

《佐藤 泰子》氏

忠犬ハチ公はなぜ待ち続けて死んだのか ～生きる意味は間（あわい）に～

言葉と苦悩の関係

私たちの頭の中に浮かぶ言葉は最初から小説のような理路整然とした文章になっているのでしょうか。何かで悩み、苦しんでいるとき、言葉はバラバラに浮かんでいきます。それが発話と同時に並び始めます。いま言った文章と次に言おうとする文章の整合性を取り繕いながら話すのです。こうしてバラバラに浮かんでくる思いを再構成することにより、その事柄を客観視できるようになることもあります。それによって閉塞された苦しみは少しだけ軽くなります。ただし、この段階では苦しみから完全には解放されることはありません

「苦しみ」は「NO」から始まる

例えば、病気になったとします。この場合、「健康でいたい」という「こうであってほしい事柄」と反対の事柄が起こったわけですから、「病気」に対して「NO」を突き付けます。ある事柄に「NO」を突きつけた瞬間から苦しみが始まります。この状態のなかで、人は最初に、その「苦しい事柄」を何とかしようとします。この場合であれば、治療をして復帰できるようにするなどです。ところが人生には努力して頑張っても動かせない事柄の方が多いです。

「苦しみ」から解放されるプロセス

「苦しい事柄」を動かせないのなら、もう一つ動かす胸が残っています。それは自分の思いが動いていくということです。しかしそう簡単に動きません。ただ、「NO」の程度が少しずつ緩むということは起こります。それには「苦しい事柄」や「こうであってほしい事柄」の意味を変えるしかなく、本人にしかできません。

苦しんでいる人が苦しい話をしてるのは、その「苦しい事柄」や「こうであってほしい事柄」の意味を変えていくという作業をしているということです。なかなか意味が変わらない場合、人は何度も同じ話をします。そんな時は「意味がなかなか変わらないのだなあ」と温かく見守っていただきたいのです。「はなす」とは、「話して離して放す」ことです。話すことによって少し自分から離すことができます。そして自分の中で意味が変わったとき、ようやく苦しみを手放します。

「向き合う」と「寄り添う」を使い分ける

伝達方法には言葉や文字といった言語的なものと、身振りや表情、話し方といった非言語の部分があります。伝達において言語の役割はたった 2 割で、8 割は非言語が役割を担っています。さて、対話の表層部分にあるのが状況説明や事実にかかわること。その下に隠れているのが自分の考えや意見。さらにその下に隠れているのが、相手にどうして欲しいかということ。下に行くほど言いにくくなります。さらに一番奥底に隠れているのが感情や気分で、これは言葉にできません。代わりに言い方や表情などの非言語によって伝えてきます。したがって相手を「観る」気遣いが大切なのです。

ここに「向き合う」と「寄り添う」の関係が見えてきます。例えば「39 度の熱が続いて体中が痛い」といった「事実」には「向き合う」、つまり対処しなければなりません。そして、発熱や体中の痛みに伴う不安

（「楽しみにしていた修学旅行に行けないかもしれない」といった不安や悲しみなどの感情・気分）に「寄り添う」のです。この「向き合う」と「寄り添う」を使い分けると援助者がその時になすべきことが見えやすくなります。話し手が一番伝えたいかもしれない「どうして欲しいか」や感情は、非言語によるところが大きいので、聴き手が「観て」「察し」感じ取らなければいけません。

ときには「そこにいる」だけでいい

そもそも話せない人もいますし話せない時があります。傾聴は大切ですが、傾聴がケアの全てではありません。ときには誰かがそこにいていい時もあります。「なぜ私がこの若さで死ななければならないのですか」といった、非常に苦しい問いに対して、つい科学の言葉で説明しようと思いますが、何も言わずそこにいるということがあってもよいのではないかと思います。“Why me?”という問いに対して、我々人類は答える言葉をもっていません。答えられない問いに科学の言葉をあてがうことが時に残酷であることを知るべきでしょう。

