

心理療法における言語

— 言葉の「あや」をめぐる —

若山 隆良^a

^a 湘北短期大学非常勤講師

【抄録】

心理療法における言語・「ことば」の問題について、ネイチャープレイの研究を通じて考えてきた。今回は、古今和歌集の仮名序など、歌論において論じられてきた日本語の言葉のあやについての知見を、心理療法の立場から考察した。また、言葉のあやと関連して、本居宣長が説いた「もののあはれ」という考え方についても、心理療法の視点から論考した。

【キーワード】

心理療法 レトリック 言葉のあや 連句 和歌 歌論 もののあはれ

I. 研究の目的

本論文においては、心理療法における言葉の「あや」の重要性について論考したい。論考の材料として、紀貫之（866～945年）による古今和歌集の「仮名序」^{*1)}に記された歌論、および本居宣長（1730～1801年）の「もののあはれ」という考え方について心理療法とどのように関わってくるか考察を試みたい。

II. 本論までの経過

筆者はこれまで本紀要において、ネイチャープレイの紹介と、ネイチャープレイの経験をもとにして、心理臨床（臨床心理学）と自然との関わり

について考察を行ってきた^{*2, 3, 4)}。ネイチャープレイとは、自然の森をフィールドして行なわれる心理療法的グループワークである。ネイチャープレイの実際については、本紀要の第16号で報告した。

ネイチャープレイは自然の森をフィールドとして行なわれる。そのため、ネイチャープレイにおいては森＝自然の特性がそのプロセスや展開に反映される。森を舞台として行なわれるネイチャープレイについて論考する中で、筆者は森を「アジュール」性を帯びた空間、言い換えると森そのものがアジュールであると考えた視点を持つようになった。

III. 森のアジュール性

アジュールとはドイツ語のasylを語源とする概念であり、かつて西欧で犯罪を犯した者や債務を負った者がそこにいったん逃げ込めば自己の責

<連絡先>

若山 隆良 takayosh@ta2.so-net.ne.jp

任・負債から免れることのできた「避難所・聖域」を意味していた。アジールの空間とされてきたのは、森林や河海、寺院、市場、墓所などの何らかの「公共性」を帯びた場所であった。西欧のカーニバル（謝肉祭）をはじめとした祭りや宴会、縁日など、中世史の文化的発展の原動力となった非日常的空間も広義のアジールの空間と呼ぶことができる。

西欧中世とほぼ同時代の日本の中世においても、アジールに相当する「無縁」あるいは「公界」と呼ばれる場所があった。「無縁」とは、日本の中世期、律令制による中央集権的な支配が弱体化す時代状況の中で、相対的に力を持つようになってきた勢力が、領主や地頭の私的な支配・抑圧に抵抗する拠点をもつようになり、そこへ隷属的な下人となることを拒否する平民・百姓らが逃げ込み、抵抗の基盤とした場所のことである。

歴史学者の網野善彦^{*5)}は、中世を通じて一貫して生き続けた、この百姓・平民の抵抗の力に注目している。網野は、「無縁」に拠ったこうした民衆の抵抗の中に、「長く強靱な生命力をもつ『原始の自由』の残存、『原始的な氏族共同体』以来の流れをくむ『自由民』としての特質を見出しうるのではないかと」考えている。

網野によれば、中世、人々が無縁に逃げ込むことを「山に入る」と言われていたという。中世においては、山すなわち森が無縁（アジール）であった。つまり、「山」にアジールが形成されたというよりも、山（森）に本来備わっているアジール性が、人々をして山をアジールとみなすようになったということである。

IV. ネイチャープレイのアジール性

筆者はこうしたアジール性をもつ「森」をフィールドとして選び行なわれるネイチャープレイ自体

もまた、アジールの特性をもちうる体験とみなすようになった。ネイチャープレイがアジールであることによって、参加者はネイチャープレイを通して心の自由を回復したり、抑圧からの解放、安心、日常性のしがらみからの離脱が可能となる。

さらに、ネイチャープレイだけにとどまらず、そもそも人間の心の「解放」「いやし」を促す「心理療法」は、本来どこかにアジール性を有しており、アジール性を備えているべきではないかと考える。

そこで、心理療法の場そのものをアジールとして考え直すという作業を始めるようになった。アジールとしてのネイチャープレイという視点を持つことによって、ネイチャープレイの特質について考察を深める機会が与えられた。さらに、この考察は心理療法・心理臨床そのものに敷衍させることができると考えている。

V. 心理療法のアジール性

「アジールとしてのネイチャープレイ」を考えるようになって、ネイチャープレイだけでなく心理療法そのものをアジールの体験と捉えることができなくなかろうかと考えるようになった。

例えば、アジールには「離脱」という要素がある。中世には、日常的な「支配」から離脱してアジールへ逃げ込むことが頻繁に生じていた。例えば、封建的な支配者に支配される領地からの「逃散」がしばしば中世日本では起きた。そこには、抑圧的な「有縁」なる関係性を離れ、一時的にしる、「無縁」なる者として集う人々がいた。

翻って、心理療法における「離脱」の意義はどこにあるかについて考えると、対人関係等のストレスに巻き込まれた日常性から解放されて、非日常なる心理療法の場（面接室）へと逃げ込めることにある。心理療法として重要な第一歩は、まず

はクライアントがストレスフルな環境から、ともかくも物理的に遠ざかることができるような離脱を支援することである。そして、少なくとも心理療法の面接室にいる間は、日常性からの解放・離脱が保証されるということが、心理療法的過程を支える治療構造のもたらす「守り」となる。

我々は職場や家庭の中にあると、様々な役割や責任、期待によって縛られ、様々な「適応」が求められる。心理療法の場では、そういう適応主義的な「束縛」から解放され、その人がその人らしく、ありのままにいられる環境が保証されることが必要である。適応主義的な心理療法的アプローチも存在はするが、本論が考える「心理療法」は、そうした適応主義的なものとは対極のものを想定している。

