

面接相談におけるカウンセリングと仏教

不登校児の母親の事例を通して

友 久 久 雄

▶ キーワード

面接相談
カウンセリング
仏教
目覚め

▼ 要 旨

人の人たる所以は悩むことであるとも云える。悩むことにより、人は進化した。しかし、この悩みを解決することも人にとって重要なことである。

社会の構造が複雑化し、悩みの内容も多岐にわたり、解決のための知識や技術が開発されカウンセリングという概念が発展してきた。しかし云うまでもなく、カウンセリングで悩みが全て解決されるわけではない。

そこで本稿では、子どもの不登校を主訴として面接相談に来所した母親の、母親自身では解決出来ない問題について、その面接内容を忠実に再録することにより、その解決方法を検討しようとするものである。

結果としては、カウンセリングにおいて自己洞察および自己への気づきを繰り返すことにより、人間的な成長は期待されるものの、人間としての本質的な問題「人間は何のために生きているのか」という問題は解決されなかった。この問題を解決するためには、人間の知恵を越えた智慧すなわち仏の智慧に目覚め、真の自己に目覚めることが大切であることがわかった。

目 的

世の中が進歩するにつれ人々の悩みも複雑多岐となり、色々なところで悩みに対する相談室が開設されている。そして相談室では、カウンセリングが実施される場合が多い。しかし、カウンセリングが行なわれたからといって、全ての悩みが解決されるわけではない。

特に、カウンセラーとクライアントの関係において悩みを解決しようとする場合、その解決には限度がある。そこで本稿においては、カウンセリングでは解決の出来ない事例において、その視点を変えることにより解決の方法をみいだそうとした事例を報告し、解決の難しいカウンセリングにあり方を検討しようとするものである。

事例の概要

本事例は、当初子ども（中学校2年生）の不登校問題を主訴として面接相談のために来所した母親（44歳）が、コンサルテーションとして、子どもにどうかかわればよいかの指導を受けたことから始まった。そして、母親は子どもへのかかわりを検討する過程において、子どもの不登校の原因は、子どもよりもむしろ自分の子育てのあり方、別の表現をすれば母親自身の自我の未熟性にあるのではないかと気づき始めた。

このことにより、面接相談の内容は、子どもへのかかわり方の相談であるコンサルテーションから、母親自身の人格の変容を求めるカウンセリングへ変換したのである。その結果、母親の自己の内面の探索が始まり、自我の未熟さゆえに現実に真正面から取り組む姿勢に欠け、トラブルを避けるため常に偽りの仮面を被って行動している自分に気づくのである。また、母親のこの行動様式が子どもの自我の成熟を阻害し、未熟な自我ゆえに神経症性の不登校となったことが明らかになった。

このことに気づいた母親は、自己洞察の結果、自己の内面の不一致に気づき、新たな自己の成熟と自立的な行動をとるようになるのである。具体的には、今まで避けて通ってきた夫との意見の不一致に対して、真正面から取り組み、両者の一致点をみいだすよう努力した。その結果、両者の関係は安定し協調的になるとともに、子どもの再登校が始まった。

このことにより、カウンセリングは終結したのであるが、その1年半後、姑とのトラブルで再び来所した。しかし、この時は、子どもの不登校の時と同じく、カウンセリングにおける自己洞察と自己への気づきにより、真の自己をみだし問題は解消されたように見えた。

しかしその2年後、医学部を卒業し研修医であった自慢の娘が、男性と駆落ち同然の家を出をしたことと、その原因に父親の不倫があったことにより、母親の自信は一度に喪失し、真の自己をみいだしたと思っていたことは虚構であったことが明らかになった。混乱した母親は、カウンセリングにおける自己発見は信用できないとカウンセリングに懐疑的となり、新興宗教に助けを求めるのであるがそこでも問題は解決出来ず、万策つきて再びカウンセリングを求めて来所した。

以下の事例は、その後の母親との面接相談の過程を、出来るだけ忠実に再録したものであるが逐語録ではない。また母親の希望により本人の特定できるような記載はもちろん、内容を変更しない範囲で、表現の方法を変えた部分があることを断っておく。

事例

1回～4回 (〈 〉)は母親、[]はカウンセラー)

〈先生、どうもすみませんでした。突然来なくなって。あの時私は、娘が帰ってこないで、親戚や娘の友達のを尋ね歩いていました。結局は母親の私は娘を見つけることが出来ませんでした。それで娘は死んだものと思うようになりました。だから絶望感ばかりで、ここへも来なかったのです。すみません〉

[……大変でしたね]

〈……3ヶ月目に、娘は家に帰って来ました。一人で〉

[……良かったですね]

〈ほんとに嬉しかったです。娘の顔をみたたん、自分が自分でないような気がして、泣くことも笑うことも出来ませんでした。私は腑抜けのようになってしまいました。今、嬉しかったといいましたが、その時は嬉しかったのか悲しかったのか、わかりませんでした〉

[……]

〈……〉

[それで娘さんは……]

