

日本心理臨床学会第37回大会

学会賞受賞者講演

「“悲嘆とその作業”との遭遇—自らの心理臨床における半世紀を振り返って—」

2018年8月31日（金）

山下（司会） それでは、時間になりましたので、ただいまより日本心理臨床学会、学会賞を受賞されました倉戸ヨシヤ先生の講演会を始めます。司会を務めます鳴門教育大学の山下です。

本日は1時間と非常に短い時間ですので、できるだけ先生のお話を伺いたいと思います。そこで、先生のご経歴等は大会発表論文集に掲載されていますので省かせていただき、受賞理由だけをご披露させていただきます。鶴前理事長からいただいたものですが、「本学会創設期より大会委員長をはじめ学会運営にも関わられ、本学会に多大な貢献をされた。ゲシュタルト療法をわが国に紹介し広め、後進の教育にも尽力された。また、震災後の臨床活動や研究にも寄与された」というものです。

では、倉戸先生、ご講演をよろしくお願いいたします。

倉戸 皆さま、おはようございます。よろしくお願いいたします。きょうの発表ですが、三つのテーマについてお話ししたいと思います。一つは「悲嘆とその作業」に、なぜか私は関わってきたのです。それから二つ目は、「悲惨とは」のプロセスと、それから私は現代の神話創りを試みていますので、そのお話もさせていたいただきたい。最後に、「なぜ何回も悲嘆の作業に遭遇するのか」です。今年の一ヶ月ぐらいからずっと考えていたことがございます。そして自らの悲嘆に気づいたり、それに触れる作業もしてきましたが、そのお話し。この三つをお話しできればと思っております。

1. 悲嘆とその作業

1959年、22歳、大学を卒業したその秋だったと思いますが、伊勢湾台風がございまして、勤めておりました研究所から「慰問に行つてこい」と先輩の2人と共に3人で名古屋に出かけていきました。中部電力、アイシン精機、大同鋼板などたくさんありましたが、まず中部電力へ行こうと思いましたが、地域一面が水浸しで工場へたどり着けないのです。そこで電話をかけたら向こうから、アルミニウムだったと思いますが、ボートを出してくれて、それに乗せてもらって行きました。現地に着いて挨拶はできたのですが、そのあと言葉が続きませんでした。その水浸しというか、被害の甚大さに圧倒されて、本当に無力感を感じました。ですから、正直言いますと、何かが起こったときにはボートぐらい買える財力を持ちたいと思いました。そして、あとは、災害が起きたときに専門的に関わる力をぜひ身に付けたいと思いました。

1985年、49歳のときに日航機御巣鷹山墜落事故がおきました。たまたま伴侶を亡くさ

れた方がグループ・カウンセリングの中にいらっしゃいました。今回、カウンセリングで一緒にしたことを発表するために手紙で了承を得ましたら返事が来まして、「了承」とともに、「結婚して6年目だった。もう何年も経つが、今もって悔やんでいる」と書いて送ってくださいました。カウンセリングでは何とか一段落できるところまではたどり着きましたが、再び、遺族の悲惨さというか、悲惨さに圧倒されることでした。

そのつぎ、阪神淡路大震災が1995年にございまして、もう59歳でしたが、私の家、灘の家もやられて実家もやられて、私の方は「黄色」の危険というレッテルで、実家の方は「赤」で倒壊ということでした。

いろいろな経緯がございましたが、最終的には日本臨床心理士会の小川捷之先生がいらして、私の職場が大阪でしたから大阪で芦屋の黒木さんとか高橋さんとかを支援する支援部隊をやれということで、引き受けました。そこで都道府県の臨床心理士会にファックスを送りましてボランティアを募りました。そしてやってきてくださる臨床心理士の方に現地の地図をお渡しして被災状況などの説明をしてオリエンテーションをいたしました。宿舎が必要な方には内観の三木先生、それから関西カウンセリングセンターとか、お寺にも手配いたしましたして宿泊を確保いたしました。

O-157 学童集団下痢事件、これは堺で起こったことで、1996年、60歳のときでしたけれども、教育委員会から電話がかかってきて、校長が倒れているから来てくださいということでした。そして憔悴した校長と校長室で一日お付き合いをいたしました。これは府の会長として務めました。

それから大教大の池田小学校の事件はご存じだと思いますが、児童殺傷事件が2001年にございまして、65歳でした。学長がたまたま知り合いでしたから、すぐに電話がありまして、翌日から府の会長として現地で常駐しました。府の臨床心理士が応援にきてくれたので、オリエンテーションとか、家庭訪問するときのいろいろな手配をいたしました。

尼崎の脱線事故が2005年にございました。69歳でしたが、事故現場近くの聖トマス大学に、JRからも資金が出て日本グリーフケア研究所が設立されました。この研究所で私は遺族の方やグリーフケアに関わろうと学習会にきたした人たちと5年間活動しました。活動の一部は The International Conference on Counseling in the 21st Century (Honolulu) にて報告いたしました。この大学での活動は後に上智大学に移管をされました。

たまたま定年を迎えたところで、私の親が福島の会津若松の出身だからかどうかは分か

りませんが、福島の大学に招聘されました。ところが、2011年3月11日ですが、75歳のときに東日本大震災に遭遇いたしました。これはそのときに発表したものです。(写真6,7,8)

これは阪神淡路大震災のときの市役所です。5階がつぶれて、ぺっちゃんこになっています。(写真1)

これも東灘で撮った写真です。写真を撮る気にならなかったのですが、ロシアの学会(The 3rd International Conference on Conflict Resolution)からワークショップを依頼されたので、急きょ、5月ごろになって撮った写真です。(写真2)

日本臨床心理士会と私が勤めていた大阪市大と、妻が勤めていた大阪女学院と、女学院の保護者にコーヒーのメーカーの人がいて、何百人か1000人ぐらいのをもらったので、お菓子は大阪で私たちがポケットマネーで買ってきて、寄せ集めた机に白い模造紙をテーブルクロスのように設え、心のケアをいたしました。臨時に設けた心のケア・センターです。(写真3)

神戸市役所



写真1

神戸市灘区



写真 2

豊中市体育館



写真 3

これは大教大の池田小学校、8人の犠牲者が出ましたが、何年か経ってこういう記念碑が建てられました。（写真 4）

大教大付属池田小学校



写真 4

これは私の写真ではありませんで、SNS から取ったのですが、福知山の脱線事故の写真です。（写真 5）

「福知山線脱線事故(ネットから引用)」



写真 5

これは、福島に行ったときに勤めた大学の本部です。近くに高い建物があまりなくて目立ちましたから、TV ニュースでも新聞でも第一に報道されていました。(写真 6)