日常性＝「俗」なるもの、非日常性＝「聖」なるもの、というものの見方ができる。心理療法の場では、「俗」なる日常の場から解放され、「聖」なる空間（アジール）の中で自由が保障され、それまでの「しがらみ」、「束縛」から解放される。そうした解放がなされて、はじめて人は自分（の感情）と向き合うことが可能となる。離脱や解放、自由が保証されることによって、それまで「八方塞がり」にしか見えなかった自己の心理的状况に新たな光が当てられることになり、思わぬ気づきや発想が生み出されることもある。それは、自己との新たな出会いの契機になるといってもよい。

VI. アジールとしての連句

筆者がネイチャープレイのアジール性について考察していた時、かつて中世の日本に、強いアジール性をもった場として存在した連句の座があったことを知る機会を得た。それは「花の下連句」と呼ばれた連句の座である。花の下連句では、満開の桜の下、時の上皇も遊女も乞食坊主と呼ばれた

僧も互いの身分を隠して、上下の隔てなく参加したという。また当時、身分を隠す目的で笠を被ったまま座に加わる連句の座もあったといい、それは「笠着連句」と呼ばれた。

連句について調べる中で、連句のアジール性は花の下連句や笠着連句のような連句の座の構造、すなわち参加者（連衆）同士の関係性の中に見出されるだけでなく、連句の句における言葉の用いられ方、「付合」そのものの中に見出されるということを知った。

連句では上の句に下の句が付けられ、またそれに上の句がつけられるが、互いに付け合う句の付け方の作法のことを「付合」と呼ぶ。そもそも「付合」のありよう、自由さが、花の下連句のようなアジール的な座の構造を生み出したのだともいえる。

VII. 連句の言葉のアジール性

そこで筆者は、アジール性を支える連句のレトリック（言葉の「あや」）に関心を持つようになった。さらに連句を入り口として、筆者は日本の詩歌の中で引き継がれてきている、ことばの「あや」の意義について考えるようになり、心理療法の場で用いられる「ことば」についても考えるようになった。

① 付合

連句において前の句に後の句を付ける場合の付け方、あるいは前の区と後の句の関係性のことを「付合」と呼ぶ。付合には大きく分けて二種類あって、「心付け」と「詞付け」とに分類される。「心付け」とは言葉のもつ意味や、喚起する情感やイメージから付けていく方法である。一方、「詞付け」とは、詞同士の関係・「縁」を拠りどころとして関係を仕立てていく方法である。鎌倉時代頃から連句では

詞付けの方が主流となっていった。つまり、連句の世界では言葉と言葉のつながりの方が、意味同士のつながり、関係よりも重視されてきたということに注目したい。意味的なつながりよりも、言葉同士の縁・関係性の方をより重視するというこの特徴は、敢えて言えば、連句にはじまったものではなく、そもそも日本の詩歌の伝統の中で受け継がれてきた特質である。

② 寄合

連歌の付合に利用される言葉の関係のことを「寄合」と呼ぶ。中世以降、慣用化された寄合の体系が次第に形成され、「連珠合璧集」など寄合の教科書が書かれた。寄合の種類は、言葉の音声による寄せ（掛詞）と言葉の意味による寄せ（縁語）とがある。縁語はさらに、言葉の隣接関係によるものと類似関係によるものとに分けられる。

語法の慣用による寄せの中には、語法の慣用による寄せと、テーマやモチーフによる寄せがある。隣接関係による寄せの例としては、「来ぬ人」に対して「待つ」、「衣」に対して「着る」、「慣れる」を寄せる場合がある。テーマやモチーフによる寄せの例としては、「海」というモチーフの圏域に「波」「浦」「風」などが寄せられる場合や、典拠（本歌、本説）による寄せがある。例えば、古歌に用いられた各語句は、本歌を典拠とした縁をもつことになる。

言葉の類似関係による寄せの中の、イメージの類似による寄せの例としては、「露」と「涙」の間の視覚的な類似性による寄せがある。観念上の類似による寄せの例としては、「涙」と「紅葉」が、ともに「落ちる」ものとして寄せられる場合がある。

③ 縁語のネットワーク

付合によって語を組み合わせることは、その語が属する場を組み合わせることにもなる。例えば、

「露」に「袖」が組み合わせられるとき、「露」と「袖」含んだすべての和歌が呼び起こされて解釈のコンテクストとなる。「袖に落ちる涙」が歌に詠まれる時、そこで想像されるのは「袖に落ちる涙」の光景だけではない、古歌に詠まれた恋の嘆きにまつわる様々なコンテクスト、イメージが、その背後に見え隠れすることになる。すなわち、一首の歌の背景には複数の心（詩境）があり、一つの詩境（心）を言葉にして表現するよりも深い味わいを呼び起こすことになる。

縁語のネットワークを介して詠まれる歌は、いくつもの意味の場が交錯するところとなり、その意味の輪郭線はあいまいなものとなるが、そこには交錯する言葉同士の輝きが生まれ、「幽玄」とも呼ばれる独特の味わいの深みを生じることになる^{※6)}。

VIII. 心理療法における言語

言語は「気持」を伝えるには不便な道具である。例えば、悲しい気持をつたえるのに、「悲しい」と言うだけでは、相手に悲しみは伝わらない。言うにいわれぬ思いや感情をいかにして伝え、受け止めるかということに人間は苦闘してきた。我々心理臨床家が苦闘しているのも、このことである。

「共感的理解」という概念がある。筆者が思うに、共感的に理解するとは、この「言うにいわれぬ思いを」表現したり、その表現を受け止めるということであろう。

① 歌論より

尼崎彬^{※7)}によれば、和歌の世界では詞には二種類の意味があるという。歌論においては、歌のあるべき有り様を論じるとき、「こころ」、「ことば」、「すがた」の三方向から論じられる。「その中で、現代の「意味」に相当するのが「こころ」と言

えるが、実は歌論には現代語の「意味」に相当する語が二種類ある。それが「ことわり」と「ころ」である。

「ことわり(理)」（または義理）とは、現代の我々が言葉の「意味」と呼んでいるものであり、それは概念（の体系）とも言い換えることができる。この世界で人間がする本来は混沌とした体験は、〈型〉の集合へと分節化され、その各单位に名称を与えることによって概念化される。人がこの言語＝概念によって構想する世界は秩序だった構造と考えられている。人が何事かを論じたり、伝えようとするときには、その何事かを概念すなわち「ことわり」に置き換える必要がある。この概念は意識内で操作可能なため、概念を精密に操作することにより、この世界の把握はますます精密化していく。この厳密な手続きに則って世界の在り方について定式化されたことが「真理」と呼ばれる。これが科学的な真理の定立の手続きである。

