



づら研の作法

- 一、研究は「世のため人のため」ならず、
まずは「自分のため」にすべし。
- 一、生きづらさは自分に閉じこめるべからず、
開いて他者と共有すべし。
- 一、自分にとって痛いことこそ要点なり。
- 一、他者の表出はいいねいに扱うべし。
- 一、おためごかしは無用のこと。



づら研やってます。

生きづらさからの当事者研究会レポート Vol.01

特定非営利活動法人フォロ



特定非営利活動法人フォロ

生きづらさからの当事者研究会レポート Vol.01

づら研やってます。

生きづらさからの当事者研究会レポート Vol.01

頒価 300 円

はじめに

貴戸 理恵

「づら研」では、「生きづらさの当事者研究」をしています。当事者研究というのは、「自分の手でやる、自分研究」のことです。

「あの人が生きづらいと言っている。あの人の生きづらさって何だろう」とか、「現代の若者は生きづらそうだ、現代の若者の生きづらさとは何か」などという問題の立て方をするのではなく、あくまでも、「私は生きづらい。私の生きづらさって何だろう」ということを、探求していきます。

70年代にスタートした当事者研究のパイオニアである「女性学」は、「女性の、女性による、女性のための学問」とみずからを定義しました。それを踏まえば、「づら研」で行なわれているのは、「生きづらい私の、生きづらい私による、生きづらい私のための研究」といえるかもしれません。

「自分研究」って、いったい何の意味があるのでしょうか。それはどんなものなのでしょう。

当事者研究には、じつは、すでにたくさんの蓄積があります。女性や障がい者、性的少数者、不登校を経験した子ども・若者、精神障がい者といった、それまで研究の「対象」とされてきた人たちが、研究の「主体」となって立ち上がり、これまでにたくさんの「足あと」を残してきました。

それらに共通するポイントは、次の三つです。

①自分の問題は、自分にしか解けない

だから、自分でやるしかない。

②自分の問題は、自分だけでは解けない

それは、仲間と一緒にやる。

③当事者研究は役に立つ

自分だけでなく、他の人にとっても（たぶん）。

「私」にしか解けない問いに取り組むとき、「私」は孤独です。

でも、そういう孤独な作業に取り組む仲間が「私」以外にもいることを知るとき、「私」はその孤独に向き合いつづけるための、あたたかな力をもらうことができます。

蓄積された研究の成果は、仲間たちに共有され、「そういうこと、私もあるな」「そういうふうにつまえるんだ、私とは違うな」という発見をもたらします。

それはときに、決して大げさな言い方ではなく、ひとりの人が生きるうえでの重要な道しるべになるのです。

「づら研」がスタートして1年が経ちました。コーディネーターであり参加者である私は、いつも「今日はどんな発表と議論になるんだろう」とドキドキしながら足を運びます。そしていつも、自分の経験や感受性をとことんまで「情報公開」する人びとの勇気と熱意に胸を突かれます。そこには常に、「あなたはどうなの？」というまっすぐに鋭い問い返しのまなざしがあり、「ひと事」として問題を語るのでは済まされない緊張感があります。

「づら研」に参加しながら私が考えているのは、「希望を持ちたい」ということです。学ぶことや、働くこと、友達をつくること、恋人や家族をつくることに、希望を持っていたいと思います。

それは決して、「学び・働き・人間関係をつくるべき」とか「それをしている人生のほうが、していない人生よりも価値が高い」という意味ではありません。世の中はときにあまりに過酷です。学ぶことも、働くことも、友達も、恋人も、家族も、おいそれとは希望にならないばかりか、かえって絶望の源泉になることも少なくないでしょう。そうしたなか「生きづらさ」を抱える人たちにとって、希望を持つというのは単に「心の持ちよう」を変えればすむような簡単なものでは断じてありません。撤退して心ゆくまで休養することは、学校や職場や人間関係で生きづらくなった人にとって、必要不可欠です。このことはいくら強調してもし足りないと思います。

そのうえで、学び、働き、友人や家族をつくっていくことを、自分の人生から切り捨てたり、あきらめたくはないのです。なぜならそれらは、「自分」が変化していくきっかけをくれるものだからです。「自分」が変わっていくことは、怖いけれども、ときにとても爽快なことだからです。

現実の学校や仕事や人間関係のなかで、どうしようもない生きづらさを経験した私たちが、もしも、別の新たな現実のなかで「ああ、こういうのも「学び」って言うていいんだ。学んでおもしろいんだな」「こういうのも「働く」ってことになるんだ。大変だけどもっとやってみよう」「こんな「関係」もあるんだ。ていねいに深めてみようか」と、本当に、心の底から思うことができれば、そこでは「社会」とのつながりが、従来の「学校」「仕事」「人間関係」とはべつのかたちで、実現しているでしょう。

「生きづらさの当事者研究」が、そうした新しい「社会」とのつながりに向けた取り組みのひとつになればいい——していきたい、と思っています。

●づら研とは？

生きづらさからの当事者研究会。

月に1回、例会を開き、毎回、参加者がレポートし、議論している。これまでのテーマは、「怒りについて」「言葉の伝わらなさ」「時間について」「働くことについて」「寂しさについて」「ジェンダー」「承認と依存」「解離について」「母について」etc...

レポート以外にも、貴戸さんの講義をもとに話し合ったり（ジェンダー）、KJ法を使ったワークショップ（働くことについて）なども開いた。

開催日 月1回 第2月曜日 16時～20時（変更あり、お問い合わせください）

コーディネーター：貴戸理恵（関西学院大学助教）

※2012年7月から産休。10月ごろ復帰予定。

事務窓口：山下耕平

連絡先 Tel 06-6946-1507（フォロ）

携帯 090-8481-7979（山下）

E-mail: communitas@foro.jp

呼びかけ文

人が「生きづらい」というとき、それを本人の問題（発達障害、精神障害 etc...）に限定してしまうのは、問題を歪めてしまってます。こんなキツキツの社会で、生きづらくない人なんているのかと思います。しかし一方で、「社会の問題」とばかり言っても、自分の生きづらさが解けるわけではありません。自分の生きづらさ、抱える「問題」からこそ、“自分”を通して見える“社会”があり、そこから関係のあり方を模索することができるのではないのでしょうか。そこには、自分にしか解けない問いがあるのでしょうか。それを「研究」という切り口で、他者と共有していくことができないか。そうした思いから、「生きづらさからの当事者研究会」、通称“づら研”を開いてます。関心のある方、どなたでも、ぜひお問い合わせください。

づら研の作法

- 一、研究は「世のため人のため」ならず。
まずは「自分のため」にすべし。
- 一、生きづらさは自分に閉じこめるべからず、
開いて他者と共有すべし。
- 一、自分にとって痛いことこそ要点なり。
- 一、他者の表出はていねいに扱うべし。
- 一、おためごかしは無用のこと。

づら研、出前します。

要望があれば、行けるメンバーが行けるところに出向きますので、
お声かけください。

規 約

- 第1条 本会は、自分の生きづらさを自分に閉じこめず、研究を通して他者と
問いを共有することを目的とする。
- 第2条 本会の名称を「生きづらさからの当事者研究会」とする。
- 第3条 本会は以下の活動をおこなう。
定例の研究会、会員相互の討論、共同研究、研究成果の発表、シンポ
ジウムなど公開イベント、そのほか研究に必要な活動など。
- 第5条 定例研究会は、毎月第2月曜日、16時～20時に開く。定員をおお
むね10名とする（変更あり、要問い合わせ）。
- 第6条 本会の目的に賛同する人は、誰でも参加できる。
参加費は、フォロ会員は500円、会員外は1000円とする。
- 第7条 事務所は、下記におく。
大阪市中央区船越町 1-5-1 特定非営利活動法人フォロ

づら研レポート

DZURAKEN REPORT

づら研では、基本的に、参加者のレポートをもとに話
し合っている。1年間で7本のレポートがあった。こ
こには、レポートを時系列に、そのまま収載する。

「私」への返還～怒りについて～

2011/06/05 P.N. 野草^{のぐさ}

◎はじめに～なぜ「怒り」なのか？～

今回の私の研究テーマは「怒り」だ。よく「喜怒哀楽」と表現されるように、人間にとって怒りというのは、ごく自然に発生してくる感情のひとつだ。けれども私は、物心ついた時にはすでに、自分の内にある「怒り」には蓋をして、まるでそんな感情は存在しないかのように振舞ってきた。他者の怒りについてはもっと顕著で、老若や男女を問わず、人を怒らせてしまったり、怒りが私に向けられてない場合でも、誰かが大きな声を出したり、怒鳴ったり、キツイ言葉を使っている場面に遭遇すると、頭が真っ白になり、身体が固まってしまう。そして呪文のように繰り返すのだ、「ごめんなさい。おこらないで」と。時には頭の中で何百回と、時には泣きながら一時間ばかりも。日常生活への影響はもちろんあるが、私自身の精神面での安感、何よりも、他者との人間関係において、私は「怒り」に怯える自分にほとんど困りかねている。

今回、づら研への参加をきっかけに、私はこれまでずっと目を逸らし続けてきた「怒り」に対して、自分から目を向けていきたいと思う。

◎いくつかの「なぜ？」～問題定義、問いを立てる～

目を向けていきたいと思う。などとカッコつけては見ても、最終学歴中卒、というか小3から不登校で、中学はおろか小学校すらまともに通っていない私は、レポートなど生まれてこのかた書いたことがない。つまり、流儀がちっとも分からないのだ。そこで、貴戸さんや山下さんから助言を頂いた。大雑把に言えば、まずはテーマに対する問題（問い）を立て、その問いに対してひとつひとつ仮説を立てて検証していくのだと。一つ一つやってみよう。まずは最初の問い。

・問い一、「怒らない」ことによって得られるメリットとは何か？

これは貴戸さんからの投げかけをそのまま自身への問いとしてみた。

貴戸さん曰く「その選択によって、あなたは人生を生き抜いてきた。デメリットばかりでなく、あなた自身にとってのメリットは必ずあるはず」

◎仮説を立てる～問いからの検証～

・問い一に対する仮説

怒らないことによるメリット……。正直それは、私には思ってもみない視点からの指摘だった。ずっと、自分は怒れないことによって損ばかりしてきた、と思っていたからだ。どうしてもデメリットのほうに目が行きがちななか、ここではメリットを考えてみる。

まず大きなメリットは、場の空気を自ら悪くせずに済むということ。

私が怒らなければ、少なくとも自らが火種となって、相手の怒りを誘発せずに済む。それだけではなく、場の空気がケンアクになれば、私は自ら調整役を買ってでる。例えば、わが家のリビングの風景を引き合いに出してみるとする。父は仕事が忙しく、大抵は夜遅くに帰ってくる。その為か父は、家では縦のものを横にすることすら億劫らしい。今まではそんな父の相手はほぼ母が引き受けていたのだけれど、約一年ほど前から母もパートタイムで働き始めた。午後からのパートは帰りが十時を過ぎることもめずらしくなく、母自身も疲れているため、結果仕事から帰ってきた父に以前と同じだけの気をかけることができず、父の機嫌が悪くなる、という状態がたびたび起こるようになった。私はそんな場面に遭遇すると、いてもたってもいられなくなり、父が母に対して求めているサービスを自ら買って出る。一見損をしているように見えるこの構図も、私にとってはメリットのある行動なのだ。まず、母の代わりを務めることにより、父がそれ以上不機嫌になることを防ぐことが出来る。父の機嫌が悪くならないければ、私にとってはそれだけで十分に安心できるのである。それだけではなく、「貴方を怒らせたくない」という服従の意思表示ができ、そのことにより相手の怒りを静めること、もっと言えば相手の怒りの対象から自分を除外させることも行動の目的に含まれている。

人と関わっていれば、ケンアクな空気になどいくらでも遭遇する。私はその度に、できる限りその場の不穏な空気がそれ以上膨らまないよう考えるし、自分がどのように行動すれば他者の怒りを静めることができるのか、そもそも他者を怒らせずに済むのか、絶えず例のように考えて行動している。

ここで、一つの疑問が浮かび上がってくる。

どうしてそこまでして、他者の怒りを恐れているのかと。

この問いに答える前に、私にとっての怒りの「図式」をまず確認しておきたいと思う。

・問い二、「怒ること＝怒鳴ること」の図式は妥当なのか。

私はこれまで、他者のどのような状態を見て、人が「怒っている」と定義してきたのか。

私にとって人が「怒っている」状態とはどのような場合を指すのか。

この問いの答えは至極簡単である。私にとって「怒ること」イコール「怒鳴ること、キツイ言葉を使うこと、大きな声でまくしたてること」がそれに該当する。以上の状態の人を見れば私はその人のことを「怒っている」と定義し、そんな場面に遭遇するたび、心も身体も強張らせてきた。それは私にとってあらためて考えるまでも無い、当たり前の定義だったのだ。

しかしこの定義に、疑問がはさまれる事態が発生した。

きっかけは、コムニタスのメンバーであり、私は最近悩み事があるたび彼女に相談し、その度に誠実に話を聞いてくれる年上の女性、Aさんの一言だ。彼女はこう言う。「私から見て、野田さんはちゃんと怒っているように見えるよ。あなたにとって怒ること＝怒鳴ること、キツイ言葉を使うこと。だと思ってない？それは怒りの表現方法のひとつであって、怒鳴らなくても、キツイ言葉を使わなくても、相手に怒りを表明することは出来るよ」

私にとってはまさに、目からウロコの一言だった。しかし実際、彼女は言葉だけでなく、態度としてもその考えを実践している。その場面に私も遭遇した。Aさんはとても静かに、声を荒げることも無く淡々と「私、いま怒っています」とその理由を説明し始めたのだ。私は「あれ？ いまAさん怒ってるの？ほんとに？」と信じられない気持ちでAさんの顔を盗み見た。その言葉と態度は、私にとって長年「あたりまえ」だった「怒り」について、あらためて考えさせられる大きなきっかけになった。

・問い二に対する仮説

同じ「怒り」という感情に対して、しかし私とAさんは全く違う印象を持っていた。私にとっての「あたりまえ」がぐらぐら揺れる。そもそも、いつから私は「怒ること＝怒鳴ること」をあたりまえだと思うようになったのだろう…。

考えても考えても、言葉にならない、もやもやとした思い。私の研究は一旦ここで手詰まりになった。パズルのピースのように、色んな思いや考えが頭のなかに散らかっている。だけど繋がらない。言葉にならない。もどかしい。