〈娘は帰ってきてから何もいいません、私も聞くことが恐くて…夫も何もいいませんでした。私が唯一聞いたのは、仕事どうするの、病院には連絡したの、ということだけでした。…娘は、もう医者は辞めるといいました〉

[そうですか。それでお母さんはどう思われたのですか]

〈……〉

[……]

〈……〉

[娘さんの話は、またゆっくりと聞くとして、今日は、何故来られたのですか]

〈はい、一つはこの前から突然何の連絡もせずに来なくなったことへのお詫びと、もう一つは、娘の問題が起きるまでは、先生のカウンセリングで、私は自分自身がずいぶんと精神的に成長したと思っていました。また夫にも心を開いて話せるようになり、息子も登校し、私がしっかりすれば家庭もこんなにうまくいくんだと自信を持っていました。ところが、娘の一件で、私は自分自身を見失い、それまでの自信は吹っ飛び、自分がわからなくなり、母親失格の私は死んだ方がよいのではないかと思うようになりました。家出した娘を捜しにあちこちに行き、娘のことが全くわかっていなかった母親であることがわかりました〉

[そうですか、大変でしたね]

〈ところが、それだけではなかったのです。娘が帰ってきてだんだんと話をするようになってわかったことは、娘が男と駆け落ち同然の家出をしたことは、夫にも責任があったのです〉

[どういうことですか]

〈実は、娘は、前々から夫が浮気をしていることを知っていたのです。もちろん全く私は気づいていませんでした。ある時、娘が夫の後をつけて、相手がわかったのです。その相手は、20代の夫の部下でした。娘も20代で学校出たての研修医でしたので、このことを知った時にはかなりショックを受けたようでした。娘は常々病院は人生の^{もつば}坳堦だといっていました、自分がそこに入っているとは思っていなかったようです。その時以来娘は家出を考えていたようで

す。娘の相手も父親と同じ年頃で、妻子持ちでした。私は、娘のことと夫のことで、全く生きる意欲を失ってしまいました〉

〔息子さんは〕

〈息子は今、大学生ですが何もいいません。恐らく皆知っていると思いますが、全く我関せず焉です〉

〔そうですか〕

〈私、先生には申し訳ないのですが、娘のことと夫のことがわかってから、カウンセリングは意味がない、あんなものは一時的な気休めで、いくら気づき気づきといっても、本質的に自分が変わるものではない、あんなものに頼った自分が馬鹿だったと反省し、二度とカウンセリングは受けないと誓いました〉

〔そうですか、それで……〕

〈それで私は、家では孤立していますし、娘とも夫とも話しはしませんし、知人にもこんな恥しい話はできませんし、悶々としていました。すると私の知人で、おがみ屋さんというのか新興宗教というのか、そんな所へ行っている人がいて、私と一緒にいこうと誘ってくれました〉

〔ほう〕

〈私は藁にもすがる思いで行って、全てを話さないと言われるので、全てを話しました。するとその先生は、私の先祖が悪いので先祖が貴方に敵意を持っている。それが原因だ。私がある先祖と話をその気持ちを治めてあげるから祈祷料100万を持ってきなさいといわれました〉

〔それで、どうしたのですか〕

〈迷わず持って行きました。それで娘がまた医者になり、夫が改心してくれたら安いものですから〉

〔そうですか、それでどうなりましたか〕

〈しばらく、このことは家の誰にも話しませんでした。そして様子をみていましたが、娘も夫も全く変りません。そこでその先生に話すと、祈祷料が足りないからだ、もう100万円持ってきなさいと言われました。私の自由に出来るお金はそんなにありませんので、ためらっていましたが、友人が早くしなければ効果がなくなるよと言いました。そこで友人にそんなお金はないというと、友人は自分はもっと払った、100万や200万で家族全員がよくなるのであれば安いものやと盛んに私を促しました。そこで娘にそのことを話すと、娘はひどく怒り、お母さんは阿呆やと夫にもいつけました。このこと以来、増々三人の関係は悪くなり、ほとんど口もきかなくなりました〉

〔それは、いつ頃のことですか〕

〈初めて、おがみ屋さんへ行ったのが6月でしたので、娘に話したのが9月頃で、今から3ヵ月程前のことです〉

〔それで、それからどうなりました〕

〈私は友人におがみ屋さんに行くことを断りました。しかし家にいても気持ちが滅入るだけですし、娘や夫はもちろん息子も話をしてくれませんし…そこで昔コーラスをしていたので、夫とはそこで知り合ったのですが、市の広報をみてコーラスの会に行くようにしました〉

〔……〕

〈歌を唱っている間は、嫌なことも忘れてよいのですが…終って皆と喫茶店に行っても何も話せずただうんうんと相手の話を聞いているだけで…家に帰ればまた孤独で憂うつになるのです。それでも何度か行っているうちにだんだんと気持ちも楽になり、喫茶店で相手が楽しそうに話すのを聞いていて、私がこの人の話を黙って聞いているから楽しそうにこの人は話しが出来るのだと思いました。そして私の話を黙って聞いてくれるのは、今ではカウンセリングの先生だけだと気がついたのです。そこで義理を欠いているのに恥をしのんで、また来たわけです。すみません、ここしか来るところがなかったのです。申し訳ありません〉