しかし、歌論では、この「ことわり」＝概念によっては表すことのできない「ころ」のありようがあると。この「ころ」のありようは「ことわり」＝概念によっては表すことはできない。「ころ」を表わそうとすれば比喩に拠らざるを得ない。

古今集仮名序において紀貫之は、「やまとうたは、人の心を種として、よろづの言の葉とぞなりにける。世の中にある人、ことわざしげきものなれば、心に思ふ事を、見るもの聞くものにつけて言ひ出せるなり」^{※※1)}と述べた。人間はこの世に生きていて、様々な事態(ことわざ)を経験するが、その時々「心に思ふ事」を言語化したものが歌であるという。ここでいう「ことわざ」には二種類の側面がある。すなわち、認識対象としてのことわざ(事態)を認識する場合がひとつである。その場合、「ことわざ」は概念(「ことわり」)によって再構成することができる。もうひとつは、「ことわざ」に対する私の関わり方を表わす場合で、こ

とわざを「ころ」で感じることになる。「ころ」とは、直接知覚される私的な「気分」、「感じ」であって、「心に思ふ」時にも概念＝言語を介さない。「感じ」「感情」には、これを対象化し概念に置換えるという方法は有効でない。

例えば有名な西行の「久方の光のどけき春の日にしずころなく花の散るらん」という和歌を例にあげると、うららかな春の昼下がりに散る桜を目にした時、対象(桜)の形状や色、状態についてなら、「ことわり」によって詳細に記述することができる。しかし、この歌に詠まれた、のどかとも物悲しいともどちらとも言いようのない感情については、通常概念操作(「ことわり」)によって捉えることはできない。

「感じ」「思ひ」は概念ではないから、概念要素の組み合わせを分析することはできず、全体としてそのようなものとして捉える他はない。「感じ」を過不足なく表す概念組織はない。すなわち「感じ」は、もともと「いふにいはいれぬ」ものとしてある。「いふにいはいれぬ」感じを表現するためには、「あや」を用いて歌を詠むしかない。このとき歌という形式で表現されるのが歌の「ころ」である。ある「ころ」がいったん歌に詠まれると、一回限りの私的な「感じ」の型が読者に共有され得るようになる。歌の「ころ」とは、私的で特殊なある「感じ」が共有可能(他者によって反復可能)なように一つの〈型〉にまで結晶化されたものだということができる^{※7)}。

概念が「ことわざ」(事象)を切り取る〈型〉であるのと同様に、「ころ」は移ろいやすい人の「感じ」を輪郭鮮やかに捕捉する〈型〉である。一つの歌が発表されると、一つの「ころ」がその文化圏に公有されることになる。これにより人は、ある「ことわざ」に触れた時、この「ころ」を想起し、その〈型〉にしたがって事象を〈感じ〉ることができるようになる。人が歌に触れることにより歌の

「こころ」を想起するとき、「いうにはれぬ」「感じ」を対象化して捉える視点を獲得することになる。この「感じ」はとりとめないままに体験されるのではなく、ひとつの〈型〉として自覚され、他の〈型〉とは弁別される。

もともと歌を作るとは、作者にとってすら曖昧なものの「感じ」を一つの輪郭を持った〈型〉にまで結晶させることにより、それを自覚する（対象化して捉える）作業である。古今集が一千の和歌を世に送り出したということは、一千の「こころ」を公共化したということでもある^{*7)}。

古代の日本では、〈感じ〉る能力に乏しい人のことをは、「心なし」と呼ばれた。そして人は歌を学ぶことにより、「こころ」すなわち「もののあはれ」を知ることができると考えられていた。人は歌によって物の感じ方を学んできた。

② 二種類の感じ

ここで論じてきた「感じ」は尼崎^{*7)}によれば、「気味」と「気持」という二種類に分けられるという。気味とは対象の「感じ」であり、「もの悲し」は「気味」であって、秋の夕暮れは「もの悲し」と言うが、「悲し」とは言わない。気味とは、事象の私に対する立ち現れ方（雰囲気の味）であり、気持とは、主体の「感じ」である。

例えば、「悲し」は気持である。恋人の死は「悲し」と言うが、「もの悲し」とは言わない。気持とは、事象に対する私の構え（気を持ちよう）のことである。この「気味」と「気持」とは対応関係にあり、「もの悲し」が「悲し」に「もの」を付けた語であることが、「もの悲し」と「悲し」の対応関係を示唆している。「もの悲しい」秋の夕暮れは、私に「悲し」い〈気持〉を呼び起こし、私の「悲し」いという心の構えは、私が見るものすべてを「もの悲し」く見せる。事象の〈気味〉はそれに対応する〈気持〉を私に生じさせ、私の〈気持〉はそれに対応する

〈気味〉を対象に付与する。「感じ」は〈気味〉を主とする時にも〈気持〉を伴い、〈気持〉を主とする時にも〈気味〉を伴う。こうして、ひとつの歌の「こころ」は、相関する〈気味〉と〈気持〉の二つを同時に含みながら、それを一つの「感じ」として切り取ることができる。

この時事象の〈気味〉と私の〈気持〉とを明確に区別することはできない。「こころ」とは「ものにふれてことに心と相応したるあはひ」にあるものである^{**2)}。その際に「心に思ふ」「思ひ」をそのまま表現するのではなく、「見るもの聞くものにつけて」言語化するという点に注目したい。「思ひ」を事物に「言寄せて」表現したというわけである。

③ 思いを表現することと気づくこと

紀貫之は「花に鳴く鶯、水にすむかはずの声を聞けば、生きとし生けるもの、いずれか歌をよまざりける」^{**1)}と延べ、歌を詠むのは人間でなくともよいとすら述べている。「生きとし生けるもの」は歌を詠まずにはいられないのである。これは歌人の卓見だと言えよう。言い換えれば、生きること＝歌を詠むことだと歌人は考えていたと言える。この世にある人がすべて和歌という表現手段を使いこなせるわけではないが、生きて、もの思う「思ひ」は表現せずにはいられないことは同じである。すなわち、人が生きるということは何かを表現することであり、人は表現をしながら生きている。そこで、和歌という表現のチャンネルが与えられるなら、「生きとし生けるものは」歌を詠まずにはいられないと貫之は考えたのだろう。