ままならない思いや考えを、そのまま山下さんに伝えてみた。私の話を、いつものように少し俯いて、山下さんは聞いていてくれた。そして顔を上げて、ぽつりと一言。

「怒りには種類があるんじゃないかな。ひとつには自覚的な怒りと、もうひとつには無自覚な怒り。例えば、Aさんのように冷静に自分の怒りを他者に伝えること。あれは、怒りに対して自覚的でなければ出来ないよね」

その一言が、私にとって自分の気持ちをなぞる大きな後押しになった。考えてもみなかった視点から、自分を俯瞰してみる。私にとって「怒り」は全て無自覚なものだった。ずっとみないように、蓋をしてきたものなのだ。自覚的であれるはずがない。つまり、問い二に対する仮説はこうだ。

「怒ること＝怒鳴ること」の図式は、私が怒りに対して無自覚であった場合にのみなりたつ図式である。そこで、あえて自覚的に私は「怒り」について考えてみた。そうすると、今まで繋がらなかったピースがどんどん繋がっていくのを感じた。私が、私を確認していく。

・問い三、どのようにして「怒り」に怯える私、「怒ってはいけない私」ができあがっていったのか。

もっとも根本的な問い。どのような理由から「怒り」に蓋をする私が生まれたのか。

その目的とはなにか。

ここで、私はあえて問いの形を変えてみた。

問い二までは「何故」としてきた問いを「どのようにして」というかたちに置き換えたのだ。この置き換えにも、目的がある。

当事者研究を始めるにあたって、私は自分にひとつルールをつくった。それは「不登校であったことや、過去に起こった自分にとって辛い出来事、いわゆるトラウマのようなものを、結論として使用しないこと」である。

今までも怒りに限らず、自分にとってうまくいかないことや、ままならないことがあれば、私は自分自身に「何故」と問うてきた。そこでもっとも多用される答えは、「私は学校に行っていなかったから」と、「過去にあのような辛い出来事があったから」の二つだ。だけどそれでは、それ以上に問いを進めることが出来ない。「答え」は「理由」に、もっといってしまえば「言い訳」で終わってしまうのだ。

もちろん、私にとって学校に通わなかったことや、過去に体験した辛い出来事は私自身をかたちづくる上で大きな関わりや関係があると思う。だけど、今回私が取り組んでいる研究は、共有することを目的としているのだ。自身の問いを、それだけで終わらず、共有される問いとするにはどうすればいいのか。ここでも、山下さんから助言をもらった。

「問いの立て方は二つある。ひとつは Why(何故)、もうひとつは How(どのようにして)、この二つを使い分けてみたらどうだろう」

私の印象では Why(何故) はどちらかというと閉じられた問いで、How(どのようにして) は開かれた問いであるように感じた。そこで、もっとも根本的な問い三に対しては、根本的であるが故あえて、How(どのようにして) を採用することにした。

・問い三に対する仮説

これまでの問い、仮説を経て、私にはひとつの私の姿がみえてきた。

それは、「怒り」だけに留まらず、「他者の感情に対して受動的な私」の姿である。私はこれまで、自分の態度や、時には感情までもを、相手の態度や感情をみて、その姿に「ふさわしい」形で決定してこなかったか。私にとって感情とは、自他を問わず「コントロールするもの」ではなかったか。

私自身、このレポートを書くことでみえてきた自分自身への疑問がいくつかある。私にとっては自分の身を守るための行動が、他者からのコントロールを誘発するばかりか、私自身も、他者へのコントロールを行っていなかったか、という疑問もそのひとつだ。相手の支配下に入ること、相手への服従の意思表示をする。他者から望まれた役割を演じることによって、他者からの怒りを買わないようにする。それらは私にとっては、「怒り」から自分を守るための行動だった。しかしその行動には、他者の怒りを操作、もっと言ってしまえばコントロールしようとする意図がなかったか。

他者の「怒り」が、(私から見て) 私に対する積極的なコントロールであるとすれば、私の「怒らない」という選択は、私が「怒らない」ことにより、相手を「怒らせない」ことを目的とした、消極的なコントロールに他ならないのではないか。不毛な「感情への支配ごっこ」に知らず知らず自ら参加していたのではないか。私自身が、自分の感情に対する責任を放棄してきたのではないか。怒りを恐れるあまり、相手の望む役割を演じることによって、自分の選択や感情を相手にゆだねてしまっていたのではないか。結果、相手からの支配を誘発することになっても、自分で決めなくていいし、自分で考えなくて済むのだ。相手に合わせてさえいれば、悪いことは全て相手のせいに来れる。私は常に被害者でいられる。被害者である自分が「あたりまえ」であるからこそ、「怒り」に対して過剰に反応する私ができあがっていったのではないのか。

◎そして、これから～今後の課題～

だけでもう、私は被害者でいたくはないのだ。

「私さえ我慢すれば丸く収まる」反射的にそうってしまう。そういう役割を求められる力学や土壌があり、そのように振舞わなければ、という圧力が確かに存在する。私個人の問題、と言い切ってしまうには根が深すぎる。

けれど、その圧力に抗いたいのだ。

どだい、「私さえ我慢すれば」なんて、関係において相手にも私自身にも失礼じゃないか。快・不快といった原始的な感情や、よい・わるいといった判断基準。相手にあずけてきた選択や感情を、自分に返してやりたいのだ。今までずっと、「じゃあどうすればいいんだ」と考えてきた「～するべき」という判断基準から出られなかった。そうではなくて、「どうしたいのか」を基準に考えていきたいのだ。相手の顔色をみて、「～するべき」ではなく、私は「どうしたいのか」。

もう、怒ってもいいのだ。怖くても、怒られてもいいのだ。自分に対して、そう言ってあげたい。

「私」はいま、どうしたいのか。自分自身に問い続けていきたいのだ。

「伝わらない」から「差し出す」へ

2011/07/03 森下 裕隆

はじめに：ぼくにとって「伝わらなさ」とは

ぼくは自分の研究テーマとして、「言葉が伝わらない」ことに対するいらだちやさみしさ、を考えてみることにした。言葉が伝わらない、と言っても、文字どおりの意味で「言っていることが相手に理解されない」ということは、実はほとんどないように思う。むしろ、自分がその言葉を使って伝えたかった実感や手ざわりが、相手に伝わるまでに色褪せてしまうような感覚を持つことがよくある。相手はその色褪せた言葉から、ぼくが持っているものとは異なった印象を受け、それをぼくにフィードバックする。そのときに生じるズレが、ぼくのなかで「言葉が伝わらない」という想いになるのだ。

この想いは、つねにいらだちやさみしさを伴うように思う。このいらだちという感情はやっかいなもので、水に黒いインクをこぼすように、簡単に心を覆い尽くしてしまう。そういうときのぼくは、何もせずに黙っていても、ずいぶん不穏な空気を発しているようだ。ときにはいらだちが表に出て、きつい言葉やふるまいを誰かにぶつけてしまうこともある。

いらだちと同時にさみしさも沸き上がってくる。逃げ水のように、どれだけ近づいていってもたどりつけない、ひととのつながりを考えると、徒労感でほんとうに体が動かなくなることもある。

生きづらさを「分析」する

ここで、ぼくは次の仮説を立ててみることにした。

仮説①：「言葉が伝わらない」ことと「いらだち・さみしさ」は別々に考えたほうがいいのか？

今まで自分のなかで、「言葉が伝わらない」→「いらだち・さみしい」という流れがあまりに当然なことになっていて、この二つをあえて分けて考えてみるのがなかった、ということに思い至り、ならば逆の視点から考えてみよう、と思い、このような仮説を立てた。

ずっと密着していたこの二つを切り離すことで、少しずつでも何かが見えてきそうな気がする。とりあえず、仮説①を措定（そてい・問いを正しいものと

見なして論を進めること）して、「言葉が伝わらない」ことと「いらだち・さみしさ」について、それぞれ考察してみようと思う。

言葉の食いちがい？

まず、なぜ「言葉が伝わらない」のかという問いについて。

ずっと以前からあるこの感覚について、またひとつ仮説を立ててみることにする。

仮説②：ぼくの使っている言葉は、ほかのひとのものと種類がちがっているのではないのか？

思っていることそのものよりも、それを表現するために使っている言葉が食いちがっているから、想いが伝わらないのではないか……。この仮説を詳しく検証していこう。

ぼくは思想や哲学の本を読むのが好きだ。それらの本から得た言葉を使って、自分のかかえている問題を考えやすくなった、とも思っている。しかしぼくが通っている若者の居場所、コムニタス・フォロのなかには、あまりそういった言葉に興味を持っているひとはいないようだ。それぞれに生きづらさをかかえたひとたちが集まってくる場所だから、それぞれが持っている言葉を使って、生きづらさについて語り合うこともよくあるのだが、そういうときに誰かが表出した生きづらさに対して、ぼくが自分の言葉で語ると、その言葉が相手にうまく伝わらないことが多いのだ。

もちろん相手の言葉をまちがって受けとっていることもあるだろう。しかし考えや想いには通じるところがあるのに、使う言葉がちがっているためにコミュニケーションのレベルでは通じ合えない、と感じることがよくあるのだ。

「なんだかむずかしい／よくわからない話をしてますね」という言葉やまなざしから、ぼくはいつも自分の言葉が相手にとって「わたしとは関係のないもの」にされてしまうくやしさを感じる。このことは「いらだち・さみしさ」を検証する際にふれるつもりだから、ここでは深く述べない。

注意してほしいのだが、ぼくは、自分が使っているような言葉をほかのひとにも使うべきだ、と言っているのではない。自分の持っている言葉が自分の生きづらさを読み解くうえでとても便利なツール（道具）になっているのに、それをほかのひとたちに使ってもらえないのは残念だしさみしい、ということなのだ。

言葉よりも大事な「何か」

いま、ぼくは「言葉はツールである」と書いた。これはあたりまえのようだが、意外に大事なこともかもしれない。言葉が何かを伝えるための道具なのだとしたら、ほんとうに重要なのは言葉よりもむしろ、「何か」を伝えるということのほうなのではないか？ だとすれば、「使っている言葉の種類のちがい」も「伝わらなさ」の本質とは別のところにあるのではないか？ どうやら仮説②は部分的には否定されたようだ。現実のコミュニケーションの場において、言葉の種類のちがいによって意志の疎通がむずかしいことは確かにある。しかしそれは、いまぼくが考えている問いからすれば、周辺的なものだったようだ。

では、次は伝わらない／伝えたいと思っている「何か」について考えていこう。

とはいえ、「何か」では漠然としすぎている。しかし、この「何か」にもっともらしい名前をつけてしまうことに、ぼくはためらいを感じた。

そこで、この「何か」についての問いはしばらく置き、なぜ「いらだち・さみしい」のか、という次の問いに移りたいと思う。同じ研究テーマの別の側面を考察することで、見えてくるものがあるかもしれないからだ。

疎外感：二つのベクトル

ここでまたひとつ仮説を立ててみる。

仮説③：いらだちやさみしさは、いずれも疎外感の表れではないか？

同じ疎外感でも、ひとに向かった場合はいらだちに、自分に向かった場合はさみしさになるのかもしれない、ということだ。

これには説明が必要だろう。

ぼくは、誰かに対して言葉が伝わらない、と感じたとき、もしその言葉が相手の心に突き刺さるようなものであったなら、何かがつながるかもしれない、という想いを持つことがある。せめて違和感であっても何か感じてくれれば、そこから対話が始まるのではないかと……。しかしそんなことは起こらず、ぼくは相手に対して強いいらだちを感じるのだ。

一方、同じような疎外感を感じていても、自分のほうから身を引いてしまうこともある。そんなとき、先に述べたように、相手にとっても、もしくはつながりの場にとって、自分が「関係のないもの」になってしまったようなさみしさを感じる。

いずれにしろ、こういった感情が表れることで、ぼくにとって現実のつながりは遠いものと感じられてしまう。今までのひととの関わりのなかでも、いらだちやさみしさをコントロールしていくことに多くのエネルギーを費やしてきたように思う。

では、これらの感情の源である「疎外感」とはどんなものなのだろうか？

疎外感の奥には……

ぼくは、ずっと昔から、ひととのつながりについて、すごくがんばって維持していくもの、というイメージを持っていた。ひととのつながりに必死にしがみついて、がんばればがんばるほど徒労感は増していき、それが自分の許容値を超えたとき、それまでの関係をぜんぶ断ち切ってしまう、ということは何度もくり返してきた。人間関係とは、ぼくにとってそもそもそういうものなのだ、と自分なりに納得しているつもりだった。しかし、コムニタス・フォロに関わり、「自分」を表出したコミュニケーションをとるようになって、ひととのつながりをもう少し自分に近いもの、じっくりくるもの、として感じられるようになった。また、そのなかで複数のひとから、森下さんは自分を伝えることに臆病なのではないか、という言葉ももらった。

「差し出す」というつながりかた

ここでぼくの脳裡に「差し出す」という言葉が浮かんできた。つまり、誰かとつながりを持ちたいと思ったとき、相手に受けいれられても、そうでなくても、とにかく自分のなかにあるものを「差し出す」ということだ。これができていなかったから、いままでぼくにとって、ひととのつながりは遠いものだったのかもしれない、と……。

このことは、保留していた問い（伝わらない／伝えたいと思っている「何か」について）に対する間接的な答えにもなっているかもしれない。「言葉」にしろ「気持ち」にしろ、「何か」よりも、むしろ伝える $\geq$ 差し出すことに重点があるのではないかと？

現実的な関係のなかで疎外したり／されたりすることはどうしようもなくある。しかし自分を「差し出す」ことで、自分のなかにある疎外感と向き合うことはできるのではないかと？

終わりに：「伝わらない」を突き放す

ただ、自分を差し出す、ということにぼくがどこまで実感を持てているかというと、正直なところ自信はない。結局は誰かに／どこかに受けいれてもらわなければ生きてはいけないだろうし、人からよく思われたい、きらわれたくない、という欲もある。

しかし、理解されなくても受けいれられなくてもいい、ただ自分を差し出すのだ、というつながりのあり方を知ったことで、「言葉が伝わらない」ことに対する違和感は少しずつ小さくなっていっているように思う。

ぼくはいままで、「伝わらない」という感覚に捕らわれて自分の世界をずいぶん狭くしてしまっていたのかもしれない。自分の言葉にばかり気をとられ、ほかのひとたちの言葉や想いを聴き逃してしまったことも多かっただろう。そんな、儚くて、でも大事なものに耳をすましていれば、伝わるかどうか、なんてことは次第にどうでもよくなっていくのかもしれない。