写真 6

これはいわき市。同じ福島県ですが、臨時バスと徒歩で訪ねました。「塩屋の岬って」美空ひばりの歌があるのでしょうか。それで、美空ひばりの記念館もあるようです。その塩屋の海沿いの住宅街を現地の院生を訪ねて歩いたときの写真です。一人では怖くて行けないから一緒に行ってくれというので、院生運転の車で行きまして、「こんにちは、大変ですね。」と声をかけて、それ以上は声になりませんでした。(写真 7)



いわき(塩屋の岬)

写真 7

石巻の話が出てきますのでちょっと紹介いたします。普通ならば仙台から1時間半かそこらで行けるでしょうかね、最近までずっと何年か不通でした。(写真 8)



写真 8

2. 悲嘆とは

悲嘆とは、そのプロセスと仮説、関わり方、また、和やらげるための“現代の神話づくり”というお話を申し上げたいと思います。

グリーフというか、悲嘆というのは愛する人や、それから大切なものを失い悔やみ・悲しむということだと思のですが。悲嘆や喪失はゲシュタルトで言えば、ゲシュタルト・クライシスといいます。ゲシュタルトというのは形、全体、統合といいます。悲嘆はそれが崩壊したときでもあります。すなわち、心身のバランス、ホメオスタシス、平衡感

覚が崩れ、今までの日常の恒常性が崩されたときでもあるとも言えると思います。フロイトによればモーニング・ワーク、喪の作業、それから対象喪失、オブジェクト・ロスということになるかと思います。

この悲嘆や喪失はできれば避けたいですが、生きていく上で避けることのできないものだと思います。人生は、このようなところに遭遇するわけですが、いつかはそういう悲嘆は和らげられるのでしょうか。なかなか和らげることができないのですが。

私は調査したことがございます。悲嘆を和らげるために誰に相談するか、あるいは何をするか。親に相談するか、先生に相談するとか、カウンセラーに相談するかなど、アンケートではいろいろな項目があったのですが、全部だめで、年月という時間が和らげることを助けてくれるという結果が出ました。これはものすごくショックでした。悲嘆は親にも友達にも言えない。カウンセラーにも言えない。

最近では、複雑性悲嘆（Complicated grief, DSM-IV, V6282）といわれるものが、DSMに載っています。この状態の悲嘆は、医療なり心理療法などの助けを借りる必要があると思うのですが、一方、日ごろ私たちが身内を亡くすということがありますが、全部が全部、医療や心理の専門家のところに行って悲嘆の作業をする必要はないと、私は思います。悲嘆には違いないのですが、そしてそれは喪失であり、悲しく嘆きであることには違いないのですが、お寺での初七日や月命日、四十九日を喪に服するなど、教会では 50 日祭の慣習があり、個人的に喪に付し、家族や友人、知人の見守る中で癒されていく。悲嘆は避けられないのですが、故人や被害者の冥福を祈りながら、ごく自然に、人間の回復力で癒されて行く。悲嘆の過程を耐えて行くところに人間の人としての強かさや成長が育まれるのではないのでしょうか。それが日本の伝統であります。

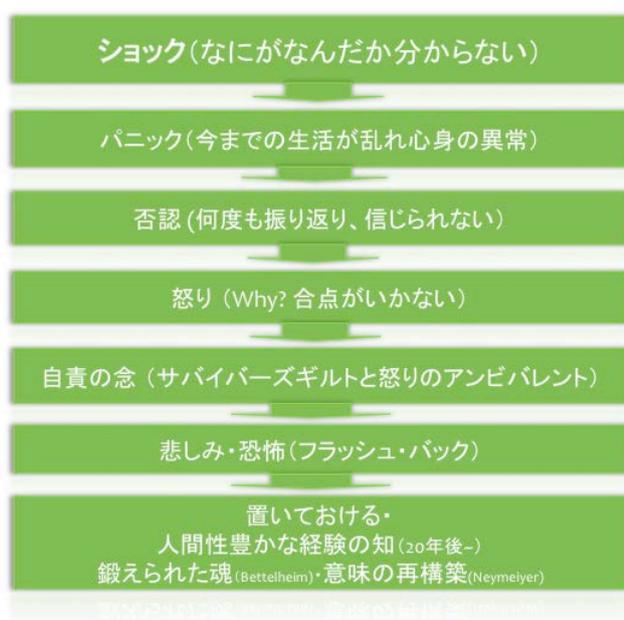
ところが昨今は、被害者の会や NPO、葬儀屋、病院、スーパーまでもが、“悲嘆の作業”に手を出している。そこで行われる“悲嘆の作業”が、経営方針や利潤のためでないことを願っているが、実に多くの団体が存在する。なかには、遺族の会に出てみたが、落ち着かなく、却ってざわついたとの訴えを聞かされたことがあります。この例はたまたまかも知れない。

そして、日本では地震や津波、大雨による大災害が頻発していて、被害者が大勢出ている昨今の事情があるのかもしれないが、ポピュラー化しつつある“悲嘆の作業”については、私は少し考えたらいいなと願っています。

何れにしても自分と関わりのある人や物との離別や死別は、他でもない自分に否応無く

突きつけられる。個人的には、静かに、厳粛に喪の作業をしたいと思っています。

私は、自分の経験も踏まえて、悲嘆にはプロセスがあるのではないかと考えています。まず最初は“ショック”。何が何だか分からない状態。それから“パニック”というか、ショックとパニックを一緒にしてもいいと思うのですが、ショックから少し経ってもまだ今までの生活が乱れて心身の異常があるという状態（パニック）を分けてみました。これは一緒でも構わないと思うのですが。



そのうちに“否認”が来るのではないかと。私も場合もそうでした。何度も振り返りながら、信じられない、本当に起きたんだろうか。そういう否認のプロセスがあるかと思っています。

そのつぎには“怒り”。なんで選りに選って私なのか、なんで神戸なのか、なんで東北なのか、合点がいかない。合点がいかないところに怒りが出てくると思います。

しばらくすると、生き残った者には生き残った者の自責の念というか、“サバイバーズ・ギルト”と呼ばれていると思いますが、それと怒りとがあって、そのアンビバレントな両価値的な状態になる。そんなことが経験から想定されました。

