなくて、非常に微妙に自分で動かしてるに過ぎないんだけど、自分自身もそれに酔っててね、動いてるつもりになってるといふね、これが一番危なくて。私は自分がやっていることも含めて、いろんなグループでやることの中で一番用心しなきゃいけないのはその部分だという風に思うんです。

山口：でも考えてみると、その層が一番変わるチャンスを持っている層ですよ。その自分の何て言うか、“やってるつもり”が崩された時に初めて気づくことっていうか、そうじゃないですか？

竹内：あのね、私は逆に、その層が一番変わらないっていう説なんです。（会場笑）つまり、どういう風にやっても、自分で陶醉してる自己肯定の中に閉じこもっちゃって、やってるつもりだということに、例えば指摘されても気づかない可能性の方が大きいと私は思うんです。自分は本当は動いてないんだけど、何か動かなきゃ、動けないかと思って一生懸命やってるって人は、どこかでぱっと変わるけども。私の感じがそうなんですよ。

山口：はい、わかります。

竹内：そこへ入っちゃうと、これはもう一遍、まっさらなところに戻さないと。僕のこれは感想ですよ。だから…

山口：そこが一番難しい。

竹内：あるいは山口さんのおっしゃるように、そこからぱっと動いていって

のもいるかもしれませんが、自分が違うんじゃないか、と感じるという能力が目覚めてくるということは、一番難しいっていう感じがする。

山口：グループの場合はどうですか？

村山：あのね、僕はやっぱり一つは、いろんなレベルの人が参加してるっていうことがあると思うんですよ。参加者がね。スタートラインていうか、自分のからだの感じにきっちり向かえ合いやすい人と、それからすごくその距離がある人っていうのは随分違うと思うんですね。ですから、その辺りのご本人の参加した時点での自分のレベル…上下じゃないですけど、自分の心の、そこに触れる、触れられる、その辺りが随分違うような気がしてですね。必ずしもそういう風に一括して言えないんじゃないかなというか、やっぱりその個人にとっては、かなり意味があるのではないかという気がしてます。敢えて言えばそんな感じですよ。もちろん…、そのリピーターっていう言葉がそもそもちょっとね、言葉が悪い…

山口：ちょっと否定的な…。

村山：はい、そうなんです。それにもちょっと問題がありますが。

山口：繰り返していくことによって、突破していくこともあるということでしょうか。

村山：という人も確かにいるような気がするし、おっしゃるように少しマンネリ化するという人も、確かにいるように思いますが。随分個人差があるような気がしますね。

竹内：ええ、それはそう思いますね。……基本的にね、私は会おうってことは相手によって自分が突破されることだって感覚を持ってるんです。自分が触れ合っただけという言い方は非常にソフトですけども、実を言うと相手っていうのは自分と全く違う他者ですから、その他者によって自分が突破された途端に、“あっ”という風になった時に会っただけということが起こるし、自分がその時には変わってるっていうのが基本。

村山：あの、それに近いか遠いかちょっと分かりませんが、例えばグループの中で、これは後半によく思うことですけどね、例えば、リーダーシップをとったり、パワーのあるような人、いますよね、で、なかなか自分の思いっていうのが言えないんですよ。で、ある時にその人が「みんなはまあまあとか言うけど、ちょっと私、何かあるんだけど今はちょっと言えない」という形で、ちょっと待ってくれと。で、例えば翌日にもう一遍ね、その人にチャレンジすると「自分はずっと昨日から思ってたんだけど、あんたについてはこういう感じがあってね、自分としては非常に動きにくい」とか、そういう形の一種のコンフロンテーションですけども、が起こってきます。その時には多分、両方ともね、越えられたような感じを持つのではないかという風に思いますけども、後半になるとかなりそういう部分が出て参ります。それから、やっぱりある程度言っても大丈夫だっていう土壌も出て来るし、それからおっしゃる、ひ

とつその人の、ある種の、ここで何とか自分は言いたっていうかな、相手と向き合いたっていうか、そういう勇気みたいなものですね。

竹内：いや、私は「今は言えない」っていうね、言い方はとっても、私には何て言ったらいいんだろう…大事なことのようなことでもあるし、切ない気がするんです。私は、ことばがうまくしゃべれないっていうことはね、それが言えないんですよ。