〔いやいや、いいですよ。私でよかったら。お母さんの話、今回だけではよくわかりませんが、今までのところはよくわかりました。勇気がいったでしょう。それとも、それだけ困っておられたのかな〕

〈困っているのです。私は誰にも言うことが出来ないでどうしようもないのです。聞いてもらえたら少しは気持ちが楽になると思うのです〉

〔そうですか、それでは次回からゆっくりお話を聞きましょう。次の機会には何を話そうか、考えておいて下さい〕

と言ってこの回を終りにした。

そしてその後3回の面接で、母親は、娘は入院中の父親と同じくらいの年の妻子ある男性と親しくなり、その男性が退院後、お礼といって誘われ、以来付き合うようになり、男女の関係となり離れられなくなった。たぶん、この男が娘の初めての男性だと思うこと。そして、父親の事実を知り、やや感情的となった娘はその男と駆け落ち同然のように家を飛び出したこと。その3ヵ月後男性の妻が現われ、男性はつれ戻されたので娘は一人で家に帰ってきたこと。父親の不倫を知ったことが、娘の家出の動機になったことが母親には一番悔しいこと。同時に娘は父親だけでなく母親も軽蔑し、二人には今も拒否的であること。母親は夫と離婚も考えたが、手に職もなく世間体を考えると離婚にもふんぎれず、はがゆくてしかたがないこと。夫は離婚に関しては何も言わないこと。息子は我関せずで話も聞いてくれないこと。などを時には涙ながらに時には自嘲的に笑みを浮かべながら、自分の苦しい胸のうちの明かすのであった。

筆者は、この3回はほとんど質問もコメントも入れず、ただひたすら聞くだけであった。

5回～8回

〔どうですか、まだお伺いしていないことがあればお話して下さい〕

〈今までは私ばかり喋っていて、聞く先生も楽しい話ではありませんので、しんどい思いをされたと思います。感想なりなんなり先生の思われたことを話して下さい〕

〔そうですね。まずお母さんは大変だったということがよくわかりました。解決はこれから問題ですが、無理にああしよう、こうしようとはしないで、なりゆきのままにまかすのがよいのではないかと思いますね。もし具体的な問題が生じたらその時また相談して下さい〕

〈今は、何をしてもだめだと思いますので、そうせざるをえないと思っています。あるがままで、今のままで…〉

〔そうですね。それがよいと思いますよ。ところでお母さん、前にカウンセリングを受けて自信を持っておられたようでしたが、娘さんの事件いらいカウンセリングは全く役に立たなかったとおっしゃいましたね〕

〈いいえ全くとは言っていないと思います。しかし、自信のあった自分にも信じていたカウ

ンセリングにも裏切られ、そのように思いました)

[そうですか、それでまたどうして、ここへ来られたのですか]

〈前にもいいましたように、おがみ屋さんの所へ行ったことがわかり、家族との関係がより悪くなり、他にどうしていいかわからなくなり、しかたなくというか、どうしようもなく又来たというのが本当の気持です。すみません〉

[いいえいいえ、いいですよ。お母さんの正直な気持を言っていただいて…その代りと云ってはなんですが、私も正直な気持を話してもいいですか]

〈? ? ? ……〉

[あのねお母さん、お母さんが息子さんの不登校の時とお姑さんとの嫁-姑との関係について悩んでおられた時に、それは息子さんと姑さんの問題ではなく、お母さん自身の問題だと気づかれ、自分の今までの生い立ちや自分自身を見直し、反省し、自分の問題に気づき新しい自分を作り、自信を持って生きていけるようになったと思っておられましたね。このように自分の内面を見通し、自分の問題に気づき、より良い自分になることを自己洞察といいます。最初の自己洞察が次の自己洞察を生み、その自己洞察がまた次の自己洞察を生むというように自己洞察の連鎖が、その人の人間性を高め人格の涵養を促すのです。別の表現をすれば、自己への気づきが次の気づきを生み人間性が育成されるのです]

〈……〉

[すみません、難しい話になって]

〈いいえ、いいですよ。説明して下さい。聞きますから〉

[要するに、カウンセリングを受けることにより、自分をみつめ直し、自分の問題に気づき、より良き自分になって行くのです。お母さんは、息子さんと姑さんの事で以前よりは、人間的に成長され強くなり、自信を持った人生を送っておられたのですが、それを壊す程の大きな波がきたのです。それが娘さんのことでありご主人の問題であったので、一度に自信が崩れてしまったのですね]

〈そうですね、ショックでした〉

[だから、この問題を大きな試練と考えてこれに押し潰されるのではなく、打ち勝つためには、自分の心の内面をどう洞察すれば良いかを考えてみて下さい。娘さんや御主人の問題ですけど、それを自分に課せられた心の問題と考えてもう一度考え直してみて下さい。次回に、それまでにお考えになったことをお聞きしたいと思います]