両義性の発達心理から間（あわい）を生きる人間の本質を知る

人は出生時、他者と繋がれることによるのみ、その生を全うできるという絶対の未熟で生まれます。つまり放置されることは死を意味します。誰かとつながっていなければ死んでしまいます。生まれた時から、誰かと繋がっていたい本質的欲求があるのです。これは**統合希求性**と呼ばれます。

この統合希求性と相反する自己充実欲求が併存します。乳児は「目の前の人が持つてのおもちゃが欲しい、あれが食べたい、これいらない」と、養育者を自分の思い通りに振り回します。しかし母親に禁止され、自分の欲望が思い通りにならない経験を重ねていくなかで、目の前のこの人は私とは別の人なんだと感じ、他者（母など）と自分との差異性が自己の中で際立ってきます。他者（母など）との分立の原点こそが、この「思い通りにしたい」という自己充実欲求なのです。

相反する統合希求性と自己充実欲求は、成長の中で重なってくる時があります。思い通りにしたいという欲求を一旦放棄して他者の欲望に従おうとしはじめます。例えば先生が「授業中は座りましょう」とか「起立、前へならえ」と言えば、それに従う。すると「よくできました」と褒められる。もっと褒められたい、認められたい。つまり私と繋がってほしい「統合希求性」が、「自己充実欲求」と重なっていくのです。

これに加えて成長の過程で、一目おいている友達と同じ筆箱が欲しい、歩き方を真似する、同じようなあり方をしたいといった模倣と修正を繰り返して自己が形成されることを含めて考えると、「私の存在のありよう」は、他者たちによってリードされ、自分一人で完結できない弱みの上に成り立っていることがわかります。私たちと他者は成長段階からどうしても切れない関係にあります。関係性すなわち間（あわい）を生きる根本原理がここにあるのではないかと思います。私たちは、誰かとの、あるいは、何かとの間（あわい）を生きているのです。

忠犬ハチ公が教えてくれる、言葉を越えた「生きる意味」

飼い主の東京帝国大学上野教授を毎日渋谷駅や大学まで送り迎えしていた忠犬ハチ公は上野教授の死後もずっと渋谷駅で待ち続けました。ハチは一体どこを生きていたのか。間（あわい）はどちらかが

亡くなってもどちらかが生きている限り消滅しません。ハチは上野教授との間（あわい）を生きていたから上野教授の姿を探し、待ち続けていたのです。ハチには言葉を越えた生きる意味があったのです。

もし生きる意味がどこかにあるとしたら、それは誰かとの間（あわい）にあります。娘として息子として、母として父として、会社員として学生として。自己の生活のあらゆる場面でその都度自分の意味は何々「として」という構造の中に立ち上がってきます。誰かがいるから何々「として」の自己があります。この誰かは、人とは限りません。そして、間（あわい）が自分の居場所となり、そこに自分の存在価値があるのです。

待ち構えている死の前で誰かとの間（あわい）を生きる

私たちには諦めなければならないときがたくさんあります。でも誰かとの繋がりだけは最後まで諦めたくない。ゴールテープを切るその瞬間まで誰かに伴走してもらいたい。ただ、人生のゴールテープは一人で切らなければいけない。伴走者の手には何も残りません。でも繋いでいた手をそっと開いてみるとそこには握っていた確かな感触と、少しの痛みが残ります。「もっと何かしてあげられなかったのか」と。しかし、私が精一杯寄り添ったあの時間、私が寄り添っていたのではなく、旅立っていかれた人こそが私に寄り添ってくれていたのだと気づき、痛みはやがて感謝に変わります。

生かされてるという言葉があります。しかし、あなただって誰かを生かしてるとは言えないでしょうか。あなたがいるから生きられる人がいる。有限な時間の中で間（あわい）を生きる。私たちの前にはいつ来るかわからない死が待ち構えています。その待ち構えている死の前で誰かとの間（あわい）を生きる。これが私たちの生きている姿ではないでしょうか。