そのうちに深い悲しみ、それから“フラッシュバック”などが出てきます。私の場合、避難したホテルで寝ていますと、夜、ダンプカーやトラックが通って振動がありますとワ

一ツと体が反応して、また地震かなと思うような、そういう恐怖、フラッシュバック、“悲しみ”がございました。

それから、そのうちに“置いておけるようになる”。忘れることはできないし、忘れてほしくないとは思いますが、そのうちに自分の生活にそんなに支障をきたすようなことでなくなり、置いておけるようになる。人生豊かな経験則、経験の知、私の場合は24年後の今でもなお残っているのでありますが。ベッテルハイム (Bettelheim, B.) だと”鍛えられた心”、ノイメイヤー (Neimeyer, R.) によると”意味の再構築”があるのではないかと考えています。

震災が起こってすぐの危機介入をした例をお話します。避難所で寝起きしているお年寄りがいました。「こんにちは。お体の具合の悪いところはございませんか」と声をかけ側に行くと、「宝物を全部失ってしまった。何もかも失った」とおっしゃった。<うわあ、そうでしたか、大変でしたね。何もかもとおっしゃったけど>と、お尋ねしますと、「思い出の写真とか、家族と一緒に過ごしてきたいろいろな思い出の詰まった家が潰れてしまって、全部失ってしまった。若い人が生き残って、年取った私がどうしてこう、長生きとか、生きながらえているのかな」と。「ああ、そうですね、なんででしょうね」と介入いたします。しばらく二人で黙っていましたが、涙声で、しかし私の目を見ながら、「きっと生きながらえたのだから何ぞあるのかな」とおっしゃったので、私も、「そうやなあ、何かあるのかなあ」と。お互いの顔を見つめ合いながら、そういう話をしてその場を去りました。

子どもがお寝小をしたり母親にまわりつくというのがありまして、避難所の本部におりますと電話がかかってきました。飛んで行きましたら、小学生ぐらいだったと思いますが、小さなお子さんとお母さんとがいらっしやいました。<ボク、こんにちは>と挨拶をしながら、<おじちゃんもね、怖かったからね。ボクも怖かったやろ。だからおじちゃんもね、奥さんの手を握ってね、寝たよ>と言いました。そうしたら男の子がにこっと笑ってくれました。お母さんも気がついてくれたのでしょうか、「いやあ、本当に怖かったよね、怖かったよね」とおっしゃって、礼を言いながら帰って行きました。

さて、今日、特にお話をしたいのは、福島での関わりなのですが、石巻の津波で父親を亡くした院生との関わりががございます。東日本大震災の3週間を過ぎたころ、その院生を訪問しました。同級生の院生の仲間二人と共に臨時バスで駆け付けました。石巻までは全ての交通手段が断たれていたので行けなかったため途中の仙台駅まで院生が運転して来て

くれたので駅前のレストランで会いました。そして、約3時間昼食を共にしながらお会いしました。院生と家族の被災の状況と院生の気持ちをシェア後、何かできることはないかと伺いました。女性でしたから、「下着が欲しいな」とおっしゃっていて、一緒に行った女性が、「私が何か都合する」と、言ってくれました。

その後は、毎日、メールでやり取りをしました。彼女が大学に復帰したのは6月だったと思いますが、研究室で会いました。だいぶ元気を取り戻しているように見受けられました。

6月に入って震災後3カ月経ち、石巻で合同の葬儀が執り行われましたので、そのとき、私の思いをしたためたものを添えて香典と共に渡しました。

以下がそうです。

「あの方は叫ぶ間もないままあつという間の出来事だった。

足をとられ、体を奪い、肺に入り込み、泥水は鼓動を止めた。

そして、あの方は怒りたける波間に沈んでいった。なすすべもなく怒涛の波間にただ呑み込まれていった。あの方の叫びにならない叫びは誰にも届かなかったのか。

壮絶なあの方の最期、誰にも聞き取られなかったこの精一杯の死に際の叫びは

何と孤独な叫びであることか。人としての威厳もなく人の限界を超え、

地球の営みの猛威のなされるままに、虚しく埋没していった。ああ、あの方を想う。

張り裂けんばかりのこの胸で想う。無惨！

われわれは、あの渦中にもがく魂の痛みを忘却のかなたへと安易に押しやってはならない。

つかの間のインスタントな繕い笑いで覆い隠してはならない。

激しい怒りは沈殿した悲しみとなり、空虚となり、暗やみが訪れる。

いつの日にか尊い糧となり、あの方の叫びは昇華(高め)されるのだろうか」2011.6.21 福島にて

津波で父親を失くすという院生の悲嘆と向き合っていますと本当になすすべがない無力感を覚えます。知恵が欲しいと思いました。想像を絶する津波、かけがえのない人や財産を失った悲嘆とどう向き合えばよいのか。私は神話の中に人間の災難や苦難などの悲嘆を克服する知恵が含まれているのではないかと考えるようになりました。すなわち、悲嘆の経験はそのままでは辛いので、神や超自然現象のなせる業なら仕方がないとして腹に収めることができる。神話は人間の知恵ではないか。それならギリシャ神話や古事記などに限

らず現代の悲嘆の経験も昔と同じように神話にしたらどうかと思うようになりました。

そこで、現代の神話づくりをいたします。題材というか、資料は、お話しした院生です。東日本大震災時に石巻市の病院に勤める医師である父親が津波で犠牲になったという喪失体験です。石巻を襲った津波は 25m 以上、3700 人が犠牲、70%の住民が家屋を流失いたしました。院生は大学のある福島市にいたので、難を逃れたが、実家の父親とは電話が通じず、また、報道でも生死が分からなかった。一週間後に開通した臨時バスで実家に帰り、行方不明の父親を捜す。結果は安置所になっている体育館で、白衣のまま、そして白衣の下に、彼女がクリスマスにプレゼントしたポロシャツを着た父親を発見いたします。

私は院生の話をもとに神話の創作にかかります。3 年後、もう修士課程を修了していましたが、この院生と会う機会がありました。私は本当に恐る恐る、「君の心のほんの少しでも近くにいたいから、そして君の体験した震災のありのままを忘れたくないので、私からのプレゼントなのですが」と、神話の粗筋を、買ってきた純白の封筒に入れて手渡しました。

偶然に彼女の方からも、「父親や病院、自分のことが記録されている本、出版されたばかりです。ぜひ読んでください」と『海に見える病院』を差し出して私の創作した粗筋の神話と交換いたします。仙台から私の西宮の家まで訪ねてくれた、そのときの話です。