時間について

2011/08/01 藤居 和也

「づら研」ということで、自分の生きづらさをかんがえたときに、真っ先に思いついたのが時間のことだったので、そのことについて考えてみようと思います。

生きづらいことが時間とはどういうことかということ、時間がしっくりこないということです。なぜしっくりこないかということ話をするには自分の歴史を話さないで説明つかないので簡単に話します。

小・中学校と地元の学校に通いました。時間について意識し始めたのは高校受験の時です。当時自分は割と勉強ができるほうで、高校受験で頑張っている学校へ行こうと思っていました。放課後は塾へ行き夜遅くまで勉強をして、朝は眠い目をこすって学校へ行き、無駄な授業は睡眠時間に充てたり自習に充てたりして受験勉強を進めました。時間を有効に使おうと思いました。勉強はやればやるだけ成績上がったし、受験までの残り少ない時間を有効に使うことが大事だと考えました。時間は無駄にしていけないと思いました。

高校へ入学してすぐ、自分は勉強する意味が分からなくなりました。高校へ行くために勉強して、次はたぶん大学へ行くために勉強して、そのあと自分はどうしたいのかを考えたときに特に何もないことに気づきました。勉強にも飽きました。学校をサボりがちになりました。不登校になり引きこもるようになりました。

その頃出会ったのが山田詠美の「ぼくは勉強ができない」という小説です。その中で、主人公の時田秀美くんの同級生が自殺してしまう話があり、自殺した理由が「人間はもともと25時間毎に生活するようになっていて、24時間の生活に適応して生きている。普通のひとは意識せずに24時間に適応できるけど、自分は残りの1時間を常に意識しないといけない。それが辛い。」(だいたいそんなかんじ)というものでした。

引きこもってる間は時間が沢山あります。学校へ行かないから朝起きなくてもいい、夜寝なくてもいい、規則正しく生活する必要なんてありません。適応させるべき時間がなくなると、生活のリズムは不規則になりました。昼夜逆転。

その後、専門学校を出て就職。調理師の業界に入りました。

調理師の仕事は朝 8 時から深夜 1 時まで働くような長時間労働で、でも給料は月給で一律で、これならアルバイトで時給として働くほうがいいなあと思いました。社員という形で時間を売るより、アルバイトとして時間を売る方がたくさんお金がもらえました。調理師として働いてる時はいつも「自分の時間が欲しいなあ」と思っていました。半年で辞めました。

現在はニートです。ニートなので時間はたくさんあります。いや、「自分が自由に過ごせる時間がたくさんあります」というかんじです。

でも、大量の自由時間を手に入れてうろたえてしまう自分が居ます。どう過ごしたらいいのだろう？どう過ごすべきなのだろう？そんな風に考えているとすぐに時間は過ぎ去っていきます。ああまた今日も無駄に時間を過ごしてしまったな、もったいなかったな、なんて思ったりしてしまいます。

そんなことを考える必要はないのだと思います。時間は好きに過ごせばいいのであって、無為に過ごしたからといって無駄だと考える必要は無いのだと思います。

自分は「人生暇つぶし」だと思っています。

引きこもって鬱々と毎日を過ごしていた時期に、いつも死ぬことだけを考えて過ごしました。来月までに死のう、来年までには死のう、そんな風に考えて過ごしました。でも結局死ねませんでした。死ぬのはなかなか大変だなと実感しました。それから「死ねないのだから死ぬまで生きるしかない」と考えるようになりました。死ぬまで生きるしかないとしたら、どういう風に日々を過ごすかと自由だと考えるようになりました。そう考えると少し気が楽になったような気がします。

「時間を有意義に過ごす」だとか「時間がもったいない」という考え方は生きづらいように思います。そういう考え方はきっと他人の価値観に時間を適応させることだと思うのです。

高校受験のとき、時間は進学のためにありました。

働いているとき、時間はお金のためにありました。

進学やお金はそんなに大切なことだったのでしょうか。自分にはよく分かりません。よく分からないけど、今でもその価値観に縛られて時間を過ごすことが不自由に感じるがよくあります。

自分の生きづらは時間です。

「ぼくは勉強ができない」の登場人物が 24 時間の生活に自分を適応することができずに自殺してしまったように、時間を自分の価値観で過ごせないことは苦しい。時間は 25 時間であってもいいはずですよ。死ぬまで生きるだけ。

現時点で、自分はそんな風に考えています。

皆さんはどう思いますか？

寂しさからの解放を求めて

2011/11/07 如月 百合

・はじめに

今回私が発表するにあたって、前回のづら研でNさんに、「私のことをもう少し詳しく聞いてみたい」（というニュアンスだったでしょうか）とおっしゃって頂きました。嬉しくも、少し迷ってしまいました。自分のことを話すのが怖かったのもありますし、私は、自分が抱えている生きづらさを、いまだ上手く表面化できずにいます。そう思っているところに、山下さんから「それは「むなしさ」なんじゃないかな」、と言われました。

私はずっと、何かしらの「寂しさ」や「悲しみ」を心に抱えてきました。それをさりと、「むなしさ」という別の言葉で言い当てられ、同時に、私の心の奥底にあるもの、生きづらくしているのはその「むなしさ」、つまり「虚無感」を抱えているからなのだろうか、とも思いました。

家族もいるし、友人もいる、なのに何故いつもさみしいんだろう……。そう思い、何か手がかりになるようなものはないかと、過去つけていた日記帳を開いてみました。私は感情を表すのが苦手で、その代わりによく日記に感情を書き表しています。

今回私が発表することになった時、初めは「生きづらいな」、と思ったキーワードだけ表出して、みなさんとお話できたらな、と考えていたのですが、日記を読んでいくうちに、過去の自分に手助けしてもらいたいかもしれない、と思うようになりました。

ここから少し、「生きづらさ」を感じた日に書いた、過去の日記を載せようかと思います。これはかえって自分の心の傷口を広げるようなものかもしれませんが……。けれど少しでも、自分の中で感じている「寂しさ」の糸口をつかみ取れたら、と思います。

・2006年～現在

「最近気分が落ち込むことが多い……。憂うつとする。誰と一緒にいても……。でもさみしい。誰かといたい。抱きしめて、「大丈夫だよ」と言ってほしい。近頃ずっとこんな調子。どうしたんだろう。何をしても、そんな気分がまとわりついて、離れない。私は中学校の頃のように、もう一人ぼっちじゃないのに。どうしたらあの子をなぐさめてあげられるんだろう……。」

「また不安になって眠れなかった。不安って、どこからくるんだろう。不安なときは、どこまでもマイナス思考になってしまう。私なんか、いなくてもいいんじゃないかと思う。そうじゃないときは、何でもできそうな気がするのに。どうして私はこんなに不器用なのだろう……。」

昨日の晩、友達と天王寺にて。ますます綺麗になっている気がする。友達は、「社会人になってからのほうが自由に感じる」と言っていた。忙しいほうが、そのストレスをはらそうと休日に遊ぶものなのかもしれない。彼女に会うとどうしても劣等感を感じてしまう。」

「今日、住道中学校に行ってきた。5時間目の授業を使わせてもらい、自分が中学校に行ってなかった頃のこと、何を考え、疑問に思っていたか、という話しをした。校長先生にも会ったのだけれど、「私たちが子どもたちのためによかれと思い、やっていることが、もしかしたらそうではないのかもしれない」と言っていた。どの教育現場でもそう感じる、こと、あるだろうな……。」

その言葉を聞いたとき、「私の背後には「学校」がある。あの記憶からはずっと逃れられないんだろうな。それは一生続くのかもしれないし、先生のあの、「心配しているよ、君をずっと」という視線は変わらず、つきまとうのだろうな」と感じた。それを思うと、私はまだ「子ども」の側から中学校や先生を見ているのかもしれない。トラウマというのか……。まだ根がふかそう。」

「最近、やっと就職についてななめから見えるようになってきた。」

来年は就職しているのかもしれないし、何もしていないかもしれない。図書館で働いているのかもしれないし、何か別のアルバイトをしているのかもしれない。可能性は色々ある、という考えができるようになった。それが素直に、嬉しい。ただ大学4回生の就活って、すさまじいものがある。内定取れなければ人生終わりだ、みたいな……。」

「フリースクールと、大学を行き来している中で、どこか戸惑っている自分がいる。社会では働くのが当たり前になっている。学校に行くのが当たり前だったように。でも世間の認識では、不登校は「逃げ」だった……。「就活していません」って言うと、それも「逃げ」だと思われてしまう。

社会のレールにのって物事を見ている私と、でも私はそうじゃない目も持っている、だからこんなにも戸惑ってしまうんだろうか……。」

「考える、ということ。あの人は何故こういうことをするのか、友人関係はもちろん、人はどうして生きるのか、働くのか、そういったことが疑問でしかない。友達に言わせると、そう考える人のほうが少ない、と言われてしまった。私は考えすぎだと。疑問に持つことは悪いことじゃないし、むしろそこから何か生まれることが多いのではないか。……でもいちいち考えていると身がもたないし、自分の中で上手く線を引けるようにしないと傷つくことのほうが多いように思う。

考えるのをやめたいと思う。でもそう考えるのを、考えてしまっている。傷つきやすい、損な性格だな、と思ってしまう……。」

「仕事はなんとか続いている。体重が5キロも落ちてしまった。お母さんはいつ辞めてもいいのよ、と言ってくれている。この間カウンターでまごついていると、利用者の方に「これだから女は」と怒鳴られてしまった。思わず泣いてしまう。館長や周りの職員さんに迷惑かけてしまった。情けない……。もう働き出して何ヶ月かたつのに、いまだにカウンターに立つのが怖い……。」

「最近、不登校の頃に戻ったような気がしている。ただ、あの頃と違うのは、義務教育というか……。小学・中学・高校というしかれたものがないことだ。あの頃はそれが嫌でたまらなかったのだが、今はない。自由といってもいい。

契約がおわって、無職になった今、何を強制されることもなく、何時に寝ても起きて何にも言われない、こんな状況で何をストレスに思うことがあるの、と思うのが当たり前だろうか……。

自由って、何だろう。その使い方がわからない分、かえってつらく感じる。これをしろ、と言われたほうが楽なのかもしれない。」

「昨日……。ひどかった。なんだかととても悲しくて。「悲しい悲しい」って思いながら、泣きながら寝た。どうして、人生はすばらしいものだ、なんて思えるんだろう？ 生きているのがつらい。泣きそうになってくる。みんなどうして生きていられるんだろう。私、生きている価値あるの？ ……苦しくてしょうがない。」

・何故いつも「寂しさ」を感じるのか

家庭内で引越しが多かったのも、その一因としてあるのかもしれませんが。ど

うせ仲良くしても、いずれまた別れてしまう、だったら人と距離をおいておこう、という想いが、幼い頃から意識はなくとも、どこかであったと思います。いつも自分を俯瞰し、相手に誤解されたくないあまり、思っていることを感情に出さず、常に「いい子」でいよう、という想いが。

日記を読んでいると、いかに自分が一般的な価値観とに悩んでいるか、改めて感じます。時折会う友達には「働け」と、心配まじりに言われることがあります。それが有難くも感じるのですが、あまりに多数派で普通の意見であり、私はその度に心が痛くなります。どうしてもわかりあえない、世間とのギャップに。

今回「寂しさ」について考えたとき、思い浮かんだことがありました。それは「肉体的に感じる寂しさ」と、「精神的な寂しさ」でした。

家に帰ったら出迎えてくれる家族がいる、私が家に閉じこもりがちなのを心配してくれる友達もいる、それを考えると、私は決して、孤独ではありません。私は肉体的には、あまりさみしさを感じていない、はずなのです。

私は、人と人とはどこかで理解しきれない一線があって、だからこそ、相手のことをわかりたいと想い、感情を共有しあって、そこから関係が継続していくものだと思っていました。

けれどそれとは別の想いもはたらき、「この人とは価値観が合わないな」と感じたら、私は見えない「壁」のようなものをつくってしまい、その人とは自分から距離をおいてしまいます。ゆえに孤独感がまして、さみしさが私を覆いつくします。私は自分で精神的に、さみしさを生んでいるのではないのでしょうか……。

けれどそんな状況を変えない限り、私が感じる「寂しさ」は、このまま増えるだけだとも思うのです。相手のことをわかりたいという想いと、自分のことを共感してほしいという想い、この気持ちを大事にして、まずは自分から心を開き、人との関係がたもてたら、私の「寂しさ」は少し、減るのでは、と……思います。

受身ではなく、自分から能動的にいかないと、私はいつまでたっても、むなしさを抱えたまま、「寂しさ」から抜け出せない、そんな気がするのです。

(……次の文章は、私が大学4回生の頃に学内雑誌に投稿したエッセイです。これを読み返すたび、私は昔も今も、考え方が変わっていないままなのだな、と感じてしまいます。)

「哀色の風船」

幼い頃、私はロボットになりたかった。感情がなく、ただ人の言うことを聞けばよい従順なロボットに。哀しむことも怒ることも、泣くこともない。その方が生きて行きやすいに決まっていると、ただ単純にそう思っていた。しかしいつの日か、人間には心があり、ロボットにはなれないと知った時、それがとても哀しかったのを覚えている。

親の都合で引っ越しを数回繰り返した。私は学校嫌いになり、中学校二年生の秋に学校に行かなくなった。それからもう二度と、その中学校には行っていない。

そのせいなのかどうかかわからないが、よく学校にいた頃の夢をみる。ある時、私はバスに乗っていて、多分臨海合宿に行く途中だったのだろう。決められた座席に座られ、私は縮こまっている。ふと窓から外を見ると、クラスメイトの母親がみんなに手を振っていた。私は、「助けて!助けて!」と必至に助けを求めているのに、母親はいつまでも笑顔で手を振り続けている……。そこでハッと目を覚まし、ああよかった、私はちゃんとここにいるじゃない、と安心させたりする。そして中学生の頃、朝私を起こそうとする母親のノックの音が恐ろしかったのをありありと思い出す。コンコン、コンコン、と胸の奥が叩かれたように苦しくなり、まだ私は平気になれないのかな、と少し切なくなる。

実際、私は考えすぎる、とよく言われる。

どうして人は死ぬのか、生きるのか、どのような理由があって傷付けあうのか、疑問でしようがなく、同時に指摘された哀しみが心を満たす。そんな時は決まって、幼い頃、親にねだって買ってもらった風船がふとした拍子に手から離れてしまい、無くしてしまった記憶が心をよぎる。人の手から離れ、「独りぼっち」になってしまった風船が空に舞い上がり……。それを見て私はとても恐くなり、哀しくなった。あの風船は自由になったと感じ、それは永遠に孤独を意