ここで心理臨床に視点を転じて、表現がその手段を見出せないとしたらどうなるか考えてみよう。「思い」が表現の出口を見出せない時、我々は「心塞がる思い」をする。出口を失い、表現され得ない思いは、常に表現される時を待っている。言葉やその他の手段で表現され言えない時、心や

身体の「症状」として表現されることもある。例えば、身体症状は人間の無意識の心が語る「身体言語」であると考えられることもできる。心理臨床においては、そのような症状理解がクライアントの理解にとって有効であることも多い。覚醒状態で表現され、気づかれない無意識の思いは夢として見られることもある。

④ 表現への「気づき」について

表現することは外に表す、すなわち他者に伝えると同時に、自分自身も自らが表現したのを見たり、読んだりすることができる。すなわち、思いを対象化、客体化する契機となる。客体化・対象化することによって思いは認識可能になる。対象化されないものは認識しようがないが、表現することによって、表現されたものを改めて眺める（自分の詠んだ歌を読む）ことができる。一旦表現され、歌や文章にされたものは対象化・客体化されたものであり、客観的に読み、見ることができる。そこで改めて、自分自身の「思い」に気づかされることがある。その「思い」の中には、自分でもそれまでは無自覚、無意識だったことが含まれていることもある。さらに、自らの「思い」に接して新たな気づきが生まれることもある。その時に気づかなくても、表現されたものは残る。時を経てそれを眺めればまた別の見え方、気づきが生じるかもしれない。

人間は発達のプロセスの中で、物には「名」があるということを知るようになる。ヘレン・ケラーが体験したように、自分の手に流れるある冷たい物質の感触を、この感触は「水」という物質によっておこされていることを知る。そして、その「物」には名前があるということ、さらにすべての「物」にはそれをあらわす名前（言語、概念）があり、それによって表現したり、考えたりできるのだということを知る。こうして、混沌とした事態（経験）

に概念という「かたち」がもたらされた。

気づきを得る（意識化）とは、それまでとは別の視点を獲得することでもある。改めて別の視点を獲得することができる、それまで見えなかったものが見えたり、気がつかないことが意識に上ってくる。それまでは眺めることができなかった視点、角度から自分について見つめる視点を獲得することができるようになる。

心理療法・カウンセリングもまた、カウンセラーという他者の視点（別の視点）を通して改めて自己を見つめ直す営みと言い換えることもできよう。他者の読んだ歌から気づきもたらされることもある。気づきは自分の表現したこと、自分の詠んだ歌から得られるだけではない。他者の詠んだ歌、他者の表現からも気づかされ、見出されることもある。

古の歌人の詠んだ歌が現代でも輝きを失わない理由がそこにある。歌に触れると新たな視点、新たな感じ方の〈型〉が提供される。古歌が遺されていることによって、我々には多種多様な「気づき」のフォーマットが用意されているということでもある。

新たな一首が詠まれると、「思い」に対する時の新たな〈型〉が提供されると考えられる。可能性としてはあったが、歌人が歌に詠むまで我々が気づかなかつた、感じ方の〈型〉が提供される。「あー、このような感じ方もできたのだ」という自らの気づき、発見をすることができる。他者、歌人の詠んだ歌に接し、心動かされる時、我々は自分の思いを見つめる新たな視点を獲得している。歌に触れて心動かされる体験をしているということは、そこに何らかの新たな「気づき」が生じているということである。

古来、歌を知ることすなわち歌の心を知ることとそれしてきた、歌の心を知るとは人の心を知ることであった。歌の心を解さない人は、「こころな

し」とされた。そして「思ひ」の深さ、古の時代、賢愚を測る尺度であった。「思ひ」の深さとは、山川草木の美に感応できる感受性であったが、それは他者の心を思いやる感受性と同一だとも考えられていた。

Ⅹ. 本居宣長「もののあはれ」

言葉の「あや」が表すのはいかなることか、さらに深くこれを考えるひとつの拠りどころとして、本居宣長の言う「もののあはれ」について考えてみたい。

宣長の言う「もののあはれ」とは、人が何ごとかに触れ、あるいは見聞きして心動かされた時、思わず知らずもらす感嘆詞、「ああ」とか「あはれ」としか表現しようのない思いのことである。この「あはれ」の思いは哀しみに限らず、それは、「をかし」であれ、「かなし」であれ、「うれし」であれ、もの的美醜であれ、心が動くなら、それはすべて「あはれ」であるといえる。

宣長は、この「あはれ」は、「あはれなり」と術語として語られるのではなく、「物に感ずること」^{※3)}であるとする。言い換えると、「もののあはれ」とは、事象そのものが備えている、人の心を動かす力を持った特性のことである。

「もののあはれ」を知る人とは、事象に接して「もののあはれ」を感じることでできる人である。一方、「もののあはれ」を知らない人は、「心なき人」と呼ばれる。

① 「もののあはれ」とはエロスの世界的体験様式か

いわゆるロゴス的と呼べるような体験様式がある。すなわちそれは、損得、善悪というような尺度を用いて事態を判断し、対処しようとする心のあり方である。これを、本居宣長が「実用の構え」

と呼んだ態度に相当する。それに対し、ただ自らの心を動かすという形で事象を経験することは「徒事(あだごと)」と呼んだが、この「徒事」こそ「もののあはれをしる」ことであると考えた。例えば源氏物語に対して、千年にわたり仏教や儒教などの中国式のものの考え方(「四角ナル文字ノ習気」:宣長)に慣らされていた日本人は実用だけが重要と考えていた。それに抗って、宣長は、花を見て美しいと感じるのは、「徒事」ではあっても、世界に対する向き合い方のひとつであり、それは人間本来の感情体験(本情)に根差すものであり、それが実用に比べて重要性が低いというのは本当なのか、という問題提起を行なった。

ここで筆者は試みとして、宣長の「物のあはれ」について、ロゴス的な体験様式に対するエロスの体験様式として見なしてみたい。ただ心を動かすという形としてしか体験できないこと、「あはれ」としか言いようがない体験は、それを言語的に、概念として表現することは困難であり、「あはれなり」とか表現しようがない。