これがいただいた『海に見える病院』です（写真 9）。父親は副院長をしていましたし、彼女は心理学をやっていたというので、この記事の中に何箇所も出てきます。

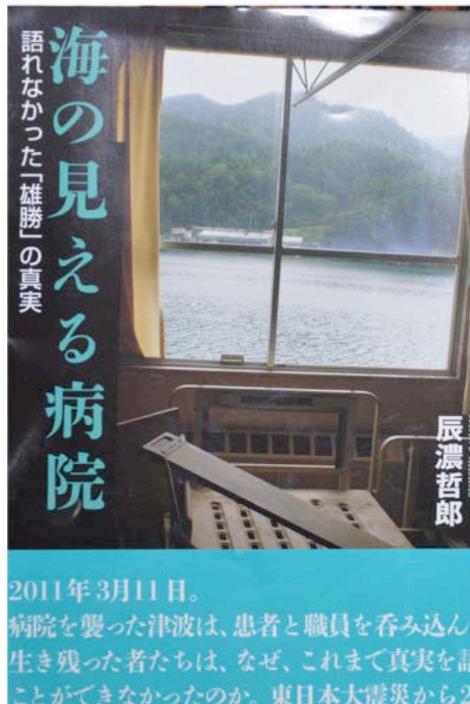


写真 9

彼女は神話に目を通した後、「忘れないで書き留めていただけてうれしいです。風化するのが一番恐ろしいです。私の宝物にします」と、涙をにじませました。そこで彼女と神話を読み合わせながら、被災の実際や本に記載されているエピソードをもとに加筆、修正いたしました。

神話の機能ですが、カイヨワ(Caillois, R.)の『神話と人間』によりますと、神話は解釈をするより、神話を創り出す能力や神話を生きる能力が大切で、神話ほもろもろの心理的過程の結び目を成す、精神分析よりも有効と。お叱りを受けるかも分かりませんが、カイヨワが書いているのですからお許しをいただきたいと思いますが。

『ギリシャ神話』（呉茂一）には、ギリシャ神話は演劇、詩、歌の形式をとるけれども、行楽の少ない古代ギリシャ人を楽しませる催し、あるいは感情解放のための市民サービスだという理解が示されています。同じように、『アリストテレス』という本の中には「カタルシスだ」と出ています。それから、大塚ひかりは、「黄泉（よみ）から生き返る、心を開かせる」という理解を示しています。私は悲嘆の状況とそれへの鎮魂というか、レクリエムだと思っています。

二人で創作した神話をご紹介したいと思うのですが、この小さな文字のところは APA で発表した文献名です。

「昔、あるところに、リアス式海岸に面した、風光明媚な小さな村がありました。その

小さな村は遠く東に位置していましたが、そこには小さな可愛い女の子が両親と、それはそれは仲むつまじく住んでいました。その小さな村は漁村で国一番のマグロが水揚げをされる場所で有名でした。小さな女の子は美しい自然に恵まれた、小さいけれども潇洒（しょうしゃ）な白い家で両親の愛情をいっぱい受けて大きくなっていきました。

父親は村で一つしかない病院のお医者さんで、その腕の立つことや誰にも差別なく親身になって診療することで知られ、道で出会う村民は深く頭を下げ、挨拶して、尊敬の念を示すほどで、村中評判のお医者さんでした。家族のみんなも父親が好きで愛していました。ハンサムで魅力的な低い声はとりわけ小さな女の子のお気に入りでした。

そんな父親は村のお医者さんとして病人や村人のケアで多忙で、家族のことを顧みることがだんだん少なくなっていきました。このことは父親が家族のことを嫌になったというわけでは決してなかったのですが、父親と一緒に遊んでくれないので、女の子は寂しく思うようになりました。

朝、父親が村の病院に出かけようとしていると、「どうしてファミコンを一緒にしてくれないの」と、ぐずるようになりました。そして女の子は父親に、「あなたは私のお父さんではなく患者のお父さんだ」、あるいは「お父さんいなくても私平気よ」と、捨てぜりふを投げつけたり、夜遅く帰宅した父親に、「どこのお父さんかしら、今ごろ帰ってきて」などとうそぶくようになりました。

女の子は寂しさをどうすることもできなく、中学生になると内心では心がだんだん荒んでいきました。高校生になり、周りが大学受験を考えるようになりました。彼女も考えていましたが、担任の先生が「医学部を目指しなさい」と後押ししても、医学部だけはやめておこうと心に誓っていました。

彼女は頭がよく、成績も学年でトップ・ファイブでズバ抜けて優秀だったので、医学部も十分射程内でした。しかし、職業としては医師を選択したくありませんでした。なぜなら、医師になれば父親のように家族より患者を第一に考え、家族と一緒に過ごす時間がなくなった上、多忙な職業には就きたくなかったからです。彼女は医学ではなく心理学を専攻したいと考えていました。人の気持ちや考え方、行動を学ぶことができるからです。もちろん医学は魅力的であることには違いないのですが、彼女の理想は家族と一緒に時間を過ごし、喜びも悲しみも共にすることでした。

そして、地元にある希望の大学に入り、心理学を学び始めました。人はどのようなときに喜び、どのようなときに悲しむかなど、自らを含め人の気持ちや考え方、行動について

の学びにとっても興味を惹かれていきました。心理学の中でも臨床心理学に特に魅せられ、大学院に入ってさらに学びたいと思い、自宅を離れ、下宿をしなければならなかったのですが、自宅から約2時間半のところにある大学院に入学しました。大学院では院生仲間もでき、有意義な講義や実習の毎日に心を躍らせていました。もう彼女は女の子ではなく、希望に胸を膨らませた若い女になっていました。

ある日、大学院の教室で勉強していると午後2時46分、突然大地が動き、教室が揺れ、道路が浮き上がったり沈んだりしました。オオナマズが海の神様をそそのかして暴れ出したと若い女は思いました。若い女は揺れる中でとっさに机にしがみつき、顔を伏せ、天井からの落下物を避けました。院生仲間はうろたえる者、教室の外に出ようとする者、悲鳴をあげる者、同じように机にしがみつく者、みな動揺していました。いわゆる世間でいう東日本大震災でした。

それは震度9.0を超え、あとで分かることですが、その国では一番の大きな地震で、陸続きの山村には最大40.1mの津波が起き、死者は行方不明を含めた2万人を超え、家屋の倒壊は40万を超え、被災者も数えきれない数字に達しました。彼女のいた下宿は内陸部でしたので、津波からは逃れることができましたが、原子力発電所が破壊された放射能の汚染が村人を不安にさせていました。ライフラインは破壊され、交通網は寸断されました。したがって、人々は水、食糧に事欠きました。