と言ってその回の面接相談は終わった。

その後3回の面接相談が終り

9回

〈いつもここへくる度に私の家族のこと、先生に言われたこと、色々考えましたが私にはよくわかりません。何をどう考えればよいかも、家でどうすればよいかも…もう頭の中はどうどうめぐりで…夫の顔はみるのも嫌ですし…〉

[そうですか。大変ですね。…毎日顔を合わせられるのですからね]

〈本当を云えば、家族の誰とも顔を合わせたくないのですが、家にいて顔を合わせないわけにも行きませんし…本当に地獄ですね〉

[……つらいですね]

〈先生何とかして下さい。私どうすればよいのですか…死んでしまいたいぐらいです…もし、この嫌な苦しみから逃れることが出来るのならなんでもします。教えて下さい…〉

[私にも、お母さんがどうすればよいかわかりません。私に出来ることは、お母さんの苦しい胸のうちをお聞きするだけです]

〈先生に話を聞いてもらっている時は、少し気が楽になりますが、家に帰ればもとの木阿弥でまた同じことです。こんなこと繰り返していても意味がないとも思うのですが、外に行くとこもなく…コーラスとここが唯一の息抜きです…先生何か云って下さい〉

[お母さん、数回前の面接の時、私の思っているお母さんは、カウンセリングを受けることにより、人間的に成長し自信を持っておられました。娘さんと御主人の件で自信がなくなり、どうしてよいかわからなくなっておられる。そして自己洞察が自己洞察を生み気づきが気づきを生むことにより、人間的に生長するのですとも云いましたね]

〈はい、聞いたような気がします。しかし今は、自分をみることも気づくことも何もできません〉

[いや無理に自分をみなさいとか、気づきなさいと云っているではありません。むしろ今は無理をしない方がよいと思いますよ。ただ私が云いたいことは、自分の内面をみつめる自己洞察やそれによる気づきは、何度も何度も経験することであり、エンドレスに起こることです。確かに、その気づきで人間的には成長するのですが、その気づきはどこまで行っても、これでよいということがありません。何故だと思われませんか]

〈……〉

[お母さん、自分のこととして考えてみて下さい]

〈……はあ……〉

[今日はこれくらいにしておきますので、もう一度だけゆっくりと考えて、次回までに答を考えてきて下さい。わからない時はわからないで結構ですから、考えられるだけ考えてみて下さい]

と具体的な課題を与えることで、娘や夫への関心から気持が少しでも離れられたらと思いつつ、母親との面接を終えた。

10回

〈いろいろ考えましたがよくわかりません。ただ、人間が生きている限り問題は起きる、というよりは問題が続くということです。私の場合も、息子、姑、娘、主人と家族全員が次々と問題を起こし、どうして私とこだけ、こんな問題が起きるのだろうと神さまを恨んだこともあります。先生の答えになっているかどうかわかりませんが…どうして私にばかり…他の家もこうですか…ここへ来られる人の家も〉

[他の家のことはおいておいて…人間が生きている限り問題は起きるとおっしゃいましたね、そのとおりだと思いますよ。仏教では煩惱といいますが、人間に煩惱がある限り問題は起きます。そしてその問題をカウンセリングで解決する、すなわち自己洞察を深め気づきにより問題を解決すると同時に人間的にも成長する。これはこれで結構なことですが、生活をしていると又、次の問題が生じる。すると又、自己洞察すなわち気づきで解決する。そして又、問題が起きる。こんなこといつまで繰り返すのですか。そのうち、人間では解決できない問題まで起きる。諦めるしか解決方法のないことまで起きる。諦めるは明らか、すなわち物事ははっきり明

らかにして、ダメなものはダメと明らかにして諦めるという意味ですが、この物事をはっきり明らかにしないから、いつまでも問題が起きるのですよ]

〈…?…?…?〉

[また、ややこしくしましたね。簡単に言えば、問題が起きた時、自己洞察すなわち気づきにより、息子さんの不登校の時のように原因が明らかになり、あの時は息子さんよりはお母さんに原因があると気づかれ、御主人との関係を改善されたことにより問題は解決されましたね。しかし、又、姑さんとの問題が生じた。これはどう思われますか]

〈…やはり私が未熟で、自分のことがよくわかっていなかったのでしょうかね〉

[そうですね。たぶんそうだと思います。お母さんは真の自分・本当の自分がまだわかっておられなかったから、次の問題が起きたのです。しかし、次の問題すなわちお姑さんとの問題までは自分で解決された。しかし娘さんの問題、次いで御主人の問題になると、今はまだ解決されていない。恐らくお母さんは、自分で意識するしないは別として今、自己洞察・気づきを繰り返されているのでしょう。だから、この問題もいつかは必ず解決されると思いますよ]

〈そうでしょうか、難しいと思いますが…〉

[俗に時間が解決すると云いますが、必ず解決しますよ。解決しますけれども、又、次の問題も起きてくるでしょう]