② ものごとを「味」を知る

宣長は「分かりにくい話は譬えを用いよ」と述べているが、確かに概念的な言語によっては言い表すことのできない体験や感情は、比喩によってしか表現することができない。小林秀雄が「味識」と呼んだ経験はこれに近いと思われる^{※6)}。小林のいう「味識」とは、千差万別の一つ一つの食物の味を、それぞれ一回的な「型」として経験し、しかもこの多様な経験を記述しようとするれば、「うまい」か「まずい」の二つしか言葉がみあたらないような、食物への接し方のことである。すなわち、一回的な経験の場に踏みとどまって(一回的な経験しかできない事態におかれて)、その経験の質を味わうことである。

ロゴス的な知的認識は、個別的な事象を普遍的

な概念の組み合わせに還元することをめざす。そこでの認識は、「～とは何か?」、「～とは何がおこったのか?」という問いのかたちで提起される。そのような認識は、事象が客観的に観察可能で、反復可能であることが前提とされている。しかしながら、一回しか起きないこと、「私」にしか起きないことは普遍的な概念の組み合わせに還元することは不可能である。我々の人生の経験、臨床的な体験は、一回性で個人的なことであり、不可逆的な体験である。医療における症例、心理臨床の事例の体験もまた一回性のものである。いわゆる「事例研究(case study)」から得られる知見の深さは、一回しか経験できない事態の経験の質(caseness)をどれだけ味わえるかに係っているということを今一度強調する必要がある。そして更に、当然のことながら、我々の人生の経験は、基本的には一回性のものであり、「今ここ(here and now)」にしか存在しないものである。つまり、それは反復不能で、取り替えが効かないことである。

③「形」の認識と「姿」の認識

小林によれば、経験を通して事象を認識するということは、事象を「型」とし捉えるということである。この場合、認識はものの「形」を見ているのに対し、「味識」は物の「姿」を見ることである。事象は「姿」として立ち現れてこなければ、この味を知ることはできない。またその「味」を他者に「伝える」こともできない。「形」として捉える認識においては、事物を普遍的な概念の組み合わせに還元しようとする。一方、物事の「味」を見る「味識」は、一回的な経験、そこに踏みとどまってその経験の質を味わい尽くそうとする。

「味識」の困難は、見たものを他者に言葉で表現し伝えようととする時、その「味」を語ろうとして「美しい」とか「悲しい」という形容詞で表現しても、それでは物事を「味」を十分に言い表すこ

とができないことである。

事象を概念の組み合わせとして捉える認識においては、認識内容を直接に言い表わすことができる。これは現代科学がなそうとしていることであり、「科学的」な心理学においてもなされていることでもある。そこでは認識内容を直接表現することができる。しかし、科学的・概念的な知識や情報をどれほど積み上げてみても、目の前の人(患者やクライアント)が味わっている体験の味(姿)を味わう(知る)ことはできない。なぜなら、「姿」は直接的に記述することはできないからである。人の心を動かすもの、人に「共感」をもたらすもの、言い換えれば「あはれ」を感じさせるものは、認識された命題ではなく、「ものごとの味」だからである。

それをあえて記述しようとすれば、比喩的な表現をして、譬えやメタファーを用いるしかない。だから「ものごとの味」(本居宣長)の言表は常に不完全な翻訳であることを免れ得ない。

人は体験をして心に深く感じれば、これを語って他人に伝えずにはいられない。その場合、この「感じ」を言葉にしようとするれば「ああ!」とか「あはれ!」というしか言いようがないようなものである。だから「感じ」それ自体ではなく、「感じ」を生じさせた、「ものごとの味」の方を言語化し、これによって他者にも同じ「感じ」を生じさせようとする。これが比喩・メタファーである。だから歌人は比喩的な表現=歌を詠むことによって表現する。一方で、それが歌を通して他者に伝わることを通して、その感興はさらに強くなる。

④「ことわり(理)」と「あや(文)」

宣長は、ものごとの認識を語る時と「味」を語る時とでは別様の言葉遣いの原理が必要と考えた。認識を語る言葉が表わすのは「ことわり(理)」であり、「味」を語る言葉があらわすのは「あや」

であるとした。そして、物事の「ことわり」の正確さを目指す詞(ことば)を「ただの詞」と呼んだ。「ただの詞」は「ことわり」、「(事の意)」の正確さを目指すせばよい。一方、「もののあはれ」(「事の心」)を語るには、詞は「あや」をなさねばならない。そして、「あや」ある詞を代表するものが和歌だと考えた。

この点から、心理臨床家としての筆者の体験を振り返ると、心理臨床の体験を伝えようとして言語化するとき、「ことわり」の正確さの方を追求してきたのではないかと思う。「正確」な言葉遣いを究めようとするほど、現実の体験、臨床体験の実感から遠ざかってしまう感じがして、思いや感情を伝える道具としての言葉の不便さを実感してきた。

「ただの言葉は其意をつぶつぶといひつづけてことわりはこまやかに聞ゆれ共。猶いふにいはいれぬ情のあはれは、歌ならではのべがたし。其いふにいはいれぬあはれの深きところの、歌にのべあらはさるは何ゆへぞといふに、歌にあやをなす故也。(中略)歌といふ物は、ただの詞のやうに事の意をくはしくつまびらかにいひのぶる物にはあらず」^{※6)}

ここに「事の意」と「事の心」という詞がでてくるが、人は見ようとすれば「事の意」と「事の心」と、どちらとも見ることはできる。それは人の構えの問題である。ただし、「事の意」は誰にでも見えるが、「事の心」は「心ある人」にしかわからない。

「事の意」は概念の組み合わせとして与えられ、既存の知識に関係づけられ、思考・判断という概念操作を経て、実用的行為への一歩が踏み出される。例えば、桜を見てバラ科の植物であることを認識するとか、桜の木を見てその薪が燃料として適するかどうかを判断する場合がこれである。

一方、「事の心」は、ただ心に深く「あはれ」を感じさせるのみで、次に何かするとすれば、これを表現して同じ経験を人と分かち合うことしかない。例えば、桜の花を見て心を動かされた人は、これを歌に詠むしかない。