味するものと、無意識に感じ取っていた。

自由になりたいと思う。しかし孤独にはなりたくないと思う。それは矛盾した気持ちだが、時々、そういった哀しみがそこそこに降り積もり、私の身体を支配する。生きているのが辛いと感じてしまう。

だが、なんて言うことのない人の優しさや笑顔にふと触れたとき、まだ大丈夫だと思える瞬間がある。そんな時、私は決まって中学生の頃の自分に手を振り、こんな世界も悪くないよ、と笑いかける。もう一人の私は今まで無表情だったのだが、最近は笑い顔でなくとも、多少は表情をまじえ、返事を返してくれるようになった。それを見ると私は、なんともほろ苦いような、それでいて嬉しくてしょうがないような気持ちにとらわれる。これからも、もう一人の私を満開の笑顔にするまで、私は笑顔を探し続けなければならないのだろう。

それは、きっと、易しくはないが、悪くない旅だろう。

「承認」と「依存」

2012/2/20 津路 鳴鳥木

自分自身の「生きづらさ」は何なのだろうか？と考えている時、「恋人が出来た事のない生きづらさ」なのかなと思いました。「恋人が出来た事のない生きづらさ」＝「恋人から承認されたことのない生きづらさ」と自分の中で定義し「承認」が今回の自分の中の1つのテーマです。まず最初に恋人がいない自分自身の気持ちを文章にしてみました。

自分は今年で24歳になるのですが、今まで1度も恋人が出来たことがなく、友達に恋人が出来たりすると羨ましく思っていました。「いいなあ、僕も恋人が欲しいな」という思いが常にあり、アルバイトをしたり、服装を変えてみたり、そういった類の本を読んでみたりしていた時期もありました。街中で恋人同士が2人肩を並べて歩いていると、「羨ましい」という思いと、何故か「怖い」という思いが自分の中に出てきました。その時は何故「怖い」という感情が出てくるのか分からなかったのですが、昨日のづら研で「承認」というキーワードが出てきてから、恋人同士を見ると「怖い」という感情がでてる、自分自身の気持ちが少し分かったような気がします。

「人と人とが交わる時、何か中心になるものが存在し、人は交わっているのではないのだろうか？」例えば、づら研の場合は「生きづらさ」で、大学の場合は「勉強」で、仕事場の場合は「お金」ではないだろうか？友達なら「友情」で恋人なら「愛」によって結びついている。この結びつき方が、友達と、恋人の場合に「承認」という行為が必要になってくる。友達の場合は比較的緩やかな「承認」で済むのだが、恋人の場合、友達以上のより多くの「承認」を必要とします。なぜなら、友達は多数存在しても構わないが、恋人の場合、自分にとっての1番大事な存在になり、1人しか存在しないからです。自分は恋人からの「承認」を得られたことが1度もありません。この「承認」を得られない状況が自分自身の中で「怖い」という思いを作り出しているのではないのだろうか？

貴戸さんがづら研で、「ホステスはその人にとってのお母さん代わり」という事を言っていました。自分自身も恋人に求めているものは、「母親像」だな

と思います。自分自身もひたすらに母親から「愛」が欲しく、母親のいう事をよく聞きました。常に「いい子」でいようと思い、母親が言うように勉強も頑張ってやってきました。頑張れば頑張っただけ、「愛」がもらえるのだろうと思いました。自分の中の頑張りはテストの点数の数字に変換され、点数を上げる事にのみ興味がありました。確かにテストの点数が上がれば母親はほめてくれます。しかし、点数が下がればほめてくれません。常に頑張りを続けなければ母親から「愛」はもらえず、点数によってのみ自分自身が計られているような感覚に耐え続ける事は出来ませんでした。僕はありのままの自分を受け入れてほしく、ありのままの自分自身に母親から「愛」が欲しかったんだなと思いました。

体の具合を崩し、病院に通院するようになり、自分は母親にあたるようになりました。「あれだけ頑張って勉強してきたのに何故今はこんな状況なんだ」という事をその時は言い続けてきたのですが、今にして思えば「あれだけ頑張っただけ勉強してきたのに何故愛をくれないんだ」という思いがあったんだなと思います。勉強ができないと知った母親は何とか自分を社会復帰させようと「仕事」をする事を勧めてきました。「勉強」の次は「仕事」をすることによって母親から「愛」を受取る事が出来ると思いました。しかし、自分自身「仕事」も「勉強」もすることもなく、母親からの「愛」そのものを拒否し、母親ではない別の女性、恋人に「愛」を求めだしました。しかし、恋人はできませんでした。

母親、恋人その両方から「承認」は得られない自分自身に価値はないと思いました。自分は自分自身の事を好きと「承認」してくれる「母親像」を持ち、「愛」を与えてくれる恋人なら誰でも構わないのだろうなと思いました。自分が求めていたのは「恋愛」ではなく、ただの「依存」だったのです。母親に求めていた「愛」は得られないと分かったと、次第に「憎しみ」に変わっていきました。今では母親を攻撃すること自体が目的になり、その行為自体が自分自身の快感になりました。母親を攻撃すればするほど気持ちがいいのです。自分自身「おかしい」「狂っている」と分かっているのだが止められない。自分自身に価値を見出したりする事ができない。

何故自分には恋人が出来ないのだろうか？服装がダメなのだろうか？自分なりに服装にも気を使ってみた。話し方がダメなのだろうか？自分より口下手な友達にも恋人がいる。仕事をしていないからなのだろうか？自分自身仕事をし

ていた時期もあり、仕事をしていない友達でも恋人がいる友達がいる。とどのつまり、「服装」でも「会話」でも「お金」でもなく、自分自身が女性に求めているものが、一方的な「愛」で、「依存」したいがために恋人が欲しいというような自分自身の考え方に問題があるのではないのだろうか？

では世間の恋人達が恋人に求める事は一体何なのだろうか？「愛」によって結びついているのだが、何故、「愛」によって結びつく必要があるのだろうか？この文章を書いていて思ったことが1つあり、僕自身の生きづらさは「愛を求めているが、愛をもらえず、愛のもらい方が分からず、しかし世間では愛は素晴らしいという。その素晴らしい愛というものが分からない」これが自分自身の生きづらさなのかなと思いました。

「何故恋人が欲しいのか？」

づら研メンバーのみやすけ君が「今の津路君にとって恋人というものが聖母マリア的な存在」「精神的な崩壊から身を護るための支え棒になっている」と発言していました。恋人に求めているものが「母性」や「自分の自尊心を保つための道具」だったのだらうと思いました。今の自分の気持ちを簡単に書いてみると「自分は自分の事を好きでないのに、あなたは自分でさえ嫌いな自分が好きなの？じゃあ僕も自分を好きでいるあなたが好きです。」「自分で自分の事が好きでないから自分を好きな相手の事を好きになる」みたいな、、とどのつまり、自分の事を好きになってくれる人なら誰でも良かったんだらうなと思いました。

づら研の女性チームの中からも「よしよししてもらうための道具として利用されている気がする」という話がありました。づら研のアドバイザーの貴戸さんは、恋愛は「他者（＝自分の理解を超えた者）との関係で「自分がこうあってほしい相手」との関係は、相手を自分のイメージに閉じ込めていることになってしまうから、それは恋愛というより人形遊びに近くなってしまうと思うと発言していました。現在の自分自身の境遇や満たされない想い、欲求不満や「与えられるだけの恋愛」というものに自分自身「依存」したいなという気持ち。「自分自身を受け入れてくれる誰か」を求め続けた結果が今の状態なのだらうなと思いました。

「依存的な恋愛関係」

「自分の自尊心を保つための道具」としての恋愛や人間関係。それは恋愛ではなく「依存」だと思う。しかし、人間は生きていくために「承認」が必要だとも思う。人間の「自尊心」は他者からの「承認」によって成り立っているのかもしれない。「承認」という行為にも様々な「承認」が存在し、「1人称・2人称・3人称」の「承認」が存在すると思う。「1人称の承認」が自分自身からの「承認」で「2人称の承認」が家族や恋人からの「承認」で「3人称の承認」が友達や集団からの「承認」

です。「1人称・2人称・3人称」のどれからでも「承認」が必要で、どれかが欠如すると人間として上手く機能しないのかもしれない。

だから「サプリメント」のような「ウソ臭い栄養素」でもいいから栄養（承認）を欲してしまう。（ここで書いたウソ臭い栄養素とは、二次創作等のアニメやゲームやお金を払って関係を構築するホステスみたいな存在。人によって様々で、アルコールやギャンブルやインターネットゲーム等多岐に渡る。その存在がないと自分の生活が成り立たない依存的存在。）しかし「サプリメント」には「にがみ」が伴わないが、現実の人間関係や恋愛には「にがみ」が伴う。人と人が関係を続けていこうと思えば「にがみ」や「苦しみ」を伴うような関係でなければ、その人との関係は、希薄な意味を持たない関係になるのではないのだろうか？

「恋愛と性行為」

づら研コーディネーターの貴戸さんがニコニコ生放送の「こんな童貞に誰にした～現代の格差と性～」で「イキたい・やりたい・つながりたい」という事を発言していました。NPO法人が男女を集めて「成人合宿」というものを行っている事が紹介され、集まった男女が性行為をするというような内容でした。貴戸さん曰く「性行為」をしたところで「イキたい・やりたい」気持ちは満たされても「つながりたい」気持ちは満たされないのではないのだろうか？「イキたい」性衝動は本や映像を見たりすることで、1人でもする事ができ、「やりたい」性衝動は風俗や「成人合宿」でお金を払いさえすればする事ができる。しかし「つながりたい」と思う気持ちは1人では出来ないし、お金を払っても満たされるものではない。

恋人同士での愛情にも種類があるのかもしれない。「肉体的な愛情」と「精

神的な愛情」です。「ハグ・キス・セックス」等が「肉体的な愛情」なら、「精神的な愛情」とは何なのだろうか？「精神的な愛情」とは相手の事を想う気持ちだったり、相手の存在を受け止める姿勢で、自分が求めている「承認」とは「精神的な愛情」なのかもしれない。自分の中には恋人からの最大の承認＝性行為が存在し、性行為＝愛みたいな図式がありました。

「精神的な崩壊から身を護るための支え棒」「自分の自尊心を保つための道具」こんなものは恋愛ではなくただの依存だという事はよく分かる。でも何故自分は恋人に対してこういったものを求めているのだろうか？何故こんな自分が出来あがってしまったのだろうか？求められた相手も迷惑だろうし、恋愛関係として成りたつわけがない。もしかしたら「中学生時代の自分」や「母親との関係」に何か原因があるのかもしれない。

「中学生時代の自分」

中学2年生の時に部活動を辞めて勉強に専念するようになり、周りの友達が部活動や、恋愛をしていたりする事がその時は何故か子供っぽく見えました。部活動にしろ恋愛にしろ、一生懸命やったところで何になるんだろう？そんな事をする暇があれば勉強をする方がその後の自分の人生を考えると、遥かに大事なのではないのだろうか？友達が部活動でレギュラーを取ったり、恋人が出来たりすると自分自身の中から怒りがこみ上げて来て、友達の事を自分の心の中で軽蔑する事で自分自身の自尊心を保っていました。その時の自分は孤独で、話しをしたりする友達はいても根っここの所で繋がっている友達はいなかったように思います。

「母親との関係」

小学生の頃ぐらいから「いい子」でいようと思いました。母親や小学校の先生も褒めてくれるし「いい子」でいる事が当たり前だと思っていました。自分自身、長男という事もあり母親が望むような子供であり続けようと必死だったと思います。母親が言うように勉強も頑張ってきたし、普段の行動も母親に気を配っていたと思います。日常的に「いい子」を演じ続けていて、自分自身の「想い」や「気持ち」には耳を傾けてはいなかったように思います。

もしかしたら、自分は「大人」になれていないのではないのだろうか？「大人」になるという事は経済的に自立したり、子供を産み育てる事だけではなく、友

達や恋人を作ったり、自分の好きな事をしたりする過程を経て「大人」になっていくのかもしれない。今の自分は年齢的にも肉体的にも24歳の「大人」なのかもしれないが、自分の精神年齢は中学2年生の14歳の時から止まっているのかもしれない。自分自身の「気持ち」や「想い」に耳を傾けてこなかったから、異性に対しても向きあったりする事が出来ないのかもしれない。恋人が欲しいと思っていても、実際に恋人と何をしたいか、どういった関係を築いていけばいいのか、具体的に考えてはいませんでした。ただ何となく、いたらないという想いしかありませんでした。

「これからの自分」

これから自分はどうしよう？「恋人なんかいない」と開き直ってしまうのは簡単だと思う。でもやっぱり諦めたくない。人にみっともないと思われても恋人が欲しいと思う気持ちは変わらない。中学生の頃にタイムスリップする事は出来ないけれども、あの頃の気持ちに戻ってもう一度何かをする事は出来るかもしれない。少し前に世間では「自分探しの旅」というのが流行ったけれども自分の場合「自分戻りの旅」かなと思う。中学生の頃の部活動に対する思いや、自分自身の気持ちに素直に耳を傾けみて、あの頃の自分にもう一度戻って、自分自身をやり直してみようかなと思う。

「最後に」

自分自身、仕事でも恋人でも「ある方がいい、いる方がいい」と思っていました。そう思われていた部分もあるのかもしれない。中学3年生で不登校になった時も学校に戻らないといけなかったし、世間と自分自身との溝を埋めようと必死になっていた時期もありました。恋人がいないと「恥ずかしい」という思いも、もしかしたらこういった所からきているのかもしれない。

づら研でこのレポートを書いていて自分自身変わったところが1つあって、「別に今は恋人がいなくてもいいのかもしれない」「承認されなくてもいいのかもしれない」といった事です。恋人が欲しくないの？と聞かれると確かに欲しいと答えるのですが、もし仮に恋人が出来たとしても、恋人と依存的な関係を続けていても仕方がないと思うからです。1年前から始めた野宿者支援のボランティア活動や、最近始めたアルバイトが中々面白く、自分自身少し心の余裕が出来たのかもしれません。