〈どんな問題が起きるのでしょうか〉

[それはわかりませんが、必ず次の問題は起きます。それは断言できると思いますよ]

〈そうですか…〉

[それでは、何故次々と問題が起きると思われますか]

〈…本当の自分がわかっていないからですか、人間的に私が成長していないからですか〉

[それもそうだと思いますが、本当に自分がわかっている人とはどのような人ですかね、人間的に成長するといいますが、どこまで成長すればよいのでしょうか]

〈…よくわかりません、私では…〉

[難しいですね。本当の意味で自分がわかるとか、人間的に成長するとかよくいいますが…。これは終りがないと思いますが]

〈そうですね〉

[お母さん、もう一度だけ考えてみていただけませんか。自分で悩んで考えて、やっと解決したと思うと、また次の問題が起きる。それを解決したと思ったら、また次の問題が起きる。どうしてでしょうね。もう一度考えてみてください。そろそろ時間になりましたから]

ということで、もう一度お母さんに問題を投げかけることにした。

11回

[どうですか、考えられましたか]

〈考えましたが、よくわかりません。私の場合、息子のことと姑とのことは何とか解決できたようにも思いましたが、娘のことでどうしようもなくなりました。息子や姑の時は、私の力で何とかりましたが、娘と夫のことは私の力ではどうしようもありません。いくら考えてもどうしてよいかわかりません。私の能力を超えている問題のように思います〉

[そうですか。お母さんは、息子さんと姑さんの時は、その原因は自分にあると気づかれうまく解決されましたが、今の娘さんと御主人の場合はどうですか、自分の問題とは考えられま

せんか]

〈たぶん自分にも原因があるのだらうと思いますが、自分だけに原因があるのではなく、相手にも原因があると思います。特に夫の場合は…。だから相手が変わろうとしない限り、いくら自分が自分の問題だ、自分に原因があるのだと思って考えてもどうにもならないのです。先生のいわれる自己洞察とか気づきというのも限界があります。その自己洞察や気づきにより、自分の問題だ自分の問題だと云っても、相手が気づかなければ何にもなりません。時には、何で自分だけ苦しまなければならないのか腹が立ちます。

ここにいる時は、先生と話をしているのでまだましですが、家に帰ったら我慢出来ないぐらい腹が立ちます。自分だけでなく相手にも原因があるわけですから〉

[そうですね、お母さんの気持はよくわかりますが、相手というのは娘さんですか御主人ですか]

〈両方ともですが、特に主人には顔をみるのも声を聞くのも嫌です〉

[そうですね…それでは、御主人が反省して、自分に原因があった悪かったと、お母さんに謝られたら、問題は解決しますか、心は安らぎますか]

〈いいえ、私は赦しません。腹の中が煮えくり返っていますから…どんなに謝られても赦す気にはなれません〉

[ということは、御主人が何をしても赦せないということは、御主人では問題解決が出来ないということですね]

〈……〉

[そうすると、この問題を解決出来るのはお母さんだということになりませんか。お母さんの気持ちだ。もっというとお母さんの自己への洞察・自己への気づきということになりませんか。この問題を解決するということは、この問題が具体的にハッピーに解決されたということではなく、お母さんの気持ちのなかで解決されたということですよ]

〈理屈はそうかもしれませんが、気持ちが赦しません、気持ちが〉

と感情があらわになる。

[わかりました、わかりました。この問題は前にも云いましたように、時間という妙薬を服んでいただく以外に解決はなさそうですね。

私がいままで何回もお母さんに考えてきてくださいと云ったのは、御主人や娘さんの問題をどうするかということではなく、いくら悩みや問題の原因に気づいてその問題が解決出来ても、また次の問題が起きるといことは、その気づいた悩みの原因は、本当の原因ではなかったということではないですか、ということです。もし、気づいた、別の表現をすれば、自己の内面を洞察してみつけた悩みの原因が、本当の原因であれば、もっと言えば、それが人間の悩みの真の原因であれば、その後の問題や悩みは起きないはずですよ。

しかし現実には、悩みはエンドレスですし、気づきもエンドレスです。確かに悩みや気づきは人間性を高め、人間としての成長を促しますが、人間に生じる問題や悩みを根本的に解決してくれるものではありません]

〈……〉

[どうですか、また難しくしてしまいましたが、結論から言えば、我々人間は、何度も何度も悩みを繰り返し、その都度その原因を探り、その探る一つの方法としてカウンセリングがあ

るわけですが、その都度その都度一つ一つ解決していかなければならないわけです]

〈そうですか、今の問題も解決しなければならないわけですね〉

[解決しなくてよいわけですか…]

〈いいえ、解決したいとは思いますが、どうしてよいかわからないものですから〉

[それは、今すぐ早急に解決しようとされても無理でしょうね。しかし、このことを機会に、問題の真の原因、すなわち人間とは何か、人間はなぜ悩むのか、人間はどこから来てどこへ行くこうとしているのか、この人間を「私は」に変えて考えてほしいのですが、もう一度考えてみて下さい]