村山：いや…。

竹内：今は言えないから後で、っていうことが言えないんですよ。

村山：うーん、そうですね…。

竹内：ええ。それが言えるようになるっていうことは、随分ことばがしゃべれる段階にならないと言えない。だからそこは今伺っててちょっとね、切なくなっただんです。

村山：先生はどこかで書いておられましたよね。自分が若い時にひとつやったことは、「ちょっと自分は耳が聞きにくいから、もうちょっと大きな声で言ってくれ」とかですね、それを言うこと自体がすごく大変なんだという、それは大変なことですね、やっぱり。だけど、やっぱりさっきのような場合にもある意味ではそれに近いような、そういうことはやっぱりすごく勇気が要って、そこに自分をぶつけないといけなみたいところがあって。ま、それを毎回、先生の場合はやらなきゃいかんか、ということになるんで（笑）状況も…。

竹内：あの、そういう難しさと同時に、「今は言えない」ということばを選ぶのが難しいんです。一生懸命言うってということでしょうか？ 何とか自分を表現したいってことは、何とかことばにしたいってことですから、「今は言えない」ってことはね、しゃべれる人だから言えることなんです。うまくしゃべれない人間にとっては、「今言えない」っていうことは「永久に言えない」ってことなんだ。だから「今は言えないけど後で」ってことが言えるってことは、もうすでにある程度表現としてのことばがね、自分にあるという自信がないと言えない。だから、まあそれはちょっと今ここで話すにははみだしましたけどね…。

村山：いやいや。

山口：時間もちょっとはみだしてるんです。

竹内：ああそうですか（笑）。

村山：（笑）

山口：どうしましょうか？

竹内：（笑）いや、どうするかってのは山口さんの責任だもん。

山口：いやいや。えー、時間が来てしまっているようなんです。全体にまあ1時間半という設定自体にかなり無理があったんじゃないかなという風には思っています。さあ、対談はいつまでも多分続いていくんだろうと思うんですが、私自身は聞いていて、やはり原点のところはソクラテスを思い出してしまうと

うか、これは竹内先生の話にも出ましたけれども、最後の例でもそうですが、当たり前だと思っている、あるいはやれていると思っていること自体の中にどうも大変な問題が含まれているようです。

それからもうひとつ、村山先生のお話の中にもやっぱりそれは出てきていて、最後のお話でもそうですが、人がこれまで言ってこなかったことを言いたいというか、それが生まれたということは、多分その前の段階で自分に触れるということが起こってきているんだろうと思うんです。その辺りのことが、からだを通して、あるいはからだごととがすりがすり合わされていくところで、自分に触れるっていったことが起こり始めて、そして自分が今まで当たり前だと思って済ませていたことだとか、出来ていると思っていたものが壊される、竹内先生は突破ということばを使っておられましたけれども…

竹内：突破される。

山口：突破される、ああなるほど。本人が突破するのではなくて…

竹内：じゃなくて、突破される。

山口：やっぱりソクラテス…役が必要なわけですね。

竹内：（笑）

山口：役が必要なわけですが、村山先生の場合は、多分特にファシリテーターがいなくても、自分自身であったり、一人になるというような時を持つといったことで、自分で自分を突破するきっかけを得たり、あるいはそのグループの仲間からの指示や対決のようなもの、それで突破するきっかけができたりという風なことなんだろうと思いますね。そのあたりが多分“かわりはじめるとき”なのだと、私は聞いておりました。

フロアにいらっしゃる皆様方の方でいろいろ感じたことだとか、質問などがありましたら、あと5分くらい許可をいただいて延長ということで…。それでは何か、ご意見やご質問がありましたら受けたいと思いますけれども、いかがでしょうか？

近江：南山短期大学のスピーチ・コミュニケーションが専門の近江誠と申します。声を出すとかからだを動かすとかいうことは、それ自体が目的となりますよね。言葉も教えていますから全くその通りだと思うんです。けれども、同時にそのことが精神の解放をさせるための手段にもなるという風に、手段か目的か問題は実に大きな問題だと思っています。

先ほど、自分がからだを動かしているような気持ちになっているということ、竹内先生はおっしゃいましたけれども、私、アメリカの養老院にしばらく行ったことがあります。いや自分が歳をとったからではないんですが（笑）。私が20代で留学している時に、インディアナ州のある養老院に行ったことがあるんです。おじいさんやおばあさんのいろいろな手伝いをして、木曜に必ず社交ダンスのパーティーがある。ところが、ほとんど動けない人たちが社交ダンス

をやることは無意味か、無意味でないか、という問題がある。初めは無意味だと思ったんですね。だいたい車椅子に乗っている人たちが何で社交ダンスやらなきゃいけないんだというわけで（笑）。タンゴ、ジルバ、ありとあらゆるダンスがあって、その相手をさせられるわけです。