⑤ 「味」を伝える

ネイチャープレイに参加する時、まさにメタファーであるメンバーの「作品」、サイトの様子を見て、他の参加者が心を動かされている時、それは当人と共通する体験をして、それに心を動かされる。そうした体験の共有がネイチャープレイにとっての重要な要素と考える。このことは心理療法にも通じることである。

生活の実用という点では、「事の心」を知る必要は全くないため、多くの場合、人は「事の意」のみを見て暮らしている。「事の心」を知り得るか否かは場合により、または、人によって異なる。「事の心」を味識する能力は人により異なる。つまり、「事の心」を知りたいという志向性が人により異なるということであろう。「事の心」を知る人のことを、歌人は「心ある人」と呼び、知らない人のことを「心なき人」と呼んだ。

⑥ 他者の悲しみ(経験)を知る

宣長によれば、「もののあはれ」を知るとは、事物の美を知るだけではない。また、自分で直接に体験する場合だけではなく、他者の経験を想像し、その体験(悲しみ、空しさ等)を共に感じる場合も含まれるという。

「人のおもきうれひにあひて、いたくかなしむを見聞きて、さこそかなしからめとをしはかるは、かなしかるへき事をするゆへ也、是事の心をする也、そのかなしかるへき事の心をしりて、さこそかなしからむと、わか心にもをしはかりて感する

が物の哀也」^{※※6)}。

他者の悲しみや苦悩に接した場合にも、「もの
のあはれ」を知る人と知らぬ人の差が現われてく
る。宣長は、この差は「事の心」を知る力の有無に
よるのであって、「感じる力」の有無によるのでは
ないと言う。宣長は、「そのかなしかるいわれをし
るときは、感ぜじと思ひけちても、自然としのひ
かたき心有て、いや共感せねばならぬようになる、
是人情也」^{※※6)}と述べているが、ここの「そのか
なしかるいはれ」とは、悲しみの理由（原因）やい
きさつだけでない。理由やいきさつは、当人から
話を聞けば誰にでも理解はできる。だが、「物の
あはれ」を知るか否かは、事のいきさつを知った
上で、感じる能力のある人にだけ捉えられる事柄
の味である。

例えば、愛する者の死を体験した人の悲しみは、
そのいきさつについては話を聞けば誰にでも理解
することができる。しかし、その悲しみがどのよ
うなものであるか、どのような「味」をもつもの
であるかについては、その「味わひ」が想像でき
なければ共感、すなわち悲しみを共にすることは
できない。死別を体験した人の悲しみは、かつて
同じような悲しみを自ら経験した者でなければわ
からない。もしかしたら同じ体験をしただけでは
十分でないかもしれない。その体験と正面から向
き合い味わいつくしたことのある者にしかわから
ないものである。宣長は、「すべて何事もそのこと
にふれざれば。其事の心ばへはしられぬもの」^{※※7)}
と述べている。その「味わひ」がわかる人には、嫌
が上でも心動かされずにはいられない。それが人
情というものの性質であると宣長は語る。

「もののあはれ」を知る人とは、深い人生経験を
重ねて「事の心ばへ」に通じている人のことであ
る。日本語では、「酸いも甘いも噛み分けた苦労人」
という言い方をする。人の心情に通じた、あるい

は、「物の心」通じた〈通人〉に近い人と言っても
いいだろう。宣長はそういう人のことを「心の練
れた人」と呼んだ。

ここでいう人の情に通じた「通人」、「心の練れ
た人」とは、心理臨床的に言えば、「共感」する力
のある人のことであるといえないだろうか。そう
考えると、共感することとは事柄（経験）の「味」
を知ることと言えるだろう。

「心ある人」もその知る深さには程度の差があ
る。「ものの心」を深く知るには、そのための経験、
訓練が必要とされる。宣長はこの差を美術品の「目
利き」に喩えている。すなわち、贗物を見抜く「目
利き」になるためには真物を数多くみるという長
年の修練が必要とされる。人が形しか見ない事物
のうちに「姿」を見出し、その味の具合を的確に
測り、その程度に応じて心に感動することこそ、
「もののあはれ」を知るということである。

自らが体験したこと、自分で自ら見聞きしたこ
とであれば、「事の心」を見て取る目さえあればよ
い。すなわち「目利き」であればよいということ
になる。しかし、自分の身に起きたことではなく、
他者の身の上に起きたことは、それを「押し量る」
ことによって「事の心」を知らなければならない。
すなわち、経験に基づいて「事の心」に通じてい
なければならない。言い換えれば、現前の事象に
対してその味識に向かう特殊な構えを取り得るこ
とが必要とされ、他者の経験を自らの裡に再現で
きる想像力を持つことが必要とされる。

⑦ 「もののあはれ知る」道

事象に接して「事の意」のみを知る人は「心な
き人」、「事の心」を見る人は「心ある人」と宣長は
呼んだが、彼はこの目の違いは、物の見方、即ち
事象に対する構えの違いによると考えた。またこ
の違いを「風儀人情」（文化習俗の違い）とみなし
た。言い換えれば人間が「本情」のままに生きて

いるか否かによるとされる。

それでは、宣長のいう「本情」のままに生きるとは、どういうことなのであろうか。宣長の時代の日本人と違って、古代においては、人は本情（自然の情）のままに生き、出会う事象に「事の心」を見出すことができた。ところが、中国文化の影響によって、次第に尤もらしい思考法（「四角ナル文字ノ習気」）が染みつき、事物を体験しても「事の意」のみを見て、「もののあはれ」を感じなくなっていったのだという。このことは、まさに近代西欧的な合理主義的思考の影響のもとにある、現代のわれわれ日本人に対して、むしろ強く当てはまることではなかろうか。

宣長は、今の人に必要なのは、この習い覚えた風儀人情（「四角ナル文字の習気」）を捨てて、未だ汚されぬ以前の古人の情へと帰ることであると。そして古人の情を言葉によって今に伝えているものは歌と物語であるとした。

骨董屋が数多くの真物を見て「目利き」になるように、歌物語を介して数多くの古人の情に触れることにより「事の心」を見る目を養う（回復する）ことができると宣長は考えた。