〈難しい問題ですね。私らが考えてわかるのでしょうか〉

[さあどうでしょう…わからないでしょうね、たぶん、人間を越えたものの智慧でなければ]

〈どういう意味ですか?〉

[今お母さんの抱えておられる問題は、自分で解決できますか、難しいと思いませんか。しかし、それでもいつかは必ず時間が解決してくれます。すなわち、時間という人間を越えた智慧が解決してくれます。私たち人間は、何でも自分の思いや考えで解決しようと思っていますが、自分の思いや考えで解決できるのは、この世の中の表面的な問題だけです。人間としての真の問題は人間の能力では何ひとつ解決できません。]

だから、人と人との関係で解決しようとするカウンセリングの自己洞察や気づきは、何度も何度もそれが必要となるのです。それが、人間の真の問題を解決するものであれば、一度気づけばそれでよいのです。オール・オア・ナッシングすなわち全か無です。一度気づけば全てがわかる、すなわち全てが解決できるわけですが、気づかなければ全てがわからない、すなわち皆無で全く解決出来ないということです。カウンセリングでは、人間としての成長は望めますが、人間の真の問題は解決出来ません。先ほど云いました、人間とは何か、人間は何のために生まれてきたのか、人間はどこから来てどこへ行くこうとしているのか、などの人間の本質的な問題は、人と人との関係では解決できません。人と人間を越えたものとの関係でなければ人間の真の問題は解決出来ません]

〈そんなこと出来るのですか〉

[どういう意味ですか]

〈人間を越えたものとの関係をつくるとか、人間は何のために生まれてきたのか、死んだらどうなるかなどがわかるのですか〉

[人間の知恵や能力ではわからないでしょうね]

〈? ? ? どうもわかりません。わかり易く説明して下さい〉

[難しいですね。いつもなら次回まで考えてきて下さいということになるのですが、これはお母さんが自分で考えても答えは出ないと思いますので、このことに関しては次回にゆっくり説明するとして、今日は時間ですから終りましょう]

と言って、面接相談は終わったが、母親は意味がわからぬという表情をしながら退室された。

12回

〈この前のことですが、自分なりに考えてみましたが、やはりよくわかりませんでした。それと今までと先生が違って、だんだんと自分の考えを述べられるようになってきたと思いました。

ここへ来た頃は、私が質問ばかりしていましたが、この頃は先生も自分の考えを云われるようになりました)

[そうですね、そうですね、私も自分の考えをお母さんに伝えようと思っていることは事実ですね]

〈先生のお考えも聞いてみたいです〉

[そうですね。それでは説明してみしましょう。私たち人間は、努力すれば頑張れば全てのことが解決出来ると思っていますが、実際にはそうではありません。生れてきたのも死んでいくのも、A君の父となり母となられたのも、全て自分の考えで選んだものではありません。自分の努力でもありません。人間を越えたものの智慧によるのです。この人間を越えたものの智慧を、私たちは仏とか阿弥陀とか呼んでいます]

[今、人間とは何か、何のために生れてきたのか、死んだらどうなるのかは、私たちの能力すなわち人間の知恵では絶対にわかりません。それがわかるのは、人間の能力を越えた仏さんだけです。だから仏さんの云われたこと、すなわち仏教で云えばお釈迦さんですね、悟りを開いて、全ての真理を体得されたお釈迦さんの話を聞いて、自分は何のために生れてきたか、死んだらどうなるのかの問題を解決しなければなりません]

〈お釈迦さんの話を聞けば、自分は何のために生れてきたのか、人生とは何なのかがわかりますか〉

[真剣にお聞きになれば、わかると思いますよ……私は]

〈そうですね、私は娘のことと夫とのこの度のことで、自分ではどうにも出来ないことがこの世にはある、ということを嫌という程知らされました。自分の気持を自分で何とか抑えよう、何とか気持を落ちつけようとしませんがどうにもなりません〉

[そうですね、まだまだ本当の自分というのがわかっておられないわけですね]

〈そうでしょうね。本当の自分というのがわかれば、全てが解決しますか〉

[お母さんの全てというのは、今では娘さんと御主人のことでしょうが、その問題が解決されるかどうかはわかりません。しかし、お母さんが真の自分がわかれば、自分が何のために生れてきたか、何のために人間は生きているのか、自分の死とはどういうことなのか、という問題が解決されます。そうすれば、今のお母さんの問題も、お母さんがいう、解決されたということではないのですが、解決されると思いますよ]

〈どういうことですか…〉

[お母さんが、人からいくら教えられ導かれても、真の自分がわかるということはありません。表面的な自分は、たとえばカウンセリングを受けることで、自分は人の目を気にする人間で、仮面を被りながら人に接している人間で、人の前では良い子ぶってばかりいる人間で、その自分がうまく演じられないから、もっと言えば、自分が望むあるべき人間と今の自分が大きく異なっているために悩んでいるのだ。自分が本当に望んでいる自分はこういう自分だ、これが本当の自分だと自分がわかったように思っても、それは、その時に自分が考えた自分で、状況が変れば、そんな自分はすぐに変るのです。]