ひきこもって何もしていない時期、人恋しくなって何故だか恋人の事ばかりを考えていました。生まれてこの方1度も恋人が出来た事がないせに、理想の恋人の事ばかりを考えていました。妄想の中の恋人はいつでも自分に都合がいい存在で、自分の頭の中で1人永遠と人形遊びを繰り返していたのだと思います。そんな人形遊びはさっさと辞めて、現実の今ある人間関係の中から色々な関係を構築していけば良かったんだと思う。恋愛関係に発展するとかしないとかそんな事は関係なく、その人と向き合うことで発生する、人間関係というものをもっとよく考えれば良かったのかもしれない。

「依存」という言葉を聞くとダメなもの、してはいけないものという印象を抱くかもしれないが果たしてそうでしょうか？人は皆、何らかの形で何かに依存しながら生きているのかもしれない。依存と関係は2つにきれいに分けられるものではなく、切っても切れないもののように自分は思います。恋愛関係、親子関係、交友関係等すべての関係の中に依存的な要素というものが存在し、何が問題なのかというと、恋愛関係や交友関係というものが限定化されると、1人の人間に対する依存の度合いが強くなりすぎて、その人だけでは相手の事を支えられない事や、同質の人間としか関係が築けない事（価値観や世界観の固定化）が問題なのかもしれない。恋愛という現象も「関係の固定化」だと思う。

何だか今の時代、恋愛にしろ交友関係にしろゲーム化やマニュアル化、パッケージ化が進んでいるような気もする。恋愛関係や交友関係等の「人間関係」や「人と向き合う」というものがどういった事か、もう一度よく考えないといけない。自分と相手の関係は「関係」なのかそれとも「依存」なのか？そもそも「関係」と「依存」を明確に分ける事が出来るのか？

自分はこれまでの文章で「依存」というフレーズを汚い言葉、「承認」というフレーズをキレイな言葉として使ってきましたが、友達曰く「承認というフレーズをキレイな言葉として使わない方がいいと思う。恋愛というものに人間関係が絡んでくる以上、そんなにキレイなものではないと言っていました。続けて友達は、「津路君の言う恋愛は非日常で現実からかけ離れている。頭デッカチな所がある。」とも言っていました。これまで「依存」による恋愛はダメなもので、「承認」による恋愛は素晴らしいものみたいな感じで書いてきましたが、その友達と話しているうちに「恋愛」自体がそんなに素晴らしいものなのか？という疑問が湧いてきました。

づら研コーディネーターの貴戸さんが「現実の女性は、弱かったりずるかったり冷淡だったりわがままだったり、さんざんなことが多いですよ」と発言していました。貴戸さんは続けて「その「さんざんな女性と、どうやって関係をつくっていくか、という方向で考えてみてほしいなあ、と思うわけです。

自分自身恋愛幻想に支配され、恋愛＝ユートピアみたいなものを想像していたのですが、友達や貴戸さんの話を聞いているうちに「大変そうだな、面倒くさそうだな」と思うようになりました。それでも「頭の中の人形遊び」ではなく現実の恋愛というものに触れてみて、恋愛とはどういうものなのか体験してみたいと思います。

みやすけの自分研究

2012/03/26 みやすけ

詩編

自分の心、身体の中には、姿はないが、はっきりとした実態を持った「彼」が蠢いている。しかも、「彼」は一種の意志を持っている。その彼に、身体の内部、心理の表面をまさぐられる度に、死を想う衝動が、頭から離れない。それは主に、脳内に棲みつき、酒に溺れるように狂乱する。恐らく、「彼」は深層心理から上昇してくる。

そしてそれは、突然の怒りの感情から始まる。怒りの狂乱の最中、熱くなっていくのは自身の身体だ。そして心は、炎症を起こしたように腫れあがるような感覚になる。それは情熱のように燃えているのではない。そう、炎症を起こした心は、確かな実在となって「蠢いている」のだ。そして、そこに存在しているはずの自分は、深い闇に閉ざされている。自分が自分ではない。気づけばそこは、暗く湿った井戸の中。ぬるぬるする壁に、爪の剥がれた指が食い込む。赤く壁に描かれる血の線描は、まるで、この世に生きていることを示す証しだ。彼が怒り暴れている最中は、自分は、自分自身ではない。ただ、茫漠となっていくアイデンティティーの残滓が、昼間の木漏れ日のように、寂しく揺れているだけだ。

しかし、ただ怒り暴れるだけでは、彼の恐らく持つだろう見えない感情は、素直には伝わらない。そういう暗示なのか、彼も様々な欲望に根差す指示を出し始めた。そして彼は、「宇宙に流れる真理」を手に入れるよう仕向けた。それはまるで、餓えている動物のように、獰猛でいて、決して逆らえない衝動だった。「永遠に変わる事の無い真理」をこの手に掴め、流れる景色は比喻でしかないのだから。虚ろな瞳をした少年よ、今こそ「真理に根差した愛」を勝ち取ろうではないか。

それからはただ、宇宙に存在するであろう「真理」を見つけ出すことに精力を注いだ。そこで現実なのは、繰り返し沈んでは昇る太陽の光だけだ。その時の少年は、学問めいた思考力、そして知識をまかなうには、早すぎた。膨れ上がる理想とは裏腹に、見えてくる現実、自身の実力の足りなさ、それに対する焦りとイライラであった。だから、自分が手に入れられる本は、なんでも

手に入れようとした。たとえその内容が理解できなくても、「彼」が脅迫するように生み出し続ける命令には逆らえなかった。だから、必死に、本を読み漁り、その浅はかな知識で、思考を繰り広げた。しかし、それはどれをとっても妄想の域から抜け出すことはできなかった。たとえそれが、「自己満足の悦び」を見出すだけの盲になったとしても、妄想の中で飛躍していく自分の世界が、愛おしくてたまらなかった。

しかしそれよりも、そういう妄想に浸り、彼の猛威を忘れることが生きが이었다のかもしれない。そしてその妄想は、やがて一つの宇宙になった。それは広大な領域のように思えた。虚実が入り混じる夢の空間。しかし、淡い希望の中で、見えない未来を絶望していた少年は、それでも湧き上がる妄想を止めることはなかった。そんな夢の世界の心地よさは反比例に、暴れ狂う「彼」。そんな日々の中で、宇宙は構築され続け、瞬間に将来へと光を照らす希望の星となった。そして生まれた宇宙は、やがて、一つの真理となっていくのだった。

時に襲われる、妄想によって、見えないところにいる親友の肖像が引き裂かれる。膨れ上がる怨念。虚構のなかの友人は、様々な悪意に染まっている。その虚像は、みやすけの裡にある、他人を信じる事の大切さを奪っていく。

やがて、悪意を持った妄想は、深層心理を侵食し始めた。それはまず、視覚野を侵食し、少年の視界を白い世界に変えてしまう。その時の情景は、まるで、白い無の空間だ。そして無限に昂奮し続ける深層心理が、やがて拒絶反応を起こし始める。それは全ての自分という存在の機能が、奈落へと堕ちていく瞬間のようだった。溢れるのは、他人に対する怒りの感情。それは「満たされない心」が、断末魔の叫びをあげるかのような光景。あまりの恐怖。窒息する呼吸器には、死へと追いやる大量の冷たい海水が流れ込む。そういう極限状態の心が、最後に馳せた光も、そのあまりの握力に、ベールは引きちぎれ、光りは、無限の彼方に消えていく。

気づけば妄想の中で友人の首を絞め、怒りを滲ませる少年の表情。それは、まさに「愛に飢えた動物」の顔だ。「彼」の昂奮は、見えない友人の心を標的にしたのだ。それは、見えない友人の首に手をかけることによって、自身を慰めようとしているかのようだ。

そしてふと思いついた。「彼」は何かを発散しようとしている。狂乱のあまり、「自身を見失う自分を見る」ように、彼自身も、何か狂気の裡にもがく自分の

姿を見ているのかもしれない。彼は、象徴なのだろうか。それは摩訶不思議な呼びかけを受けているような心地だ。決して素直ではないが、伝えようとする意志は確実にもっている。狂乱に酔いしれるあまり、自身の本性が、すっかり洞穴に隠れてしまっているのだろうか。そうだ、彼は意志を持っている。確実に、訴えようとしているメッセージがあるのだ。

研究するにあたっての意志表明

これから、始めるのは、みやすけの心の断片を解析し、更なる断片の集合に分解し、秩序つける事ではない。もちろん、この会の趣旨に従うべきそれ相応の分析を、以下に書き示して行こうと思っている。

しかしみやすけが、今回行おうとしているのは、自身の狂気、精神病理についての実験的な解釈だ。(以下、狂気と精神病理は一つの名詞、「精神病理」に統合する)思春期のほとんどの期間を、強制入院の号令のもと、閉鎖病院の檻の中で過ごしていたみやすけは、絶えず付きまとう、謎の流動体の猛威に、心を狂わせていた。(謎の流動体という名詞は、いささか、抽象度の高い熟語なので、これからは、「第1部の研究」では、詩篇より「彼」という名詞を使わせてもらうことにする。)

しかし、そういう病魔に取り憑かれていた時期が、ある程度過ぎた今、客観的な見地から見渡す余裕と余力が出来たので、今回のづら研にて、自身を研究し発表することとなった。

以下に分析して見せたのは、簡単に言えば自身の狂気についてだ。しかし狂気という現象は、身体上に顕れる、腫瘍のような眼に見えるような症状とは違い、どんな言葉を使っても、それ自身の本性は描きだせない、いわば抽象的な実在だ。しかしだからと言って、普通の文語文に、それを書き記すということは、その精神病理の闇の実態、そしてみやすけ自身の苦悶を「完全に」表現することもできない。もし仮に書き記せたとしても、小さな研究会で発表できるような、分量の簡略化も出来そうにない。

だから、以下に行う研究は、研究課程を「書き記す」という手法も用いながら、それに併用するように、詩的イメージとして「描き出す」ということも行っている。何か、特にこういう精神病理などの心理的な現象を理解しようとしたとき、どうしても、モノを説明するための「文語文」だけでは、なかなかその全容を表現することは難しくなってしまう。もちろん、研究会なのだから、なるべく解りやすく口頭での解説、分析も行っていきたいと思うが、ただ理性的に、言語に落とされた精神病理だけを、結論としたくないのが、今回の研究の

みやすけのわがままだ。

なので、理性的な結論を求める会員も満足できることを目的とすることも念頭に置きながら、理性的な感覚を主としない、感覚的なイメージを主にする会員にも、この研究を「イメージ」として抱けるように、以下の研究の前置きには、みやすけ自身の狂気を、詩として描き出すことにした。そういう風に、みやすけ的なアレンジを加えることによって、より一層、みやすけの精神病理という現象を理解、イメージし、更にそこを出発点に、様々な議論が、巻き起こることを期待するものである。

プロローグ みやすけの自分研究について

ここからは、詩編2つを、時々参照しながら、詩編ではすくい取れなかった心理の流れを、研究していくことにしよう。

ここで研究する精神病理とは？

まずそうするには、詩編に出てきた「彼」というものの研究をしていこうと思う。まず、「彼」というものはなんだろうか。会員の皆さんは意識してほしい。たとえば、相手から傷つけられたことなどによって、自身の胸や、どこかの裡に、わだかまりのようなものを感じないだろうか。しかもそれは見えないモノだけど、確かに実体として存在している。感覚でいえば、「心」が「重たい」「痛い」などという生理現象に当てはまる。

普通、健常者では、こういう生理現象が一般的に、外からの刺激によって起こるものであることはお解りだろう。そもそも「苦しむ」という生理現象は、外部との摩擦により起きるものだからである。そういう外部との摩擦により、様々な関係性のノイズが起こり、時に軋轢にまで昇華するということにもなりうる。それは、極々普通の事である。

一方、みやすけのように、何らかの精神病理を持っている人間というのは、そういう「苦しむ」という「感情そのもの」に、「強烈な意志が存在するわけだ。たとえば、どうして「苦しむ」という生理現象が、病理になるかといえば、それ自身の感情がコントロール不能にまで追い詰められ、挙句の果てに「苦しむ」という感情そのものが、まるで、意志を持ったように動き回る。そしてそれが、「自分の意志では」どうしてもならない所で作用し、「無意味に苦しむ」というのが、ここでいう精神病理なのだ。

もっと一般化すれば、被害妄想や、幻聴などの、脅迫的な衝動とうのは、自分の意志とは関係なしに、別の意志を持った「苦しむ」に、「体験させられ」

ているということである。この自分の意志とは関係の無い「脅迫的な苦しみ」、これこそがここであるところの、精神病理の一つの見解なわけだ。そしてこの症状こそが、今回の研究し究明する事の目的である。

そして、詩編に出てきた「彼」というのも、一つに、そういう部類に入る「精神病理」であると仮説を立てられる。もし、その仮説を踏まえて研究していけば、みやすけの裡の「彼」が一つの意志のようなものを持ち、それが怒りや妄想という現象を生み出している。そしてそういう現象が、「無意味な苦しみ」を生じさせているということが、詩編の少年の精神病理の特徴の一つであるといえる。そして、そういう自我の「苦しみを受ける部分」が、更に「極端に」自立し、ほぼ脅迫的に、少年に「真理」を追究するように仕向けたことであろう。ここに一つの、少年が抱える精神病理としての、一つの特殊な問題の側面が見えるわけだ。

前置きはここまでにしよう。これから、上記の事を踏まえながら、さらに、2つの詩編から、それぞれの内容をかいつまんで、研究して行こうと思う。

第1部 自分研究

第1章 精神混迷の過去

みやすけの少年時代、「苦しみ」の始まり

ある時「彼」は、一つの命令を下す。それは、少年に、「宇宙の真理を見つけ出せ」というものである。少年みやすけが、病気になる前の生活では、虫を注意深く観察したり、嬉々として殺戮したり、時には母のように愛情深く育てたりと、割と普通の少年がするようなことに熱中していた。だから、そういう部分からの経験が、そうさせたのかもしれないという仮説も立てられる。しかし、それでは、研究があっけなく終わってしまうので、研究を進めるために、そういうことも一理あるという前提で、あえて排除しておく。

となれば、なぜ「彼」は、「宇宙の真理」を目指すように仕向けたのだろうか。カギを握るのは、その頃の、みやすけの周りの状況だろうと思う。一応それは、仮説の域からは脱却しない事を念頭に置いておく。みやすけの裡で自我の片隅に存在していた「彼」が、意志を持ち始めるようになる前までは、割と誰かに「愛され、可愛がられる」という不思議な縁に護られていた。