「みずから其事にふれねども、其事の心ばへをおもひしるは歌也」^{***8)}

「あや」ある詞である和歌に数多く触れることを通して、人は「事の心」を見る目を手に入れることができると考えた。

そして、大切なことは、このことは非凡な才能を持つ者のみが達しうる高みに至ることではなく、誰もが基本的に持つ筈の本来の心のあり方（本情）に帰ることであるとしているところである。

宣長のいう「本情のままに生きる」とは子どもの心を失わない、取り戻すということかもしれない。子どもは、大人よりも生まれたまま（無意識）

に近い状態で生きている。子どもの心は事象に触れて、それを概念の「型」に当てはめて理解することができないので、「事の心」を見出すことができるといえるだろう。

他者の経験する事象について「もののあはれ」を知ろうとする場合、予め多様な「事の心」に通じていることが必要となる。しかし、一人の人間が一生で経験できる事柄の経験の量は限られている。そこで「事の心」を知る助けとなるのが和歌である。人は直接体験できなくとも、伝えられてきた歌に触れることによって、実際に経験しなくても、様々な「事の心」を想像して知ることができるという。この想像の働きを支えるのが、人間の想像力であり、その想像力を支えるのが和歌の言葉の「あや」といえるよう。

⑧ 物語について

宣長が「事の心」のありようを教えるものとして考えたのは歌だけではなく、物語にもその働きがあると考えた。とりわけ源氏物語を重視し、長年にわたって源氏物語の講義を行なった。

たとへば「人々のもの思ひしてわりなく深く思ひいりたる心のやう」を表わす際にも、「その物思ひになるべきいはれをくはしくかける故に、それを見て其心を推察する」^{***8)}ことが可能となるからである。

「其事と其心を引合せて、かやうかやうの事にあたりてはかやうかやうのおもひが有物也、かやうかやうの事を聞きては、かやうかやうに思ふ物也、かやうかやうの物をみては、かやうかやうの心がするもの也と、万の事を推察して感するが、即物語を見て物の哀をしる也」^{***8)}

宣長は、歌と物語、ことに源氏物語のような歌物語を通して、自らは触れ得ない「事の心」を「を

しはかる」ことによって知ることが出来ると説く。宣長によれば歌・物語には二つの機能があることになる。ひとつは「漢心」に汚染された近代人に古代の無垢な風儀人情（本情＝まことの心）を教えることであり、今ひとつは、自らは体験できない「事の心」、すなわち物事の「味」を教えることである。

人は歌・物語を通して「物のあはれ」を知ることができる。こうして「物のあはれ」を知った人、すなわち「心ある人」にとっては、世界は「物のあはれ」に満ちた海として立ち現れてくる。万象は「こころばへ」「味」を訴えかけてやまず、他者は共感を求めてやまないだろう。人の心は常に「物の心」「事の心」に動かされ、深く物思う。その「あはれ」の深さに耐えぬ時、その思いをあらわすべく、人と心を分かち合わずにはいられなくなるだろう。すなわち歌をよまずにはいられなくなる^{*7)}。

心理臨床家として、ここで筆者は改めてクライアントの語りから、「事の意」だけでなく、「ことの心」を読み取ることの必要性を感じる。それは、クライアントの語る言葉を、事実とそのいきさつとして聞くだけでなく、その人独自の物語として受け止めることでもある。心理臨床家として筆者はかねがねクライアントの語る言葉は、単なる過去の経験の事実ではなく、語りを通してつむぎだされるその人独自の物語、あるいは個人の「神話」として耳を傾けてきた。

「心ある人」によって自分の心の物語、感情の物語が理解される、受け止められる体験をする。そして、それさらに言葉にして伝え返してもらうことにより（解釈してもらうことによって）、実は自分はどのようなことを感じていたのか、どのような感情の状態にあったのかをより詳らかに自覚する契機となる。

心理療法家になるための訓練として、「教育分析」という制度がある。「教育分析」において被分

析者が体験することは、自分の心や感情を他者に理解、共感してもらい、それを言語化して伝え返してもらうということがどうことなのか、ということである。他者に共感されるという体験をすることを通して、他者に理解して貰えるということがいかなる体験であるか（例；それがいかに慰めや安心感、癒しをもたらすものであるか）ということをも身をもって体験できる。この体験は、他者の経験する事象について「もののあはれ」を知る「心ある人」に自分のことを理解して貰うという体験をすることである。この体験を通して、自らの「こころばえ」に通じた、「もののあはれ」を知る者へと成長するための訓練であるといってもよいだろう。

人は他者に話すことによって、自分の身に今起きていることが、自分の感じていることがいかなることかと言うことを初めて認識することもある。「あはれ」（心にしみる感動）を体験した人は誰かに語らず（表現せず）にはいられない。これは実に不思議なことである。なぜなのだろうか。おそらくは語ること（表現すること）を通して、より深く「もののあはれ」に通じる道が開かれるからではないか？

⑨ 比喩的コミュニケーション

ここで筆者は、宣長の言う「事の心」を知る道としての歌＝「あや」をもつ言葉のことを、比喩的なコミュニケーションと言い換えることができないかと検討を試みた。伝えられてきた古歌を見ることによって、自分が実際に経験しなくても、様々な「事の心」を想像し知ることができる。なぜなら、歌は「あや」ある詞によって、事象の味・人の心の味を表わすからである。

それでは和歌に代わって、「あや」ある詞のコミュニケーションを通して、人の心の味を知る可能性に近づくことはできないものだろうか。こ

で想起するのは紀貫之が記した、先述した新古今和歌集の仮名序の一文である。紀貫之の言う「心に思ふ事を、見るもの聞くものにつけて言ひ出しかける」と述べていることと、筆者らが行なっているネイチャープレイとの間に何らかのつながりを見出せないかと考えている。