それは、自分で考えた望ましい自分というのは、表面的な自分でありそれは仮の自分で真の自分ではないからです。だから、人間は何のために生きているのかと問われれば、何も答えられないわけです。これは、人(クライアント)と人(カウンセラー)との関係で考えた自分だ

からです。何故、生れてきたのか、何のために生きているのか、死んだらどこへ行くのかもわからない自分、いくら考えてもこれに答えられる真の自分は自分ではわかりません。

真の自分は、人間の知恵や能力では絶対にわかりません。それがわかるのは、人間を越えた智慧すなわち仏の智慧だけです。だから、我々は仏さんから教えていただく以外には、真の自分を知る方法はないのです。お釈迦さんは、その仏の智慧を人間に伝えるために仏が人間と姿を変えて、我々と同じ身体を持ち言葉で伝えるためにこの世に出てこられたのです。というのは仏という智慧は、そのままでは我々人間には、見ることも聞くことも触れることも出来ないからです]

〈? ? ? ……〉

[すみません、一方的に喋ってしまって、どうですかお母さん、今のお気持は]

〈わかったような、わからんような変な気持です〉

[そうですね、先程、私はお母さんが真の自分がわかれば、お母さんの今の問題すなわち娘さんと御主人の問題は、人間のいう意味での解決されたという意味ではないですが解決されると云いましたね。この意味は、お母さんが解決されなくても、仏さんが解決してくださいますよという意味です]

〈えっ…仏さんが解決って、どういうことですか…私、わかりませんが〉

[そうですね、難しいですね。仏さんは人間の諸々の悩みの真の原因を教えてくださいから、真の原因が知らされてその原因が解決されれば、諸々の悩みも解決されるわけです]

〈? ? ? 私、わかりませんが…〉

[どう説明すればよいのでしょうか。うーん難しいですね。…我々の悩みの原因は、仏教用語では煩惱というのですが…自分の悩みの真の原因を知らないから悩みが解決されないのです。真の原因を知るということは、真の自分を知るという意味です。真の自分を知るということは、先述したように、何故自分は生れてきたか、何のために自分は生きているのか、死んだらどうなるのかを知るということです。そして、真の自分を知るということは、これらのことを考える、あるいは知る知恵や能力は全くないということを知るという意味です。自分は無知・無力・無能であるということを知ることが真の意味で知るということです。

だから、この無知・無力・無能の自分が、何故自分は生れてきたのか、何のために自分は生きているのか、死んだら自分はどうなるのかを知るためには、人間を越えた智慧すなわち仏さんの智慧によって知らされる以外にはないということです。

この真の自分を知るということを「自己に目覚める」と言います。仏さんの智慧に教えられて自己に目覚めるわけです。この仏さんの智慧によって知らされることを「仏に会う」とか「仏に目覚める」と言います。親鸞聖人が開かれた浄土真宗では、このことを「信心獲得(獲信)する」とか「信心をいただく」といい、仏の智慧を信じること(信心)言い換えれば信じさせられることが最も肝心であるという意味で「信心正因」とも言います]

〈初めて聞くので、よくわかっていないと思いますが、もう少し私がどうすればよいかを説明して下さい〉

[今いったように、仏の智慧を信じるということが一番大切なことなのですが、残念なことにはこの仏の智慧を信じる能力は私たち人間は持ち合わせていません]

〈? ? ?〉

「私たちは、自分の目や耳などいわゆる五官を通して感じることにしか信じないという特徴があります。そこで仏さんは、それらを越えた感覚で、別の表現をすれば、私の心と身の中に同時に飛び込んでくださいます。これを一念の信といいます。この経験をすることで、否応なしに仏さん（の智慧）を信じさせられるようになります。」

もし、お母さんがこうなれば、自分が何のために生きているのかを仏さんから知られますから、今、ここに生きていることの大きな喜び、生かされていることへの感謝の念が自然に湧き出てくるようになります。そうすると、今のお母さんの問題すなわち娘さんや御主人の問題も、具体的には解決されていなくとも解決されたということになります。お母さんの知恵よりもっともっと大きな智慧につつまれ娘さんや御主人の問題も、お母さん自身の問題も解決すると思いますよ」

〈疑ってすみませんが、本当ですか。前にも先生には不義理をしていますので、云えた義理ではありませんが、今すぐ信じろといわれても…〉

「信じなさいと云っているのではありません。私たち人間の能力では信じる事が出来ないのが仏の智慧です。敢えて云えば信じさせられるようになってくださいということです」

〈どういうことですか…難しいですね、特に私のようなものには〉

「あのね、お母さんが経験されたカウンセリングにおける気づきは、何度も何度も必要でした。そして気づくことによって、人間的には成長するのですが、その気づきは死ぬまでエンドレスで続くのです。ということは、その気づきは真の気づきではないということなので、何度も何度も気づきが必要となるのです。もしそれが真の気づき、すなわち本当の原因に気づいたのであれば、それは一度の気づきで終了にならないわけです。」