若い女の下宿は倒壊し、途方に暮れていると院生仲間が自宅に招いてくれ、寝るところと食べることをなんとか確保してくれました。院生仲間には家族があり、その家族と一緒にだったので、寂しさは免れましたが、心は不安で揺れ、特に実家の両親のことが気がかりでした。交通網が断たれ、家に帰ることもできず、携帯で電話をしても通じませんでした。

4日してやっと電話が自宅とつながりましたが、父親が帰宅してないということでした。テレビにかじりついて父親の勤務する病院や村の報道がないか観ていました。そうすると村の病院は津波に襲われたという報道はあるのですが、父親の安否については報道されませんでした。

臨時バスが出るという知らせが一週間後に入りました。いてもたってもいられず、取るものも取らず、とにかく若い女は臨時バスに乗り込みました。満員のバスに揺られながら窓越しに見る、倒壊している家々の悲惨さに驚きながら、彼女は父親の無事をただひたすら祈っていました。臨時バスは途中の村までしか行かなかったため、あとは友人に来てもらい、車で自宅までたどり着きました。途中は瓦礫（がれき）の山や道路が陥没している

ところもあり、2時間をかけ、やっとの思いで着いたというのが真実でした。

自宅は村の高台にあったので、津波の被害からは免れたのですが、それでも地震で家中は棚や置物、衣服、本、食器が落ちて散乱していました。母親と飼い犬は無事でしたが、父親の消息はまだつかめていませんでした。翌朝早く若い女は村の病院のあるところへ行ってみました。病院は津波でコンクリートの側（がわ）だけが残し、みじめな姿になっていました。「父親の消息をつかみたい」と、祈るような思いで必死で尋ね回りました。そこで何人かの職員や消防士から父親の消息について聞き回りました。

彼女は、「人助けより自分も助かるようにどうしてしなかったの」と、怒りと悔しさとで涙が溢れてきました。同時に、なぜ今、オオナマズが海の神様をそそのかし大暴れしたのか、オオナマズや海の神様を恨みました。泣きながら津波の跡の瓦礫（がれき）の混沌とした村の中を尋ね歩きましたが、歩き疲れ半ば落胆し、気持ちも体も挫けそうになりました。

しかし、不思議な思いに導かれ、渾身の力を振り絞って父親を捜し続けました。犠牲者が安置されている公民館や寺なども見て回りました。とうとう何カ所目かの犠牲者を安置している体育館で父親を発見しました。大柄で豪快な父親は無言のまま冷たくなって横たわっていました。一緒にいた母親が「パパ、パパ」と、父親を抱きしめて泣き崩れました。若い女はそんな母親を止めませんでした。自分も冷たくなっている父親にすがりついて泣きました。

しばらくしてふと気がついて見ると父親が着ている白衣の下にはクリスマスにプレゼントしたグレーのポロシャツがのぞいていました。「もっと暖かいシャツをプレゼントすればよかったね、寒かったろうね。」横の所持品の中には若い女が使い古して捨てたクォーターの黒い財布がありました。知らなかったが、父親はその古い財布を拾って使い続けていたのでした。そして、財布の中からは七五三のとき、自分が写っている泥々でぼろぼろになった写真が出てきました。

父親は家族より患者の方ばかりを大切にしていると思っていたのに、ちゃんと私のことも思っていてくれたのだ。嬉しさが込み上げてきました。「気がつかなかった。ごめんなさい」。若い女は声を張り上げて泣き、謝りました。

泣いていると何人かの父親に助けられたという人たちが寄ってきて、「『先生、逃げてください』とお願いしたのですが、『患者を置き去りにはできないよ』と、先生は病院に留まりました」、「『屋根につかまれ』と押し上げてくれたので、私は助かったのよ」、

「『頑張れ』と声をかけてくれたので助かったのです。先生の声は今も残っています」と、皆、一緒に泣いてくれました。

若い女はしばし複雑な気持ちになりました。あんなに憎んでいた父親像と人々の犠牲になって感謝されている善良な父親像とが彼女の中ではしっくり収まりませんでした。それに父親から想われ愛されていたのに自分はそれを知らなく、むしろ反発していたことに氣ついて罪悪感とともに自分の感情の揺れを抑えることができませんでした。

冷たくなっている父親の顔をなでながら後悔の念が込み上げてきました。元に戻しようのない後悔の念に、ただ泣きじゃくりました。「お父さんの気持ちを知らなくてごめんなさい。」お父さん、ありがとうと生存中の父親に伝えるチャンスを失ったからで、そしてかけがえのない人を失ってしまったという絶望感にその場に崩れていました。

どれくらいの時が経ったのか、周りにはもう暗くなっていました。突然、若い女は胸に熱いものとともに、ある念いが去来するのを感じました。どれほど父親を想っていたのか、反発ばかりしてそのそぶりを一度も見せなかったが、本当は好きだったのだ。もっともっと人生について教えてほしかったし、大人になった自分と一緒にお酒も飲みたかったし、話がしたかった。できない今となって、父親のように人の役に立つ人間になるしかない。そうすることが父親の近くにいることに繋がる。若い女はそんな念いで、そう決心し、父親に誓いました。

若い女は念いを新たにして、さらに心理臨床を勉強して、人と関わる力量を上げていきました。とりわけ愛する人を失い、悲嘆に暮れている人、援助を必要とする人にどのように関われば和らぐことが可能になるのか、心理療法の深みを極めたいと思いました。若い女は自らの胸のうちに深い喪失感を秘めながら、それをむしろ原動力に病院実習や大学のカウンセリングルームで人間理解や介入のスキルの習得に励みました。

大学院修了後、母校の学生相談室に就職し、相談に来る学生に親身になって関わりました。その姿は先輩からも周囲からも注目されるようになりました。とりわけ彼女の温かくサポーターティブなカウンセリングの評判はキャンパス中で知られるようになりました。

ある太陽が高く感じられる午後、カウンセラーとなった若い女は帰省した村の高台にある父親の墓の前に立っていました。お参りをしていると、ふと彼女は父親のように人助けの職業に就き、父親と同じように毎日夢中になっていることに気がつきました。知らず知らずに父親の好きだったエリック・クラプトンのジャズの音楽を聴いていることにも気がつきました。何か可笑しくて笑えてきましたが、とても嬉しい気持ちで満たされました。