というのは、少年みやすけの周りには、なぜか妙に好感を持ち可愛がってくれる大人が、絶対に一人は居た。その証拠に、幼稚園の時の運動会の写真には、

その可愛がってくれていた先生とのプラトニックでいて濃厚なフレンチキスの写真が残っている。例が例だが、それだけでなく、みやすけの記憶にも、その当時の先生が、やたら抱きついたりするような「スキンシップ」が多かった、というような記憶が、今でも残っている。しかしその後、小学生になり、そろばんに通い始めたのをきっかけに、そこで出逢った先生に、よく可愛がられた記憶がある。

しかし、そういう幸福な時間は、永くは続かなかった。小学6年生の途中、その教室に通うことのできなくなってしまった少年みやすけは、泣く泣く、そのそろばん塾をやめることになったのだ。今思えば、そこからが、少年みやすけの人生が変わる、一つのポイントになったのではないと思われる。

それからの少年みやすけは、人を極端に恐れるようになった。自分の意志を表明するのが怖くて、人の顔色ばかり伺うようになっていった。いわゆる、空気を読み過ぎるタイプになっていったのだ。

「人が怖い」、そういう意識は、だんだんと周囲の視線への恐怖に変わっていった。そしてやがて、外を出歩くにも、周りへの過剰な恐怖によって、うつむいて外を歩くようにもなった。それから、自我の中で「苦しみを受ける部分」というあやふやなものが、実体として意識され、やがてそれが自立していくという結果を、生み出すようになったのではないか。

ここで一つ、重要なポイントが出てきたので整理しよう。その頃、少年みやすけは、いわば、誰かに「愛され、可愛がられる」ことによって、自我が保たれていたのではないかということ。

そして二つ目、やがて愛により可愛がってくれる大人が居なくなったことにより、今までの安堵感、自我を保っていた「確かなもの」がなくなってしまったということ。

そして三つ目、それ以降の生活において、「愛し、可愛がってくれる誰か」が、誰一人として居なくなってしまい、心の「安心」が無くなってしまったということだ。特にここは、とりわけ重要なポイントなので、会員の皆さんは、ぜひとも覚えておいてほしい。

そういう状態に突然置かれてしまった少年みやすけは、いわゆる「心の支えを失ってしまった」状態になったわけだ。そして、今まで触れてこなかった外部の情報が、雪崩のように流れ込んできて、それは、苦しみを受ける状態になった。そして、その恐怖が、「苦しみを受ける部分」というものを意識化させた。そしてそれが自立化するに当たってのきっかけとなっていくと、仮説が立てられるのだ。そして、その「苦しみを受ける部分」は、更なる「強烈なストレス」

によって、より実体のある「彼」となった。そしてその「彼」は「目的」を持つに至り、ほぼ完璧な自立化を進めてきたのではないかということだ。

ここで、一つ言えるのは、この「彼」は、もはや一つの「意志」であるということだ。しかも、更に特徴的なのは、この「彼」には、「人格」というものがない。それはただ、強烈なパワーとして「作用する」だけである。

そして「意志」を持った「彼」は、一つの命令を下す。それは、後の青年みやすけに、「宇宙の真理を見つけ出せ」というものである。ここから、新たな研究の目的が発見できたわけだ。はりきって次へ行こう。

第2章 病理

1. 目的を持ち出した「彼」という意志

ここまで来て会員の皆さんが恐らく感じる疑問は、なぜ、「宇宙の真理を探す」ことだったのか、といったことだろう。しかし、待ってほしい。ここでもう一つ、研究をしておかなければならないことがある。

それは、「苦しみを受ける部分」が、やがて「目的」というものを持ち出した「彼」についての研究である。

もしかすれば、ここから先へは、少し理性的な皆さんがぎょっとすることを云うかもしれない。でも今のところ、ただの予感であるから、気にしないでいただきたい。

「彼」という意志が、発生したことによってみやすけの心境は、どうなったか。もちろん、詩編に描いたように奈落の人生である。ではなぜここで、「彼」は、みやすけの心に生れておきながら、詩編での描写のように癪癪ばかり起こすのか。これから、それを疑問形式に立脚しながら研究してみようと思う。そしてその上で、最終的な体系的な形で理解するために、これからの順序に従って、この「彼」の正体を明かして行こうと思う。

2. なぜ、「彼」は生まれたのか？

上の研究では足りなかった部分を、ここで研究しよう。まずは、なぜ「彼」は生まれたのか。ここで考えられるのは、生まれるための「必要性」と「理由」の二つであろう。しかしこの二つの中から、ここでは、「必要性」について研究しようと思う。あとの「理由」は締めの部分で語ることになると思う。

少年みやすけが、その自我を保って入れたのは、他人に「愛され、可愛がられる」という状況だったからだ。一般的に人というのは、一時的に、主に母親からの愛情の中で眠るように育っていく。その中で、赤ちゃんは、「人(主に母親)

というのは、愛情があるもので、人(母親)という存在は、基本的に、自分という存在を愛し、可愛がってくれるものなんだ」ということを学んでいくものだと思う。

しかし、そんな幸福の時間は、永くは続かない。やがて、大きくなり、母親が一人前の自立した子供とみなすとき、子供は、母親の非情さを知ることになる。その衝撃は、思春期になって母親に反抗し、その後も、たいてい場合はぎくしゃくして、しばらくその状態が続いてしまうくらい、強烈な体験だったりする。

しかし、少年みやすけの場合はどうだろう。少年みやすけの場合、そういう非情の時をいったん過ごした後すぐに、奇跡的に幼稚園の先生に、そのような愛を受けて暮らしてることが出来たのである。別に、先生を悪者に扱うつもりはないが、あの頃の一枚の写真、そう、プラトニックなキスの写真は、その頃の幼年みやすけが、特殊な環境に居たことの証明ではないかと思う。いくら、可愛い男の子が、きゃっきゃと、可愛くはしゃいでいたとしても、キスをしたという欲求は起こらないはずだからだ。しかし、ここでは先生の研究はしないので、先生の話はここまでしておく。

そして、幼稚園を過ぎて、小学生になる頃に、そろばんの先生と出会う。この先生は、少年みやすけに対して、よく笑顔を向けていてくれていたことを覚えている。授業が終わっても、少年みやすけは、毎回、その先生の所へばたばたと走って行って、永く談話していたものだ。ここで一つ言えるのは、そこには確かに、「繋がり」また「愛情」というものが存在し、少年みやすけは「愛され、可愛がられ」ていたということだ。それも、かなりハートフルに。そしてこの先に、問題の事件は起こるのである。

3. 少年みやすけの精神危機

時間が経ち、幼稚園の先生も、そろばんの先生も居なくなってしまった少年みやすけは、それから妙に寂しげな少年になってしまった。その時の心境は、「どうして、あの人と別れなければならないのだろう。せっかく仲良くなったのに……。そうだ、どんなに仲良くなっても、結局は自分の元から、みんな去ってしまうんだ」

その時、少年みやすけは、見た目は立派な小6の少年だった。そしてその頃から、他人に対する不安や、誰にも愛されていない感覚に心が包まれていった。そう、たとえ仲良くなって笑い合っても人は、いずれ離れていくという定めを知ってしまったのだ。それは、生まれて初めて「刹那」というものの

意味を知った時であった。もちろん、寂しげな少年みやすけは、そういう感情を客観視できる「刹那」という言葉を知らなかった。そこにも、小さなポイントがあるので、会員の皆さんは覚えておいてほしい。

そして、そのまま中学生になった。中学生になれば、今まで知らなかった校區の子供たちが一堂に会するようになる。少年みやすけは、その頃は、人が怖くて、まだまだ過去の傷を引きずっていたので、もちろん、心から友達という感情を持つということではなかった。だから、休み時間には、大抵、一人でぶらぶらと、校舎の中を散策することが多かった。でも、そういう中でも、みやすけになぜかよく話しかけてくれた先輩の女子生徒はいた。しかし、すっかり人を信じられなくなっていた自閉気味の少年だったみやすけは、一生懸命な愛想笑い、たまに、ほうきをどれだけ長く掌の上に乗せられるかという勝負事をするとしかしなかった。

そういう人間不信が続いていったある日、ふと自分の身体の臭いが気になる症状が出てきた。お察しの通り、それは「苦しみを受ける部分」が自立し始め、無意味な苦しみを生み出していくという精神病理の前兆だったわけだ。

それからは、あっという間だった。中学三年生になる頃には、猫背が本格的にひどくなり始めて、いつもうつむいて、いつでもぼそぼそと話すようになっていた。その姿に、気味が悪いという人も出てきた。そういう、出来事もあって、むしろそういう苦しみにより、裡の「苦しみを受ける部分」が自立していくスピードも速くなっていった。そしてとうとう、その「苦しみを受ける部分」が「意志」を持ち始め、少年みやすけを苦しめ始めた。

4. 「苦しみを受ける部分」のかい離

色々な名詞やら何やらが出てきたので、今までの研究を整理しながら、かい離した「苦しみを受ける部分」の正体を研究したいと思う。まず、少年みやすけの心の中を自立的に運動し、無意味な怒りや怨念を吐き出す「苦しみを受ける部分」（詩編でいう「彼」）という存在は、それ自身が、外部からやって来た異世界生物ではなくて、きちんとした科学的な段階があって存在しているということが、今まで述べてきた少年みやすけの短い人生から明らかになったのである。

それは、みやすけの幼少期から遡ることが出来、そして、少年みやすけにとって、母親の消失から自立的になっていくはずの発育が、「愛し、可愛がってくれる」人の存在によって、一時的に寸断された。そして時間が流れ、「愛し、可愛がってくれる人」いえば、「確かな永遠の愛」を失い、その衝撃から、怒り、

悲しみの感情が溢れた。そして、そういった感傷は必然的に、少年みやすけが周囲環境への適応を拒否させる状態にした。そして絶えず外部に対する「恐怖」を感じ続け、それは結果的に周囲への警戒心に繋がっていった。そしてその時に、「周囲の空氣的な状況、人の雰囲気、表情に対する感覚が鋭敏になって」いった。

ここで、ポイントなのは、周りのそういう環境が「恐怖」であったということだろう。ここの部分は特に、少年みやすけの精神危機を研究する上で、もっとも重要なポイントの一つなので、よく覚えておいてほしい。

そういう感覚的な防衛ラインの中で、周囲の視線、状況に対して過敏に防衛しようとし自我が、逆に、外部からの攻撃に晒され、ストレスを受け続けるような状態であったわけだ。

そして、そういう状況による「過剰な感覚の発達」、それによってそうした感覚をもって、淋しさと恐怖で壊れそうな心を防衛しようとした。そしてそのことによって、自我の裡の「苦しみを受ける部分」は、絶えず刺激を与えられ続け、やがて、それから脱却を図ろうとしたことによって、「苦しみを受ける部分」をかい離させた。それはまるで、苦しみの現実逃避だ。しかし、「自立した苦しみを受ける部分」は、今までの憂さを晴らすように、自身に対して、攻撃をするようになった。それが、自己臭恐怖症の発症の原因の一つだと解釈できるだろう。余談だが、人によっては、その「苦しみを受ける部分」による憂さ晴らしは、外部に向かうこともあるだろう。そういう時はもしかしたら、反社会性障害といわれているのかもしれない。

ここで、一つの結論が出る。それは、「苦しみを受ける部分」に、ある一定期間、過度の「ストレス」、「強烈な不安」を与え続けることによって、自我が、そこから逃避しようとする無意識の作用が起こる。そして「苦しみを受ける部分」がかい離し、自立性が生れるということである。それは、さながら腫瘍摘出手術後の腫瘍そのもののようである。摘出された腫瘍はすぐに死ぬわけではなく、しばらく生き続けるからだ。

ここで、より解りやすいように事例を出してみよう。今書いた研究に、ある一部では全く同じメカニズムで発症する精神病がある。

それは「多重人格」である。多重人格（解離性同一性障害）の主な症状としては、自分の中にもう一人、場合によっては無数の「人格」が存在し、それぞれの「人格」が、「自立性」や「意志」を持っているということである。そして、その主な発症の原因として研究されているのが、幼少期などに受けた「強烈な

ストレス」である。その強烈なストレスに晒された自我が、「自分を護る」ために、ストレスに晒されている自我の一部を、まったくの「別物」として、自我から切り離してしまう。そして多重人格に特有なのは、その切り離した自我が、きちんとした「人格」を持っているということである。

多重人格を発症するプロセスの一部に対して、今まで研究してきた少年みやすけの精神危機にも、似たようなことがいえるということに、会員の皆さんはお気づきだろうか。

いわば、少年みやすけの心の「苦しみを受ける部分」が自立的な存在になるというのは、きわめて、多重人格的な傾向があるということだ。「苦しみを受ける部分」に対して、あまりにも「強烈な不安」や「ストレス」に晒されたことにより、自我の内で、かい離が起り、それが「自立性」を持ったということである。そして、ここで特徴的なのは、その自立した「苦しみを受ける部分」の憂さ晴らしが、外部にはではなく、逆に少年みやすけの「内面」に向かったということだろう。もはや「苦しみを受ける部分」をかい離することでしか、自我を保つことが出来ない状況にあり、全ては、自分を護るためのものとしての防衛であったはずなのに、結果として、現実逃避するために切り離した「苦しみを受ける部分」が、少年みやすけの自我自身に刃物を突きつけたことになった。まるで、「苦しみを受けた部分」自身が辛い状況にあったのにもかかわらず、助けることもしなかった少年みやすけの自我に対して、恨みの感情を持ったようだ。それはなんという皮肉だろうか。

5.そして「苦しみを受ける部分」から「彼」へ

そして、症状がさらに重症化し、かい離状態が進み、結果的に「苦しみを受ける部分」の自立度がもっと高くなった。そして「苦しみを受ける部分」が、「彼」という「更に特殊な状態」に移行し、それ自体が「目標」を持つようになり、自立行動をし始めた。この状態こそが、詩編の中で、みやすけに猛威を振るった正体。そう、「彼」の正体ではないか。

つまり「彼」というのは、かい離した「自我の片割れ」であるということである。しかし状況的には、詩編の描写にあったように「彼」自身が、少年みやすけに憂さ晴らしをしている。そう、「彼」自身の苦しみを発散するために、少年みやすけを攻撃し、「彼」自身が受けてきた恐怖、苦しみを、発散しているという構図になるのだ。

少年みやすけの自我から分裂した「苦しみを受ける部分」は、度重なるストレスにより、「より自立した存在」である「彼」となった。その「彼」自身の

自立性ということでは「人格的」であるともいえる。なぜなら、極端にかい離した状況の上で、あたかも、自分に「意志」があるかのように、少年みやすけの心を動揺、恐怖させているからだ。しかしまたそれ自身の特性からいえば、心理学的なきちんとした意味においては「人格ではない」と結論付けることも出来る。