気持を直接述べるのではなく、心を自然の事物、山川草木に付託して表現するのが和歌であるが、特別に歌の道に通じていなくても、我々は「散る花」を思うとき、経験的に(文化的に)共有された感興(気持)を他者と共有するすることができる。ネイチャープレイでは、個人の気持、心を森の中で出会った事物(山川草木)に付託する。それは、例えば一本の倒木であったり、一輪の花、一個の石であったりするが、その倒木や花や石に他の参加者と共に向き合う体験をする。そして、付託された事物を細部にわたり注意深く眺めたり、鑑賞することを通して、個人が付託した「気持」をもとに味わう。人が味わう感情にも様々な側面があるように、「倒木」にも見方が違えば見え方も異なってくる。また、見る人によっても全く違ったものとして見えてくることがある。そこでは無数の見え方、細部が発見される。その発見は、「倒木」に付託された心、感情についての発見、気づきでもある。ネイチャープレイのあるセッションで、一人の参加者が「この倒木は私です」と言って、森の中の倒木を他の参加者に示したことがある。ここで倒木を見て、参加者のそれぞれ心の裡に倒木が引き起こされる多種多様な感情、気づきは個人にフィードバックされた。こうして他の参加者の感想を聞いた人は、また自分についてあらたな感情的な気づきや洞察を得ることになった。

一首の歌が詠まれるように、そこには倒木に言寄せられた個人の新しい物語が生まれたと言ってもよい。ネイチャープレイでは「見るもの聞くもの」すなわち「山川草木に触れる」ことを通して、

参加者同士のコミュニケーションがなされる。ここでは、概念的な言語表現よりも、まずは実際に森の中に足を踏み入れて木や草に触れることを重要視する。「身をもって」(パトスの的に)体験することによってしか感じられない体験、得られない気づきがあるからである。この体験は、古人が花鳥風月に触れて歌を詠んだ状況を直接に、身をもって体験することと通底しているのではないかと考えている。

ネイチャープレイで参加者が見聞きし触れるのは、抽象的な「自然」ではなく、具体的な木や草、石や土である。自らの五感を通して感じる大切で、特に視覚以外の感覚を働かせることを重視している。そのために、ネイチャープレイの中では、「目を閉じて森を感じる」ワークが行なわれることがある。このワークを通して、ともすると視覚優位な文化の中で忘れられてきた触覚や皮膚感覚、聴覚が甦る体験をすることができる。

X. あとがき

筆者が本論を執筆を終了しようとしていた頃に、東日本大震災が起きた。

そして大震災後の日本人の心のありように大きな変化が起きつつあることを肌で感じるにつけ、「もののあはれ」について考察した本論を改めて書き直す必要性に迫られた。

今、この国の各地でおそらくほとんど全て人々が、被災地である東北・関東地方のことを思い、震災で罹災し心身ともに傷ついた人々の痛みを思っている。多くの人が「自分も何かをしなければ」「何とかできないものか」と突き動かされるような思いを経験している。

まるでこれまでの何かの「覆い」が取れて、日本人が本来もっていた「心ばへ」、「本情(自然の情)」に立ち戻ったかのようなのである。とりわけ若者

の言動のありようの変化を見るにつけ、そう思わずにはいられない。余りにも圧倒的な自然の力の脅威を目の当たりにして、これまで「習ひ覚へた」現代風の方法に限界を感じてしまっているためなのか、日本人が本来持っていたかと思われる「情」の発露がこの国のあちらこちらで身受けられる。

この変化をみて、多くの人が「日本人も捨てたものじゃない」という声を聞くが、その声の中には、この変化を、旧来の「家」制度や長幼の序を重んじる儒教的な世界への回帰につなげようとしてみたり、「やまとだまし」を取り戻すということを国粹主義的で武張った精神への回帰と捉えようとする者がいる。これらもまた、いずれも本居宣長に言わせれば、日本人が「習ひ覚えた風儀人情」、「四角ナル文字ノ習気」であって、日本人の「本情」とは呼べない態度であろう。宣長が「やまとごころ」について詠った「敷島の大和心を人間はば朝日に匂ふ山桜花」という有名な歌があるが、これは単に山桜の美を賛美しただけの歌ではないし、桜の花の散る様の潔さ（そこには山桜と江戸時代に登場したソメイヨシノとの混同があると思えるが）を賛美した歌でもない。花の美しさにも人の心の哀しみや憂いにも、分け隔て無く感じることのできる、「もののあはれ」を知る道について詠った歌だと思う。そしてこの歌の表現する世界は、武張った男性的なものというよりも、どちらかといえば女性的でたおやかな世界のように感じられる。

引用文献（※※にて表記）

- 1) 佐伯梅友校注、「古今和歌集」、岩波文庫、1981年(9頁)
- 2) 京極為兼、為兼卿和歌抄：陽明文庫蔵、和泉書院、1979年
- 3) 本居宣長、「源氏物語玉の小櫛」、大野晋編集、本居宣長全集 第4巻、筑摩書房、1969年(202頁)
- 4) 本居宣長、「石上私淑言」、大野晋編集、本居宣長全集 第2巻 (201頁)
- 5) 本居宣長、同 (167頁)
- 6) 本居宣長、「紫文要領」、大野晋編集、本居宣長全集 第4巻、筑摩書房、1969年 (57頁)
- 7) 本居宣長、同 (168頁)
- 8) 本居宣長、同 (110頁)

参考文献（※にて表記）

- 1) 佐伯梅友校注、「古今和歌集」、岩波文庫、1981年
- 2) 若山隆良、「ネイチャープレイの試み」、湘北紀要第16号、1995年
- 3) 若山隆良、心理療法と自然 —アジールとしての森をめぐる— (その1)、湘北紀要第20号、1999年
- 4) 若山隆良、心理療法と自然 —アジールとしての森をめぐる— (その2)、湘北紀要 第21号、2000年
- 5) 網野善彦、「無縁・公界・楽」、平凡社、1979年
- 6) 小林秀雄、「本居宣長」、25章、新潮社、1977年
- 7) 尼ヶ崎彬、「花鳥の使」、勁草書房、1983年

On the language in psychotherapy
- concerning about “aya” in Japanese words -

WAKAYAMA Takayoshi

[abstract]

I have been studying on the issue of the Japanese language and word through the study of Nature Play. In this paper, I looked at some findings about “aya (rhetorics)” of the Japanese words in classic studies of “waka (Japanese poetry)”, such as Kanajo of Kokinwakashu from the point of view of psychotherapy. And also relating with “aya” I discussed about the idea of “mono no aware” introduced Norinaga Motoori.

[key words]

Psychotherapy, rhetoric, aya of words, rennku, waka (Japanese poetry), “mono no aware”