「お父さんと同じだよ、私」と、父親に話しかけていました。

好きだったり反発したりいろいろあったが、やはり彼女は父親の娘なんだ。医学と心理学という違いはあるけれども、人助けという同じ道を歩んでいる。そこに彼女は何か運命のようなものを感じました。そして、その運命が二人を結び付けている。若い女は父親と彼女に起こったことは何か超自然的な力、海の神様が津波という大災害という方法ではあったが、父親との関係を修復し、結び付けてくれたのだと悟りました。

この娘と父親に起こったことは小さな村の村人のあいだで評判になり、広く話されるようになりました。「ねえ、知ってるかい、昔々ね、この村でね、こんなことがあったんだってさ」。それは村人から村人へ、年老いた人の間でも、若い人の間でも、男女を問わず語られ、また、親から子どもへと何世代にもわたって、地震や津波という海の神様の怖さと同時に父娘を結び付けた悲嘆の愛の物語として、風光明媚なマグロ漁獲量その国一番の小さな村の村人の誇りとともに語り継がれるようになったとさ。」

神話の機能

考察ですが、まず、神話を創り、カイヨワが言っているように、神話を生きること成功していると思われます。実は、カイヨワの文献を読んだのは神話創りをした後だったのですけれども、当てはめて見ますと当たっています。それから、最初にありましたギリシャ神話ですが、神話の機能のところで見えた演劇、詩、歌としてカタルシスになっているかについては、この神話を二人で完成させる一連の作業で、作業そのものがカタルシスであったと言えると思われます。院生は、「悲嘆な経験を忘れ、風化していくのが寂しくて悲しいと思っていたので、忘れずに書き留めていただいて嬉しい。私の宝物にします」と、涙をにじませていて、そこにはカタルシスになったり、意味の洞察があったと思われます。そして、神話化により二人は、創っている最中もそうでしたが、大変、霊的な、スピリチュアルな世界にいざなわれておりました。

2番目に、心を開かせるという点ではどうか。今回で言えば自然は育み、恵みをもたらすけれども、喪失ももたらすという、自然の持つ力の前で無力な人間の姿を浮き彫りにしました。それでも自然は院生が反発していた父親との死別を契機に自らの心を開き、人のためになる職業を選びたいという力、いわば生きる力を引き出している。それは、前後しますが、現実の生活でも、院生は母校の学生相談のカウンセラーになっています。それゆえ、創作した過程を含めて、神話が心を開かせる能力を強化したと言えると思われます。

悲嘆の状況とそれへのレクリエムの点はどうか。院生との共同作業の経験は悲嘆のありさまをありのまま声に出し、涙し、笑ったり感情が揺れることでありましたが、経験を再体験、再所有と申しますが、することによって経験の意味を洞察することができたと思われれます。それはとりもなおさず悲嘆への鎮魂になり得たのではないかと思われれます。ゲシュタルト療法的には、思いを声に出すこと、言語化すること、そして擬人化して人物になりきること、演じることなどはホメオスタシスの機能を活性化させる。それゆえ神話化は喪失体験の意味を模索する方法ということができると思われれます。

今のところのまとめとしては、どうすることもできない自然との関わりや人による不条理、怒り、悲しみという悲嘆の経験を人類は神話化することで対峙し、耐え、癒されようとしてきたのではないか。それは人類のサバイバル力としての知恵なのではないか。その知恵を現代においても意識的に応用するところに心理療法としての可能性が見られると言えないか。

ところで、私の介入法ですが、被災の初期には危機介入をいたします。傾聴とか、声や言葉にすることを促す触媒の役割をいたします。3カ月経過後から PTSD が顕在化する時期には、私どもが言う“エンプティ・チェア”とか、“バラの木”とかのイメージ法などを加えます。しばらく何年か経ったりしますとその後は“神話化”をして、ご紹介しましたように、「昔々あるところにて始まり、～であったとさ」という物語を自ら語ることを勧めています。

“エンプティ・チェア”というのは、こういう椅子を使います。(写真 8)



これは（写真 9）実際にお寺でやったのですが、本物ではなくて、本物のワークが終わったあとで「今回の講演のための写真を撮りたいから」と許しを得て、演技をしてもらったものです。でも、終わったすぐ後ですから真実味はあるかと思いますが。日本で便利なのは座布団が使えるということです。ヨーロッパやアメリカでは椅子しか使えませんが、座布団の場合は殴る、蹴るができますし、投げることもできます。また抱擁することもできるので便利です。

この方も演技をしてくれたのですが、ああいうふうに座布団を投げて怒りを表現したりしています。（写真 10）



写真 9



写真 10

3. なぜ私が何回も悲嘆の作業に遭遇するのか。

そのうちに自分の悲嘆にも気がついてそれに触れることになるのですが、私は三つのおきに関東から関西へ親の仕事で転宅しています。友達との離別やら、それから四つぐらいの妹を亡くしています。年が分かってしまいますけれども、空襲で逃げ回った経験があります。阪神工業地帯というか、武庫川の近くにおりましたから爆弾やら焼夷弾が落ちてきて逃げ回ったことがあります。武庫川というのは甲子園球場の近くですが、当時、空襲によって何百人という死者が出ました。そこで河川敷に枕木をたくさん積みまして、数は覚えていませんが、そこで茶毘（だび）に付したのです。私は小学3年生か4年になるころだと思うのですが、今でも武庫川に行くと、そのときの騒然とした光景が目に浮かびます。

結婚してすぐなのですが、残念なことに、赤子が産まれましたが 680g で、保育器に入れられていました。とてもじゃないけれども持ちませんでした。でも、せっかく産まれて

くれたのですから家へ連れて帰ってきました、牧師さんをお通夜をして、つぎの日はお葬式をして、家族だけですけど、焼き場に連れて行って、そして弔いました。

この赤子との死別、友や妹の離別とか死別、河川敷での茶毘（だび）を見た経験とか、そういうのを合わせた喪失体験が、何か年のせいでしょうか、ここ最近、沸々と出てくるんですね。

ですから、わざと自分からは飛び込んでいきませんが、請われれば、その悲嘆の作業に飛んでいきます。それで、知らず知らず、沸々と出てきている私の念いが私の物語を紡いでいたのだと思いました。で、神話化をしたり、それから、一足飛びで恐縮ですが、トーテムポール創りをしています。トーテムポールもいろいろな神話と関係があるので、創ることをいたしました。（写真 11）

これは本物ですが、許しを得ていますけれども、一年間を通してスーパーヴィジョンいたしますが、そのグループの人たちに午前中私の話を先ほどのような物語を聴いていただいて、それは本当の話ですけれども、神話になるように聴いていただいて、参加していただいた方にトーテムポールを作っていただく、一日がかりで作っていただきます。これは、別のグループのトーテムポールです。根っこのところから順に私の生い立ちが語られているのです。（写真 12）



