

神様はそばにいらっしゃる

二〇一六年六月十五日

バイブル・サービス

森 本 幸 子

心理福祉学科の森本です。よろしくお願いたします。私は普段、キリスト教と深く関わりのある暮らしをしているわけではありませんが、昨年、この話をいただいたときに、実はけっこう深く関わっていたと思う出来事がありましたので、今日は、そのお話をさせていただきたいと思えます。

まずは、私がキリスト教と出会ったときの話です。私は青森県の三沢というところで幼稚園まで過ごしました。皆さんご存知かもしれませんが、三沢には米軍基地があり、外国人の方たちもいるので、幼稚園の同級生に外国人の子がいたりして国際色豊かなところでした。私はカトリック幼稚園に通っていましたが、親がカトリックに思い入れがあったわけではなく、家から一番近かったのがその幼稚園でした。今、考えると、近くにあった教会の日曜学校にも熱心に行っていました。友達に誘われて日曜学校に行くと、キリスト教のシールがもらえました。それが欲しかったかどうかは分かりませんが、よく行っていました。でも、どんな話を聞いたかは、あまり覚えていません。全然覚えていないというのが正直なところですが、友達の家に行って遊んだときに、イエス様はどれくらい大きいかという話になり、「ふすまくらいじゃないか」「いや、もっと背が高いだろう」というような話をしたことは

覚えています。幼稚園でそういう授業があったわけではないと思うのですが、そのように、けっこう生活に密着していたというか、いつの間にか身近にそういう生活を送っていたのだと思います。

私を通していたカトリック幼稚園には、怖い先生が一人いました。その先生は、子どもたちが悪いことをすると何かにつけて、「あなたのそばで神様は見ていますよ」と言うのです。私がよく覚えているのは、母親が揚げ物をしているときに、横でつまみ食いしようとしたとき、これも神様が見ているかと思ったことです。私の中の神様は、「いつも悪いことをしていないか見張っている人」というイメージがありました。キリスト教との接点は、それくらいしかありません。ずっと過ごしてきましたが、昨年、たまたま以前、大学にいらした原田先生からいただいた『寅さんとイエス』という本を読んではびくりしました。著者の説によると、寅さんみたいな存在がイエス・キリストだったのではないかと話でした。まったくつながらない人物でしたが、恐らくイエス・キリストは生きていれば、すぐ人間味に溢れた、弱い者の味方であるような人だったのではないかと説でした。私が幼稚園で教わった神様は、「完璧で素晴らしい人で、悪いところなんて一切なく、正しいことをしているか、いつも見張っている人」というイメージだったので、とても衝撃を受けました。その本を読みながら、イエス像というのは、そういう温かい人間だからこそ、いろいろな人に受け入れられてきているのかなと思いました。

ここでちょっとお話ししたいのが神様の存在についてです。私だけが神様を怖いと思っているのかと思ったら、そうではないということが分かりました。仙台白百合学園の学園報を読んでいたら、幼稚園から高校生までの子どもたちが、こういうことをしていますよという中に、神様にお手紙を書くということが載っていました。幼稚園か小学生の子たちが書いたもので、「ピアノがじょうずになりますように」などありましたが、その中の一人の子は、「いつもこんなことをしてごめんなさい」と懺悔を書いていました。それを読んで、多分、それが小さい子の神様

の印象なのだろうと思ひ、妙に納得しました。それは、私の考え方がすごく特殊なわけではなく、小さい頃から教えられていた、「神様は怖い人」という印象を子どもは持ちやすいのだと思ひました。「常に私たちのそばにいて見張っていますよ」と思っていた神様ですが、人のそばにいてということについて考えてみたときに、私たちは常に人のそばにいて意味があると思ひました経験があります。

私は臨床心理士として働いていた経験があり、今も外部で相談などをしていますが、人の相談に乗ることについて、よく思うことがあります。カウンセリングを行っていたときに、今でもすごく印象に残っている患者さんがいます。その方はなかなか善くならなかったのですが、でも善くなってきたので終結にして（カウンセリングはある程度までくると終結にします）、一カ月後にまた会いましょうと約束をしました。終結にしたときの良い状態が続いているかどうか話をするのです。しかし、一カ月後に会ったときの状態は、カウンセリング後よりも悪くなっていたのです。私は、それを知ったときはショックでした。せっかくここまでがんばって、だいぶ治ってきたのに、私は何もできなかったんだと思ひましたときに、相手からの一言にすごくびっくりしました。「先生は何もしなくていいんです」と言われたのです。どういうことかと思ひたら、「私にとってカウンセリングというのは、種を植えてくれることです」と言うのです。「後は私が育てますから、あなたはやらなくていいですよ」と言われて、すごくびっくりしました。それまで授業などで、カウンセリングについては、ある程度、患者さんと距離を取りなさいとか、患者さんのサポートをすることが私たちの仕事ですと言ひていました。しかし実際は、自分はどこかで、「助けてあげている」「役に立っている自分は偉い」という思ひがあったのだと思ひ、とても自分が恥ずかしくなったことを覚えています。その患者さんが言うように、私は、「種をまく」、つまりきっかけを与えただけの存在ですが、いっただいそれは、カウンセラーとしての意味があるのか、今までカウンセリングの勉強をしてきて意味があったの