一生懸命おじいさんやおばあさんの相手をしましたけれども、みなほとんどがもう一箇所止まっただけで目をつむって体を揺すってるだけなんです。今度はタンゴ、今度はジルバ、でもステップなんてないんです。ほとんど体を動かしてるだけで。でも、踊った気持ちに十分なってるようなので、私も真剣にその相手をしました。それで終わってからどう言われたかっていうと、あるおばあさんからは「ああ、今日は楽しかった。本当にいろんな踊りを踊った」と。「また来週も木曜日にダンスがあるから一緒に踊ってくれないか」という風に言われました。この時思いました。この社交ダンスっていうのはこの養老院においてはあくまでも、おじいさんやおばあさんたちの精神を解放させるための手段としてすごく機能してるんだな、と。

で、一方、健常者であるはずの学生たちなんかを見てると体は動かしてるけど随分無意味な動かし方をしてるし、心の中はどんな風に解放されてるのか、結構何か鬱々したもの持ちながら体だけは動かしてる人を見ると、どっちがまともなのか。このおじいさんやおばあさんたちは、体こそ動かないけれども、その感覚は中で確実に育っているし、社交ダンスはいい手段として機能してる。

また、言葉を教える場合においても私もやっぱり、ここのところはこうしよう、ここのところのイントネーションはこうしなきゃいかん、こう言ってる時には体はこう動かさなければいけないっていうことを、うるさく言うと、プロになるんじゃないんだからそんなきびしくやらなくたっていいじゃないかって言うような風潮がありますけども、実はそういう様なことをぎしぎし指導している過程において、別のものを学んでいるという部分が多分にあるんですね。ですから、みんなプロにならないのは当たり前だけれども、あたかもプロになるかのような英語演劇やスピーチの指導をするわけなんですね。目的と手段が結構混同されていて、あの人はこういうトレーニングをやっているから演劇の専門家やスピーチの専門家を育てたいと思ってるんだらうという風に勘違いされます。それは間違っているんじゃないかなという風に思います。

竹内：いやあ、それは踊ってる気持ちになってたんじゃなくて、踊ってたんです。（笑）それはちゃんと。僕も社交ダンスはちょっと習ったきりやってないけども、いつだったかな、船に乗った時に、本当に日本人が踊っているとすぐ分かる。ワルツだろうとタンゴだろうと、外国の人たちは夫婦でできあってとにかく全部同じように楽しんで踊ってる、それでも結構、自分たちなりにあるリズムでその時その時変わって踊ってる。ところが日本人は曲が変わるたびにパッとステップが変わる。タンゴはこうしなきゃいけない、ワルツはああしなきゃいけないって、一目見て“ああ日本人が踊ってる”っていうのが分かる

(笑)、あれは踊ってるんじゃないわな、あれは体操だなと思ってました。やっぱりそういう違いじゃないかなという風に思います。踊るってということがからだの中にあるってことであって、肉体がこういう格好をするということは違うと思ったから、さっきのお話聞いて、*“そうだろうなあ”* と思いました。

山口：さあ、それでは時間がきたようです。

竹内：一言言っていていいですか。

山口：はい。

竹内：さっき話が途中になって…。*“かわる”* ってことについて一言。つまり*“かわる”* ってことは、時がこなればって話がありましたよね。

村山：ええ、ひとつはね。

竹内：で、何とか今までのやり方でやっていける間は変わらないっていう風に僕は思うんです。それがどうにもしょうがなくなったという、そのこと自体が自覚されている場合もあるし、自覚されていない場合もあるけれども、今までの生き方ではもうこの先やっていけないという時にならなければ人は変わるものじゃないと、大体、なまけものですから、という風に思うんですね。だから*“変わりたい”* と思って変われるわけじゃない、と私は思います。しかし、努力しないで変わるという訳にもいかない、という風に、それだけちょっとさっき言っておきたかったので。

山口：最後になってまたえらいことが出てきましたけども、(会場笑) そうですね、でもやっぱりぼかぼかあったかいと、いつの間にか服を脱いでる場合がありますよね。

村山：ありますね、そうですね。

山口：これは多分、エンカウンターグループの方はそれも言いたいんじゃないかなあと。

村山：そういう一面もあるでしょう。つまり、まあ大きく変わるという意味ではおそらく竹内先生のおっしゃるとおりだと思うんですよ。でもまあ、ちょびちょび変わる中で、そのうちに変わっちゃうというのもありますから。(会場笑)

竹内：(笑)

山口：はい。ここまで来たところで今日はお開きにしたいと思います。どうもありがとうございました。