その意味では、仏の智慧に気づく、すなわち目覚めは、真の原因に目覚めるということですから、ただ一度だけでよいということになるわけです」

〈へえ…そうですか…〉

「そうですね、お母さん、歎異抄という本を御存知ですか？」

〈名前ぐらいは聞いたことがあります。昔、教科書にもあったような気がします〉

「知っておられてよかった、そうでなければ、また最初から説明しなければなりませんので…たぶん教科書では、悪人正機説という一番有名なところが載っていたのだと思います。「善人なほもって往生をとぐ、いはんや悪人をや」のところですよ」

〈そうですそうです、そこです、何かぼんやりと憶えています〉

「そうですか、よく憶えていてくださいましたね。その歎異抄に次のような記載があります。ちょっと本を取ってきますから」

と云って、小さな歎異抄の本を私の部屋から取ってきて「それではゆっくり読みますよ。「一向専修のひとにおいては、廻心といふこと、ただひとたびあるべし。その廻心は、日ごろ本願他力真宗をしらざるひと、弥陀の智慧をたまはりて、日ごろのころにては往生かなふべからずとおもひて、もとのころをひきかえて、本願をたのみまひらすをこそ、廻心とはまふしさふらへり」¹⁾とあります」

〈先生、そこをコピーしていただけませんか〉

「そうですね、気がつきませんでした。ただ聞いていただけではわかりませんね、今すぐコピーしますから、ちょっとお待ち下さい」

といって、コピーに行き帰ってきた後、

〔一向専修のひと、というのはひたすらお念仏を唱える人という意味です。ここで云う、お念仏を唱えるということは、口で唱えるだけではなく、信じて唱えるという意味です。信じるというのも、自分が信じるのではなく、先程いいました、仏の智慧で信じさせられるという意味です。ここらあたりは難しいところなので、もう少し勉強されてというより、お坊さんからお説教をお聞きになってから又、お話ししましょう。そして、その念仏を唱える人においては、廻心ということただ一度あるべし、とあります。この廻心というのは、廻る心とありますが、どう廻るかという、今までこの世のことばかり気にしていた心が、くると廻って仏さまの方をむくという意味です。

もっと具体的に云うと、今まで娘さんや御主人との問題すなわちこの世のことばかりで悩んでおられたお母さんの心が、仏の智慧によってくると廻されて、自分は何故生れてきたのだろうか、自分は何のために生きているのだろうか、死んだらどうなるのだろうかなど人間の知恵や能力では解決できないが、人として生れてきたものにとって最も重大な問題に心が向けられ、これを解決するためには、仏さんに心を向け仏さんから直接教えられる他にはないと、仏さんへ心を廻されるということが廻心ということです。どうですお母さん…どう思われます]

〈はあ、なんとなく…〉

〔なんとなくどうですか…〕

〈仏さんのお話を聞いてみようかとちょっと思うようになりました〉

〔そうですか、娘さんや御主人のことばかりではなく、仏さんのこともちょっと考えてみて下さい。しかし、これは考えてもわかりませんから、何のために生れてきたか、何のために生きているのか、死んだらどうなるかという疑問を持って、お寺でいわゆるお説教を聞くようにして下さい〕

〈どこでどうすればよいかわかりませんが〉

〔わかりました。それでは、私が良い先生を紹介しますから、一度にそこへ行ってお母さんの悩みも含めて、今私が云ったことの解釈についてお話を聞いてみてください〕

〈わかりました。生れて初めてです、お説教を聞くとか、お坊さんの話を聞くとかは〉

〔そうですか。この今のお母さんの悩み、すなわち娘さんと御主人のことがきっかけで、本当にお母さんが、仏さまに目覚めて、自分は何のために生れ、何のために生き、死んだらどうなるかが解決されたら、娘さんと御主人は、お母さんにとっては神さまですというふうになると思いますよ〕

〈？ ？ ？ …どういう意味ですか、娘や主人が神さまとは…先生が嫌がらせをおっしゃるとは思いますが、私には全く意味がわかりません〉

〔そうですね。わからないでしょうね、この意味は。この意味がわかるようになるまで仏さんの話を聞いて下さい。娘さんと御主人は善知識ですから〕

〈？ ？ ？ …〉

結 論

紙面の都合で、母親との面接相談の記録は一応ここまでとするが、自分自身で解決出来ない問題もつとえば人間の知恵では解決できない問題や悩みはいくらでもある。しかし、人間の

本質的な問題すなわち人として生れてきたものにとって最も重大な問題「何故自分は生れてきたのか」「何のために自分は生きているのか」「死んだら自分はどうなるのか」などの問題に気づき、真の自己に目覚め仏の智慧に目覚めることが、この解決出来ない問題を解決する方法であると考えられる。

〔注〕

1) 歎異抄：浄土真宗聖典（註釈版）848頁

尚、本稿は、本願寺教学研究資金の助成を受けたものである。