かと、その後、一生懸命に考えたということがありました。そのときに回答というか、そういうことなのかと思っただけがあります。この中で心理に興味のある方もいるかもしれませんが、世の中には、いろいろな心理療法があります。例えば、フロイトがやっている精神分析や、ロジャーズのクライエント中心療法や行動療法などです。その心理療法の中で、どれが一番患者さんの治療に役立つかという効果研究がありますが、その効果研究の結果を見たときにすぐくびっくりしたのは、実はどれも関係ないということです。どれも治療に役立っていなくて、一番役立ったことは、患者さんに対するサポーター的な態度ということだったのです。つまり、相手のために一生懸命に話を聞くだけということでした。いろいろな療法を試して、相手のために何年間も研鑽を積んできている人たちがいますが、そういうことは、あまり意味がなくて、ただ患者さんと仲良くなり、その人のために、一生懸命に話を聞きたいという態度が一番の効果があるのだと論文で読んだことがあります。それを見て納得だったのは、私はカウンセラーとして認知行動療法をしていました。認知行動療法は、他と比べて、とても効果があると言われていましたが、実際そうではないと思いました。認知行動療法のカウンセラーであろうが、精神分析のカウンセラーであろうが、カウンセラーというのは、ただ、その場にいることです。カウンセラーは、その人のために、その場にいることが大切なのだと思います。

同じことが子育てや教育でもあるのではないかと思います。学生の皆さんは、子育ての経験はまだないと思いますが、犬などを飼っている人はそれに近い経験があると思います。植物も同じです。手をかけ過ぎて、水をたくさんあげてしまうと植物は死んでしまいます。ある程度、過酷な方が、次の子孫を残そうと生きていこうとします。それと同じで、子どもを育てていても全くその通りだと思えます。例えば、子育てをするときに、どんな習い事をさせたらいいとか、テレビは何時間見せたらいいとか言われていますが、実際、いろいろな研究が言うほど、あま

り関係ないと思います。例え、三歳まで一緒にいようが、いまいが、実はあまり関係ないということが心理の研究などで出ています。よく、テレビの見せすぎは良くないと言いますが、そのことについて実際に調べた人がいます。実は、成績の良い子ほどテレビを見ていることが分かっています。なぜ成績の良い子ほどテレビを見ているかという、成績の良い子は、一人ではなく家族とテレビを見ていると言われています。誰かと時間を共有することが一番大切なのではないかと書かれています。ゲームばかりしてはだめですよ、と確かに書かれています。おそろく、それを誰かと共有できるのであれば、結果が全然違うのではないかと思います。

私は教員なので、皆さんに当てはめて考えてみると、すごくそうだと思うことが多いような気がします。例えば、皆さんはどうして大学に来ているのでしょうか。今は、大学に来なくても、いろいろなかたちで授業が受けられると思います。特に今、流行ってきているのは、各有名大学、例えば東大でもそうですが、インターネット上で一流の講師の授業を受けることができます。これからの大学は、そういうかたちになるだろうと言われています。つまり、大学に通わなくても、家にいて一流の科学者たちの授業を聞いて、そこで知識を蓄えて問題解決ができるようになるはずだと言われています。でも、それって本当なの、と思うところがあります。授業でも同じことを毎年教えています。今年は何だかすごくうまくいって、すごく楽しそうに聞いてくれるし、すごく良いなと思うときもあれば、何だか、このクラスはうまくいかないと思うこともあります。やっている内容は一緒です。では、何が違うのかというと、その場の空気や雰囲気、天気など、そういったものをすべて含めてなのだと思うことがあります。何が言いたいのかというと、相手の存在です。人と一緒に授業を受けるときに、誰と受けるか、どういふ人と受けるか、どういう環境で受けるか、どういうグループで受けるかということが、実は大切だと思うことがあります。先ほどの子育てと共通することは、誰かと一緒にいるということです。同じことを教えられても、この子

と一緒に受けていると刺激的で面白いとか、テレビを見ているときに、一人で見ているよりも誰かと見ていたらすぐく身についた、というように、人がその場にいることは、実はとても意味のあることだと、だんだんと思うようになってきました。そこで一つ反省もあります。うちの大学は、距離が近過ぎて、そばにいてあげなきゃと思うところがあり、つつい手取り足取りし過ぎてしまうところがあります。今の流れで、それは仕方がないと思うところもあります。カウンセリングでも、子育てでも、教育でもそうですが、手を出しすぎるとどうなるかというと、その子の成長を妨げてしまいます。最近、そういうことを少しずつ感じるようになってきています。私たち教員が、手をかけ過ぎて、学生たちの伸びる力を奪っているのではないか。そばにいてあげることは大切ですが、あえて手は出さない、一緒にその場にいるだけということが、実は大切なのではないかと思えます。

ここまで雑多に話してきましたが、実はこれが、最初の話につながるということを、先日感じました。それは、「神様は、私たちのそばにいます。あなたのすぐそばにいますよ」と言われて育てきて、神様は怖い人で、私の行いを見張っている人なんだ、と置いていたけれど、そうではないと思えました。つまり、私たちが成長するとき、誰かがそばにいるということが、とても重要なことなのです。手を出さなくても、その場に誰かがいてくれる。私は多分、そのことなのかなと思います。神様は、私たちのそばにいて手助けをしてくれるわけではない、ただいてくれるだけです。そういう場を共有することの大切さというのは、小さいころにキリスト教で、最初に教えられていたのだと、ようやくこの年になって気付くようになりました。今のところまでの話をまとめますと、今の時代は、人と接しないでも何でもできる社会になっていると思います。近くにおいて何か言いたいことがあっても、メールを送ればいいや、となっているのだと思います。子育てでも一緒に子育てをしていると言いつつも、子どもも親も別のことをしていることがあります。それは、実はそばにいないかと思いはじめています。

神様はそばにいらっしやる

そばにいてというのには、本当にすぐ隣にいてほしい。けれども、何もしない。けれども、それはすごく意味のあることです。今日はそのお話をしたくて、この場にやってきました。私がずっと勘違いしていた、「神様はそばにいて」ということについて、考える機会を与えてくださって、そして、ようやくその誤解が解けたのが、昨年の今頃の出来事でした。

(心理福祉学科准教授)