なぜなら、「彼」自体には、「自立性」と、「意志」そして「目標」があるが、心理学的な人格という特徴とは、明らかに違うからだ。つまり、少年みやすけの裡の「彼」は人格のようではいて人格ではない、また別の種類の自立体であるということが、今までの研究からの帰結なわけだ。少しオカルトチックな結果になったね。

上記した結果から、今度は少し範囲を狭めて研究してみよう。つまりは、自我から「苦しみを受ける部分」がかい離し、ストレスを「更に受け続ける」ことにより、更に高度にかい離した状態である「彼」には、「苦しみを受ける部分」の「意志」という特徴の他に、「目的」という要素が加わった。つまりは、「彼」には、「意志」と「目的」が、はっきりと存在し、それが少年みやすけから成長した青年みやすけに、多大な影響を与えているということである。そう、「彼」が青年みやすけに「宇宙の真理」を追わせたということである。

では、ここでなぜ「彼」は、その「目的」として、「宇宙の真理」を選んだのか。もし、ただなんとなく自分で選ぶということなら「彼」という存在は必要のないものかもしれない。しかし、人生の流れ的に、何か熱狂的に「宇宙の真理」を目指した青年みやすけは、確かに何か他の「大いなる意志」に突き動かされ、ある意味で「彼によって洗脳され、そして熱狂的に、知識、思考、感覚を養っていったのではないか。もし、ここでそれが単なる「自分の意志」として片づけるなら、この研究の根本的な目的というのが、無意味になってしまう。

しかし、そういうことではなくて、自分があそこまで「宇宙の真理」を目指した狂乱の日々を、ただの自分の選択だという風に片づけてしまうのは、少し早計かもしれないということだ。たとえば、誰だって何か大きな意志の下に、自分では説明のできない直感が働いた経験があるはずだ。それは「大きなこと」も「小さなこと」も含めてだ。自分が何か大切な決断に迫られたとき、そして精神的、肉体的危機の中で働く、第6感のようなひらめきは、決して、単純な自己決定に収まるものではないはずだ。

そしてそういう流れから、以下では、上記した「彼」が持つ要素「意志」と「目的」について研究したいと思う。以下に行う研究は、きっと、今書いたような、

危機的な状況での自己決断、直感、謎の熱意についての結論が出ると思う。諸君は、いよいよオカルトの分野に、片足を突っ込むことになるだろう。決してビビらず、しっかりとついてきてほしい

第3章 意志、目的の飛翔

第1節 「彼」が誕生すること

1. 「彼」の意志について

この段落で研究するのは、「彼」の「意志」についてだ。上記で結論を出した「彼」とは、「苦しみを受ける部分」が高度にかい離した状況である。いわば、「苦しみを受ける部分」が自主的に生きていくことを強制された結果である。人体から切除された腫瘍が、しばらくの間、そのままだも生きてるように、自我からかい離させられた「苦しみを受ける部分」は、それ自身に自立性を持たずにはいられないわけだ。いわゆる、自立性とは「生きる」ということだ。

母親の胎内からかい離された赤ちゃんは、そこで死んで終わるのではなく、そこで生きていくために力強く呼吸しようとする。それと同じで、自我からかい離された「苦しみを受ける部分」は、それ自身が生きようと自立的に呼吸を始めるのだ。

そして、自立し自主的に生きる事を選んだ「苦しみを受ける部分」は、更に高度にかい離することにより、「彼」として「意志」、更に「目的」を持ち、行動するようになる。そして、今までかかったストレスの大きさに、「彼」の行動力は、何倍にも比例していく。少年みやすけが、その当時受けていたストレス、「愛し、可愛がられる」ことを一時的に失ったその巨大なストレスにより、「苦しみを受ける部分」が、更に鋭敏化された形態である「彼」を誕生させたのである。

2. 「彼」の持つ「意志」について

ここでいう「意志」というのは、いわゆる「発想する」ということである。意味的に「意志」とは何かを意識すること、でもまだ、行動を伴っていない状態が、ここでいう「意志」である。つまり、この段落では、「彼」が「発想する」という現象を研究して行こうと思う。

ここで、初めの方に出てきた「宇宙の真理を目指す」という「彼」の発想の根拠が明らかにしていく。それにはまず、「宇宙の真理」というのは、一体何を象徴しているかということ、研究しなければならない。

第2節 象徴するもの

1. 宇宙の真理が象徴するもの

少年みやすけが送っていたそれまでの人生というのは、「誰かに愛し、可愛がって」もらうということであった。それは危なっかしい外部の世界から身を護るために、自分から求めたというよりも、「そういう人が自然と寄ってくる」ということであった。

そういう環境の中で少年みやすけは、愛情を得たり失ったりしながら、成長してきたわけだ。だが、結果的には、失う人生の途であったことは確かといえる。温かだった心のふれあい、繋がり、そしてそれがあたかも「永遠」であると信じていたあの頃。そしてそういう環境を、やがて失い、そのショックから「絶望に追いやられる」ということが起きた。

恐らくそういう人生で象徴しているのが、「愛され、可愛がられる」中で、「確かなもの」または「永遠を信じる」、ということだったのかもしれない。少年みやすけがその頃、追ひ求めなくても確かに存在していた、「愛され、可愛がられる」という安らぎ。それはあたかも、永遠を信じる事の出来た一瞬だった。しかし、運命は皮肉のからくりを仕掛けていたようだ。

運命はある時期を境に、少年みやすけから、その「永遠の安らぎ」を無理やり剥ぎ取り、孤独の絶海に放り投げた。そして、今まで絶海という場所で、泳いだことのない少年は、藁をもすがる気持ちで、必死に、愛され、可愛がられた「過去の記憶」を掴もうとした。それは、詩編にも描き出したように、想像を超えるような辛さだった。しかし、思わぬところから道が拓くことによって、更に人生の途が変わっていくことになった。つまり「彼」の持つ「目的」による指南、「宇宙の真理の探究への途」である。

つまりは、青年みやすけにとって、「宇宙の真理」を探ることは、自身がかつて得ていた、「愛され、可愛がられた」記憶、そしてそうした過去に信じていた「永遠」、「確かなもの」を取り戻す、無意識の衝動だったのである。そしてこの「無意識」と「衝動」こそが、「彼」とその「目的」の根本的な姿であったと結論できる。つまり、「彼」とはあくまでも「自分」なのだ。だから、外部に存在するアヤシイ物体ではないわけだ。

2. 「彼」の意志

そして「彼」の「意志」の正体は、こうして結論できる。つまり、「愛され、可愛がられる」という「永遠」、「確かなもの」を失い、絶海に取り残された少年みやすけは、「過去の残滓」を追いつづけた。そして、絶海の荒波、暴風により、

ストレスを与えられ続けた少年みやすけの自我は、まず「苦しみを受ける部分」としてその自我の一部をかい離させた。そして、自我から見放され「自立」し、「意志」を持った「苦しみを受ける部分」は、自らの意志で、少年みやすけの心を攻撃し始めた。そして、さらにストレスを受け続けることによって「苦しみを受ける部分」が更に、自我からかい離した状態になり、「彼」という「意志」の他に「目的」を持ったものへと進化した。つまり、ストレスを受け続け、断末魔の叫びのなか、手を伸ばして、必死に「確かなもの」を再び掴もうとした、それが「彼」の「目的」であるのだ。

3. 「彼」の目的

そしてその腕が「宇宙の真理への途」を掴むと、猛烈に、少年みやすけは、「宇宙の真理」の存在を信じた。そして未来の青年みやすけが「宇宙の真理」を狂信するきっかけとなった。それは凄まじいエネルギーを生み出した。そして幾らかの段階を経て、様々な本を読み漁る日々になっていった。青年みやすけの目の前には、「宇宙の真理」というただ一つの夢が揺れ、それは甘い香りで、青年みやすけの脳髓を酔わせた。それは総て、幼年みやすけ、少年みやすけが浸っていた、「永遠」「確かなもの」の日々の名残りだった。そう、青年みやすけは再び「愛され、可愛がられる」ことを望んでいたのだ。

第2部 結論

今までの研究でわかったこと、それは、どうしてみやすけは精神病になったのか。ここまで狂信させてきた「宇宙の真理」の謎。そして、「彼」という存在の正体。

これらの研究を総括して言えるのは、一つに「安心する場所の喪失」であるといえるだろう。それは赤ちゃんが、主に母親の介抱なしでは生きられないように。

そしてやがて、母親の非情さを知り、一人自立して生きていくにしても、必ずやその道中には、「他の誰か」いえば、「愛し、可愛がってくれる人」が必要だということだ。しかし、この場所でいっているのは、あくまでも、みやすけ個人の研究であるから、他の人にも平等に当てはまるかはわからない。しかし、未知の場所で、その恐怖と戦うにはどうしても「他人の愛」が必要だろうということである。

どこかの誰かが、「人というのは関係性」だと言っていたのを聞いたことがある、そして少年みやすけが経験したのは、まさしく「関係性の断絶」だった

のだ。そして、まるでそういう傷から逃げるようにかい離した「苦しみを受ける部分」。しかしそれでも事態は深刻化していき、より尖鋭化された「彼」という存在が生れた。その「彼」は今でも、みやすけの心の中で「直観力」として生き残り続けている。

それに「苦しみを受ける部分」は元々、自我が自分を護るための「防衛反応」としてかい離させたものだった。しかし、自我のその行動は、逆に「苦しみを受ける部分」の逆襲に合うという皮肉を生み出した。

しかし事態はそれから急変していく。それは、「苦しみを受ける部分」から更に「彼」という存在に先鋭化されることによって、紆余曲折ながらも、その「彼」の「目的」により、途が拓けたということである。まるで自我が、いつかかい離させた「苦しみの部分」が、青年みやすけを指南する役割に回る事を期待していたというように。

しかし、その時までには浴び続けてきた恐怖やストレスが強烈すぎたのかもしれない。先鋭化された「彼」は青年みやすけに「異常なほどの集中力」を与え、そしてそのエネルギーの強さから、「統合失調症」にまで、脳をかく乱させるに至った。それはまさに、「生きようとする意志」が、ここまで身体、心を狂わせたのかもしれない。それはあまりにも力強いものであった。

そして案の定、色々な横道に逸れながらも、過去の絶望からいよいよ解放されつつある状態にまで、「彼」は導いてくれた。そう、みやすけの裡に存在する「直観力」として、彼は今でも自立し、生き続けている。

◎プロローグ

2012/5/15 P.N. 野草^{のぐさ}

きっかけは、いつだって些細な事だ。

例えばその日は、もっと自由にお金を使えたら、というような不満や愚痴だった。甘いものを好きなだけ食べたいとか、四千円のかばんが買いたい、カーディガンだって新しいのが欲しい……。そんな内容。

食べることも買い物も、誰に咎められる前に、自分でブレーキをかけてしまうのだ。依存症になったらどうしよう、と。

「気が済むまで」や「思いきり」を自分に許してしまったら坂道を転げ落ち、底まで行かないと止まらない気がして、そのことが常に不安だった。

自分の自制心に、自分で苛立っていた。

苛立っていたのは事実だが、その不満さえ何とか母にこちらを見てもらうための口実に過ぎなかった。

けれどもどんな不満も愚痴も、母を私の望むように繋ぎ止めることは出来ない。

そんな事はもうとっくに学習済みだったはずなのに。ばかだなあ、私。

時計の針が九時五十分を指すと母は行ってしまった。

いつものように妹を塾へ迎えに。

「時間だから行ってくるわ」と一言。私の向かいから去っていった。

おかあさん、いっちゃった。

それからの事は、自分でもはっきり覚えていない。

自分の内側で、何かがはじける音を聞いた気がする。

気がつけばほとんどパジャマに近い家着のまま、上着だけを羽織って家を飛び出していた。

二十三にもなって、(プチ)深夜徘徊デビューだなんて、いったい何を考えているのか。

何も考えていなかった。ただ、あの家にいることが「無理」だったのだ。

とにかく歩いた。田舎の、街灯すらまばらな広い道をひたすらに。

家を飛び出したところで行くあてがあるわけでもない。携帯や財布すらもっていない。母のことを考えた。私の前から去っていった、過ぎるくらいに心配性の母のことを。

みつけて。でもみつからないで。

そんな矛盾を胸に、まだ冷たい春の夜を歩き続けた。

ぼんやりと暗い夜道に、コンビニの明々とした明りが見えた頃には、少しだけ

冷静さが戻ってきていて、家に連絡しなくては、と考えた。いつまでも歩き続けて、ここじゃないどこかへ行けるわけでもない。

「お金もってないんです」と電話を借りて、家に連絡した。家を飛び出してから一時間経っていた。

塾から帰ってきた妹が、とても疲れた声で「お母さん、探してるよ」と言った。自分がたまたまなく恥ずかしい存在に思えた。

車で迎えに来た母に、私はそれでもまだ「家に帰りたくない」と泣きながら駄々をこねた。

母の折衷案で、自宅のガレージまで帰り、それでも家には入らずに車の中で母と話した。

想いは、幾重にも絡まって、いつもうまく言葉にならない。

言葉になったとしても、それは母へは届かない。

もう何十回も繰り返して分かっていたはずなのに、それでもまた同じことを繰り返した。

「貴方の望みは何なの。お母さんにどうして欲しいの」

お母さんにして欲しいこと、ある。

他の誰でも駄目で、お母さんにだからこそして欲しいこと。

だけと言えない。口に出していいことと悪いことの分別は私にだってある。

ふと、貴戸さんに言われた言葉を思い出す。

「私はお母さんに復讐したいのかもしれないよ」

「そうだね。貴方はお母さんに傷つけられた分を傷つけ返してるんだね」

あれ。また違う意味で伝わってしまった。

「お母さんは精一杯やってるのに。お父さんに、お前が甘やかすからいけないと言われながら、それでも貴方のことを理解しようと精一杯やってきたのに。これ以上どうしろっていうの」