「私物語→話し合い→トーテムポール(神話)作り

写真 11



トーテムポール完成→物語る(神話)

写真 12

なぜ何回も悲嘆の作業と遭遇するのかということですが、私だけではなく、人生は出会いと別れとフロイトが言っていますけれども、早晚、悲嘆と遭遇する。だからこの悲嘆と遭遇するのは、生きてる者としては宿命だろうと思います。私の幼児期からのそういう喪失体験や離別とか死別体験とか、河原での目に焼き付いているものとか、それらに対する鎮魂をしたいという念が私の中にあるのかなと思うようになっていきます。それで何回も遭遇するのかなと。

悲嘆の作業に遭遇し、驚愕し、心が傷ついておりますが、人生の深遠さと自然との関わり、人が引き起こす悲嘆とは何かを考えさせられています。それらは私を謙虚にして、愛する人や他者と精一杯生きることへといざなってくれています。

以上です。ご清聴ありがとうございました。(拍手)

山下：先生、どうもありがとうございました。すごく早く話していただいて、時間内にとということなのですが、先生の心理臨床活動が相談室だけではなくグループワーク、さらに悲嘆をしている人々に関わっていかれるということ、そのことについて自己開示も含め非常に深い感銘を受けました。本当にどうもありがとうございました。

倉戸：ありがとうございました。

山下：時間もまだ、先生にすごく巻いて話していただいたので、どのようなことでも結構ですので、補足していただければと思うのですが、

倉戸：いや、むしろ先生からコメントをいただきたいと思っておりますけれども、ぜひ

お願いいたします。

山下：本当に先生の行動力を学んでいきたいなというのと、もちろん理論ですけど、理論だけではなく行動力、そして何より人に寄り添う根本的な心根のようなものが非常に伝わってきました。そこで、今、ナラティブとか、ストーリーとか、そして今先生が言われた神話というようなことは共通すると思うのですが、そのへんに関して他の療法も含めて何か関係とか、先生の言われる神話について話していただければと思うのですが、何かコメントをいただければと思います。

倉戸：恐縮です。ナラティブセラピーも、発送は一緒かと思うんですね、私たちが語る力というか、能力とかを用いる。ただ、私の先生はポルスタ（Polster, E. & M.）という有名なご夫妻なのですが、『あなたの人生も物語になる』という本を出してしまっていて、むしろ私はそちらに影響されたと思うのです。ナラティブはナラティブで最初私も好きだったので、お叱りを受けてはいけませんけれども、ずいぶん形式化してしまったような感じを受けます。

それで、「トラウマを持っている方のために」とか。それから、まずウオーミングアップをして、それから自分で話したり、直面できるようになったらその物語を創っていくとか。ほとんど一緒なのですが、私達のは、違いと言えば、形式化してなく自由です。ただ神がかりにしてしまったところ、どなたにも適用できるところ、その辺がちょっと違うだろうと思うのです。これは却ってよこしまな面もあるのですが、やはり私自身もそうなのですが、いろいろなクライアントさんにお会いしたりすると私の力ではどうにもできない、何も言ってやれない、そういう状態になります。そうすると一緒に沈黙したり泣いたりという経験が多くあるものですから、そのようなとき、神話を思いついたんだろうと思います。

ただ、神話というのは、きょうご紹介したのは一つでございまして、月に一度グループを持っていますが、そのグループでも導入したことがあります。そのときは長時間ではなく、お一人3分とか短い神話を創っていただいて、そしてそれをみんなでシェアする。それから、あるグリーフケアの教室というか、参加者が40人もおりましたけれども、そこでも一人ずつ3分くらい、90分の時間内に全員言っていただく。そうするとグリーフの経験をお持ちの方は3~4分の神話というか、物語でも、一番辛かったことや癒されたことを涙を流しつつ語ってくださる。そういう訳で、今では、いろいろなところで導入させていただいています。

あとは、私たちのセラピーは、鑑先生がいらして恐縮ですが、あまり解釈しないのです。成ってみたり、成ってみて生きるとこと、夢についてもできるだけ解釈しないで夢に出てくる登場人物に成ってみて、今ここで再現をしてみるということをします。あとで発見したのですが、そういう意味でカイヨワが書いてくれているような、神話を生きなさいというそのメッセージに何か私たちは共鳴できるというように思いますけれども。

それから、山下先生は学長先生でお忙しいところ司会をお引き受けいただいて恐縮至極ですが、ユング派ですから失礼なのですが、どちらがいいとか悪いとかではありませんけれども、違いということだけ言いますと、たとえば、ユング派の方、河合先生などもそうでしたね、一寸法師の話をよくなさっていますが、一寸法師は、武士になりたくてお椀（わん）の舟に箸の櫂（かい）、そして針の刀をさして都に上っていく。途中出会ういろいろな苦勞をしながら都へ上り着く。そこで三条の大臣の一人娘春姫の家来になる。ある日、赤鬼が出て春姫を拐おうとするが一寸法師は針の刀で姫を守り、退治する。そして春姫と結婚をする。そこで終わっているのですが、この物語の象徴するところは自己実現だとしている。そういう理解なんでしょうね。それを批判するつもりはさらさらありませんが、私たちが、もしも一寸法師をテーマにするならば、イメージの中で一寸法師に成って、お椀に乗って箸の櫂（かい）で漕いでみたり、針の刀になって赤鬼をやっつけてみませんか、あるいはお椀や箸の櫂に成ってみて、あるいは赤鬼に成ってみてと言って、それぞれの登場人物に成ってみることをたぶんお勧めするだろうと思います。これが違いだと思います。

ただ、この技法には批判もありまして、深い人間理解とかカウンセリングなり心理療法なりの、あるいは心理臨床の理解があつての上なのです。下手すると眠っていた子どもを起こすようなことがございますし、そういうリスクがたくさんありますけれども、今のところ幸いに私たちは訓練も年間を通じていたしますし、あとでフォローができる体制になっています。それゆえ、今のようないリスクがあつてもそれがカバーできるかと思っています。以上なのですが、また、どうぞお教えください。

山下： いや、本当にありがとうございます。今のお話、心理療法一般に言えることだと思います。頭と心、理論と共感みたいなこと両方が大事であつて、どちらか一方に偏ってしまうともう形式化して、頭だけでこうこうでとなったらクライアントさんとずれてしまふし、理論を無視したり軽視すると、今、倉戸先生が言われたように心だけになると非常に危険だというようなところ。心と頭を非常に両方大事にされて、そして先生は心を非

常に大事にしていこうと。

その象徴がケースとして出していただいた、あの神話を創ってくれた学生のその神話の中に、「一緒に泣いてくれました」というのがありました。あれが核だと思います。「この人は本当に心を共有してくれる」というようなところを神話の中で語っていますし、そして実はその神話を聴いてもらっている倉戸先生、まさに一緒に泣いてくれる、共有してくれる、かけがえのない先生だと彼女は感じ取ったと思います。だから、一人ぼっちじゃないんだ、心を共有してくれる人がいるんだということで、その悲嘆を心に収めていって立ち直っていったと思いました。

倉戸：ありがとうございます。

山下：まだ時間もあるのですけれども。

倉戸：ちょっと端折ってしゃべりすぎて（笑）、ごめんなさい。特になんですけど。

山下：もう本当にご講演自体が一つの完成されたご講演だったので、もうみんな感銘を受けてなかなか質問が難しいと思うのですが.....それでは、もうこれだと思いますけれども、今日のテーマは何かというとやはり心。いかに寄り添うのかというようなことを話していただいて、そしてこちら心もすごく動かされたということだと思います。もちろん理論は非常に大事なのです。理論なしで向かう危険性というのは先生も何度も指摘されていますけれども、その辺の「心を動かす」というようなこと。

そして私なりに言うと、『星の王子様』を私は好きですが、子どもから大人になるときに大切なことは目に見えないんだということとともに、時間をいかに共有するのか。一見無駄に見えるような時間をいかに相手とするのが大事なんだということをキツネは星の王子様に教えるわけです。そして星の王子さまは大人になっていく。まさに一見「何してんの」みたいなことをわれわれは無駄にしているようなことをしているかもしれないけれども、それをクライアントさんと共有していくという大事なことをしていると思います。それを今日、話していただけたと思っております。

最後になりましたけれども、先生、これからもご健康に留意してどうかわれわれをご指導、ご鞭撻よろしく願いいたします。

倉戸：ありがとうございます。

山下：先生、ありがとうございました。（拍手）

それでは、これでこの学会賞受賞者講演を閉じたいと思います。本日はどうもありがとうございました。（拍手）

文献

- Bettelheim, B. (1960) *The informed heart: Autonomy in a mass age*, Alfred A. Knopf (ベッテルハイム、B. 丸山修吉訳 (1975) 『鍛えられた心』法政大学出版会
- Caillois,R. (1938) *Le mythe et L'homme*, Gallimard (久米博訳 (1975) 『神話と人間』せりか書房
- Kurato, Y. & Kurato,Y. (1995a) *Helping the victims of the Great Kobe-Osaka Earthquake*, The 3rd International Conference on Conflict Resolution, St. Petersburg, Russia
- Kurato, Y. & Kurato,Y. (1995b) *Mental health care for the victims of the Great Kobe-Osaka Earthquake*. The 5^h International Conference on Counseling in the 21st Century, City University of Hong Kong
- Kurato, Y. & Kurato, Y. (1997) *A mental health care project for the college students' survivors of the Great Kobe-Osaka Earthquake*, The International Conference on Counseling in the 21st Century, Beijing
- Kurato, Y. (1999) *Human ecology and natural disaster*, Paper presented at the 2nd International Symposium in the Cooperatin Program between Human Ecology and Community, Korea
- Kurato, Y. (2009) *Empty chair work as a way to deal the grieving-In case of Family of victim in the 2005 JR accident in Amagasaki*, The 12st International Conference on Counseling in the 21st Century , Honolulu
- Kurato, Y. (2010) *"I am a bud-rose." A grief work over the loss of his daughter in the 2005 JR accident*. The 12st International Conference on Counseling in the 21st Century, Honolulu
- Kurato, Y. (2015) *A Mythological approach with the young leady who's father was victimized at the 3.11 Tsunami: A humanistic grief work*, APA, Montreal
- Neimeyer,R. (2000) *Seaching fo the meaning of meaning: Grief therapy and the process of reconstruction. Death studies 24,541-558*
- 東山紘久・高橋哲・杉村省吾・川畑直人・森田喜治・川上範夫・久留一郎・富永喜一・藤森和美・小川捷之・河合隼雄・倉戸ヨシヤ (1995) 「阪神大震災への援助活動に関する臨床心理学的検討と今後の課題」 『日本心理臨床学会』第14回大会、九州大学

- 呉茂一（1994）『ギリシャ神話』 新潮文庫
- 倉戸ヨシヤ（1995a）「毎日の挨拶が心の不安をかるくしてくれる」河合隼雄編『心を蘇らせる』講談社
- 倉戸ヨシヤ（1996d）「ボランティアが直面した心の問題岡堂哲雄（編）『被災者の心のケア』『現代のエスプリ別冊』173-182 至文堂
- 倉戸ヨシヤ（2001）『被災地における教師のストレス』 青土社
- 倉戸ヨシヤ（1996）「阪神淡路大震災の現地よりー1. 17大震災」『人間性心理学研究』第13巻第1号13-14
- 倉戸ヨシヤ（1996b）「全体性への動きとしての翳り」『人間性心理学研究』第14巻第1号16-21
- 倉戸ヨシヤ（1996c）「震災後のストレス障害と心のケア」『心の健康』第11巻第1号27-31
- 倉戸ヨシヤ（1997）「阪神淡路大震災と電話相談」『電話相談学研究』第10巻17-27
- 倉戸ヨシヤ（1996）「ボランティアが直面した心の問題」岡堂哲雄編『現代のエスプリ』別冊173-182
- 倉戸ヨシヤ・龍川悦雄・大友あやこ・野田幸子（2012）「東日本大震災の現地からの報告」『日本人間性心理学』第30回大会シンポジウム
- 倉戸ヨシヤ（2012）「幼児・児童・生徒への大震災時の心のケア、その功罪と教職員が二次被災にならないために」『福島学院大学大学院紀要』第5号、11-22
- 大塚ひかり（2012）『古事記：いのちと勇気の湧く神話』 中公新書
- 野田正彰・金香百合・ト部文麿・倉戸ヨシヤ（1995）「震災後の心のケアとは」『世界』5月号、65-75, 岩波書店
- 鎌幹八郎・上田紀行・中村雅彦・福井康之・倉戸ヨシヤ（1995d）「時代の翳と癒し」『日本人間性心理学学会』第14回シンポジウム、愛媛大学