母は泣き崩れて車から飛び出し、一人我が家へと帰っていった。

まるで私から逃げるように。

おかあさん、またいっちゃった。

お父さん、そんなテンプレートなこと言ってたのか……。

だいたいいつも着地点は同じ。最後には、母が泣き崩れて私から去っていく。呪詛のような言葉を残して。

もう何度、私と母はこんなやりとりを繰り返しただろう。

こうなると分かっている、どうしていつも私は母を引き止めたいと思うのだろう。

きっかけは、四千円のかばんが買いたいとか、新しいカーディガンが欲しいだとか、確かそんなことだった。

でも本当はかばんも服もいらない。そんなことはどうだってかまわない。

私の望みは、ただ一つ。

おかあさん。私はあなたに殺されたい。

続かない。

冗談のような話だが、このプロローグはどこにも続かない。打ち止めである。

正確には、続けたくとも続けられない。

書けないのだ、どうしても。

こんなにたくさん内側に溜め込んだ思いがあるのに。語るべき言葉も、それが万全でないにしろ、私は既に獲得しているのに。

どうしても私は、「母」に付属する自身の物語を語ることができない。

ついてこれないのだ。私の心が。

理屈のうえでは既に見通し、観念しているにしても、感情のほうに納得しない。こうして書いて、それをみせること。言葉で語ることによって落とし込むことを、感情が拒否している。

拒否しているというほど心は明確ではないかもしれない。ただできないのだ、どうしても。

いつだったか森下さんが、「言葉にすることによってとりこぼされてしまうものがある」と言っていたけれど、今はその気持ちがよく分かる。

今ここで私と母の歴史を、その葛藤を解釈を言葉にして並べてみせたところで、私は何ひとつ伝えられた気がしない。

そこにほんとうのことはひとつもない気がする。

そして私は、そんな現状にとっても戸惑っている。

どうして書けないんだろう。こんなに書きたいのに。

言葉は、いつだって私に寄り添ってしかるべきものだった。それなのに。

どうして今、言葉はこんなに私から離れていってしまうのだろう。

今ほど言葉を必要としているときはないのに。

書けない私に価値なんてないのに。

まるで今まで書くことで生きてきたかのような、そして自分の書いたものに価値があるとでもいうような、大仰で見当違いな言い草だけど、半ば本気で私はそ

う思っている。

言葉は、そしてそれを書いたり話したりすることは、私にとってとても重要なツールであり、プロセスだった。

自分の感じたこと、考えたこと。

それらに言葉で名前を与えることは、自分の内側に居場所を作ってやることと似ていた。

確かに了解しました。あなたはそこにいてもいいですよ、と。

私公認の OK サインが出されると、今まで捉えどころがなく、もやもやと居心地の悪かった思いは途端に(あるいは徐々に)大人しくなり、私はようやく安心できた。

それを幾度となく繰り返すうちに、私は言葉に過度とっていいほどの信頼を置くようになった。

言葉は私の理解者になり戦友になり武器になった。私を裏切るはずがなかった。だから今、私は途方に暮れている。

言葉にできませんと言うことは、書けないということを書くことは、こんなにも心もとない。

自分で自分をみじめだと感じる。情けない、とも思う。

まるで迷子のこどものようだ。帰り道が分からない。

出口がない。自分がどこへも行けなと感じる。

どこへも生けなと感じる。

母についてレポートするはずが、言葉についてのレポートになり、最後にはただの泣き言になってしまった。

泣き言ついでに言ってしまうえば、私にはこわいものがとても多い。

挙げてしまえば枚挙に暇がないので省略するが、一番こわいのは

なんといっても自分で決めることだ。

自分で決めて、自分の人生を生きること。

母についての当事者研究は、私にとって自分を生きることと密接に繋がっている。

だからこんなにもこわい。

こわいからと言って、気がついてしまったことをなかったことにはできない。

正体が分からないから不安なのだ。言葉によって輪郭を与えてやることで、自分にとっての決着をつけたい。

気持ちは、決着をつけることをとてもこわがっている。

堂々巡りだ。とても苦しい。

今、それこそ言葉にする事で気がついたことがあるので、最後にひとつだけ。

言葉が私を裏切っているんじゃない。

私が、言葉を裏切っているのだ。

私はもちろん言葉の味方なので、私を責めている。

抽象的かつ観念的な言い回しで申し訳ないけれど、今の私を書けるのは、これが限界です。

づら研に参加して

VOICE OF DZURAKEN

●津路 鳴烏木

承認と依存（恋人が出来ない生きづらさ）を書いた津路です。

自分自身の恋人が出来た事のない過去を、こうして文章にする事はとても勇気がいる事でした。それでも文章にして他の人に読んでもらったり、自分と同じような境遇の人と共有したいと思ったのは「秋葉原事件」の影響がありました。秋葉原事件の加藤智大容疑者が、恋人が出来た事のない事をコンプレックスに感じていたり、無差別殺人をする気持ちに自分自身が共感したからです。自分自身不登校を経験し、高校を卒業してからアルバイトをしたり引きこもったりを繰り返しながら現在に至ります。

「承認と依存」のレポートの中に「1 人称の承認・2 人称の承認・3 人称の承認」というフレーズが出てきます。大学進学や就職をしていない事によって3 人称の承認を失い、恋人が出来ない事によって2 人称の承認を失い、現在引きこもっている状態や、3 人称の承認や2 人称の承認の欠如から1 人称の承認を失おうとしています。1 人称の承認を失いかけている人間が自暴自棄になり、秋葉原事件のような無差別殺人を行うのかもしれませんが。自分は無差別殺人のような形ではない別の形で、自分自身の生きづらさを表現し、自分と同じような境遇の人達と恋人の出来た事のない気持ちを共有したくて冊子に載せようと思いました。

働いていない事や学校に進学していない事によって人と人との繋がりが分断される世の中だからこそ、こういった試みが必要なのかなとも思いました。他の人から見たら、傷のなめ合いに見えるかも知れませんがご意見、ご感想等ありましたらコムニタス・フォロまでよろしくお願いします。

※コムニタス・フォロ

18 歳以上の若者の居場所。

毎週土曜日 14 時～ 20 時にサロンを開いている。

Tel:06-6946-1507（フォロ）／ 090-8481-7979（山下）

URL: <http://www.foro.jp/communitas/>

blog: <http://foro.blog.shinobi.jp/>

Twitter: https://twitter.com/#!/communitas_foro

●^{のぐさ}P.N. 野草

づら研に参加するということは、私にとってひとつの決断でした。大げさにいってしまえば、自分の人生の方向性、に対するひとつの選択、のようなもの。

こどもの頃から、自分の内側に潜る癖がありました。9 歳で不登校になってから、いよいよその傾向は強まり、十代の終わりごろの私はほとんど溺れかけてた。あまりにもひとりで、そのたったひとりの自分という名の海に、長い時間ふかくふかく潜っていたから。いま思い返せば、あれは潜るというより沈んでいるといったほうが正しい。

づら研の部分的前身でもあるコムニタス・フォロのサロンに出会って、ようやく私は表出することや息つぎの仕方などを覚えました。とはいえ、そういう「傾向」を持つ自分に、ほとほとうんざりだ、もう付き合いきれない、そう思うことは何度もありました。しかし付き合いきれないからといって縁を切れないのが自分というもの。ぶうぶう文句をたれながら、付き合ってきました。付き合っていくうちに、これはもう逃げられないという気持ちになった。自分の性分が示す傾向、傾向が提示する人生の方向性に。お金にも、明確なカタチにすらならない、「名状しがたきもの」に結局は惹かれてしまうこと。名状しがたき、ままならない自分に、他者に、気が済むまで向き合うしかないということ。

「これはもう、腹をくくるしかないな」そう思って、づら研への参加を「決断」しました。

そうしてこの一年、積み重ねてきたもの。内に潜ること、潜ってみえてきたものを他者にオープンにすること。みつめること、わかちあうこと。つながっていくもの。わかちあうといったって全てを共有するのは土台無理な話で、やってみればもちろんいいことばかりではないわけで。

例を挙げれば、思いもよらないタイミングで閉じていた蓋が開いてしまって暗澹としたり、自分の柔い部分を思いのほかぞんざいに扱われたり、逆に他者の表出に対する自己防衛から、こちらが丁重さを欠いてしまったり（ごめんなさい）、等々。いいことばかりではない。でもそれは、人間が集まれば、どこでも同じですね。

づら研メンバーのみなさんへ。

いつもでしゃばりで、喋りすぎてしまってすみません。自分への研究って、

やってみればいろいろ難しいものがたくさんありますよね。だけど私は知りたいと思っている。それぞれの、ままならない「私」について。これから、きかせてほしいです。私にできるやり方で向き合っていきたいです。それは、これから出会うかもしれないあなたにも同じこと。

どうぞよろしく。

●みやすけ

それぞれの想いが交差している。果てしない人生の途の中で、たくさんの事を感じ、傷ついている。づら研メンバーそれぞれの方の文章には、たくさんの筆跡が残っている。たくさんの感情の行き交いが生み出した、それぞれの「心」が宿り、それは、夕間暮れの空が、紅く滲むように、それぞれの想いが顕われている。

づら研に参加していていつも思うのは、集まってくる参加者たちの世界の広さだ。世界と言っても三次元的な物理量の事ではない。それはいってみれば、それぞれが、異次元を介して、複雑にネットワーク化していく、心の集積回路のようなものだろうか。世界は果てしなく広い。宇宙が生まれて137億年という途方も無い年月が過ぎ去ろうとしている。そこで過ぎ去り、過去の記憶の中に埋もれていったものも、その逆に、これから生まれくる星の胎動や、銀河のシンクロ、そして生命の産声のような事も起こってくる。しかし、それを一つの現象として、客観視してしまうのはどうだろうか、とも感じる。

それは、生命、ここでは「ヒト」の営みも同じだ。ヒトは、自他という意識を持ちながら、他を「客観視」し、世界を見つめるという行為をする。ヒトが思い悩むのも、それぞれに感じるセンサーの具合によって様々だ。なぜ、空しくなるのだろうか、なぜ哀しいのだろうか。「他」である自分以外の「ヒト」とは、ある意味では、糸電話から聴こえる、今にも消えそうな震える小さな声の中でしか巡り逢えないのではないだろうか。それは、水平線を見つめたときに、心が空しくなる事と本質を共にするようにも思える。とにかく彼ら、彼女らは感じる世界が広い、そう思った。

しかし、広すぎる世界は、自分という名の極小には、把握しきれない、未知の部分が多すぎる。なぜ自分は現在(いま)、こうして思い悩んでいるのだろうか。いや、ヒトというのははたして本来、満たされる存在なのだろうか。この宇宙の胎の中で起こる総ての現象が、循環しながら生死を繰り返している。ヒトという現象も、刹那を繰り返しながら、何処へと知らない場所へと廻っていくの

だろう。なぜ悩むのか、悲しみや、怒りを持つ他であるヒトへの共感も、果てしない場所へと繋がろうとする「感性」が導く、把握しきれないものへの郷愁なのかもしれない。

づら研内で行われる自分の心の問題の向き合い方については、色々な戸惑いが生じるだろう。みやすけ自身にも、他人には触れてほしくない部分を持っていると思う。それぞれが持つ心のセンサーをできるだけ、大切に扱いたいと思う。それは過去にみやすけが自分の心身を費やしてまで助けようとした人たちへの悔恨の感情がそうさせるのかもしれない。ヒトは、簡単には変わらない。それは、自分という極小が持つ、「生きるという現象」への固執がさせる、一種の生命現象の保守行為なのだろうと思った。

●山下 耕平

「生きづらい」というのは、ちょっと考えると変な物言いだ。カネがないとか、仕事がないとか、食うものがないとか、住まいに困ってるとか、そういうつらさなら、具体的でわかりやすい。「生きるのがつらい」って、何がつらいというのだろうか？ よく、わからない。たぶん、ほかに表現のしようのない、モヤモヤとした苦しさ、そこにはあるのだと思う。言葉にしがたい、つかまえてくれない、それだけに苦しく、人とも分かち合いにくい生きづらさ。それは、ムカツキや暴力のかたちでしか出せないこともあって(私は、それを“お化け”と呼んでる)、身近なところでも、関係が壊れてしまったり、自分を傷つけてしまったり、そういう場面ときどき出会う。生きづらさゆえに、自他を傷つけてしまうのではなく、生きづらさからこそ、関係をつむいでいくことができないか。安直な救いを求めるのでもなく、暴発させてしまうのでもなく、言語化し、共有し、信頼を回復していく営み。その試行錯誤。

づら研は、そうした試みのひとつだと言えるだろう。

1年間やってきて感じているのは、みなさん、ものすごく自分のナイーブな部分を表出してくるので、どぎまぎする、ということだ。づら研の作法に、「他者の表出はていねいに扱うべし」「おためごかしは無用のこと」とある。生きづらさというのは、自分の痛い部分、やわらかな、ナイーブな部分が表出されるわけだから、それはていねいに扱わないといけない。かといって、あたりさわりのない態度で「傾聴」しているふりをするのでもなく、自分の価値観で相手を導こうとしたりするのでもなく、その表出に向き合うこと。それには、とっ

でもデリケートな手つきが必要だ。かならずしも、その通りにできてはいないし、何より私自身、反省することが多いが、どぎまぎしながらも、その手触りには、たしかなものを感じている。

それと、もうひとつどぎまぎするのは、まだ私自身はレポートを出していない、ということだ。貴戸さんも私も、ひとりの参加者として、いずれは自分のレポートを書く予定にしている。当たり前のことだが、上っ面なものは書けない。でも、年齢を重ねたぶん、面の皮が厚くなってしまっているところがあって、その皮をはぐのは、正直、ちょっと気後れするのだ。それと、「ていねいに」と言いつつ、おまえこそ乱暴に扱ってきやがってと恨んでいる人も多々いると思うので、まあ、私の番がまわってきたら、どうぞ煮て食うなり焼いてくうなり、吐き捨てるなりしてくださいと、覚悟だけはしておこう……。

づら研を開いているからといって、生きづらさがなくなるわけではない。それどころか、フタを開けてしまったがゆえに、自分でも思わぬお化けが出てきてびっくりすることもあるだろう。ときに、傷ついてしまったり、傷つけてしまうこともあるだろう。でも、「蓮の花は泥沼に咲く」との喩えもある。生きづらさ渦巻くお化け沼に咲く花は、きっときれいだ。

づら研やっています。

生きづらさからの当事者研究会レポート Vol.01

2012年7月9日 発行

頒 価 300 円

編著者 づら研（生きづらさからの当事者研究会）

発行者 特定非営利活動法人フォロ

〒 540-0036

大阪市中央区船越町 1-5-1

Tel: 06-6946-1507/Fax: 06-6946-1577

<http://www.foro.jp/>

E-mail: communitas@foro.jp
