

原著

禅老師の提唱と心理療法の語り合い

—— 後期青年期女子終結事例の最終セッションから ——

西川昌弘¹⁾ 山田芽衣²⁾

【要約】

本論は、禅老師の提唱を念頭に置いて日本に於ける女子後期青年期心理療法の基本枠組みと意義を明らかにした。クライアントは、心理療法開始時は、何をしていたか分からず迷っていたが、セラピストに教えられた坐禅の調身、調息、調心の枠に自ら嵌めて、真の自分と出会う道を歩みはじめた³⁾。本論では、1) 所与の終結セッションの逐語データを、禅の思想と精神分析的発達論（上田閑照, 1991; 鈴木大拙, 1991; 山川宗玄, 2022a, 2022b, 2022c; タイソン, P.& タイソン, R.L., 2005, 2008）に基づいて分析して主な位相とその下位位相とに分節化し、2) 1) を俯瞰的に考察した。結論として、本事例の治療機序、すなわち、母子二者関係からの離脱基地の門番たるセラピストとの二者関係体験の働きを明らかにした。

キーワード：時間体験, 空間, 場所, 教えを伝える人, 習慣化

1. 問題意識

鈴木大拙の著作を読むと、西洋文化との比較が念頭に置かれて、禅者として、禅とは何かをもう少し説明する必要があるという記述に出会う。この課題は、禅者には困難事であるとも。それはそれとして、仕事にも神様がいらっしゃると思われるが、心理療法の神様は、心理療法の意味空間、端的には有限界の無意識を扱う精神分析であるが、その方は、意味空間を超えようとする禅に対して拒絶的ではない。なぜなら、宇宙と一つになる体験を生きることを追求する禅者にとって、日常生活の一瞬一瞬に生きている自分と、死んでいる自分がある。クライアントの死の床に、共に在ろうとする心理臨床家の努力と大きく重なるからである。冒頭に戻ると、私は、そして私たちは禅体験をどこまで、どのように語ろうとするのかを自覚する必要がある。私たちは、真理の追求、それを知ることが学問と教わってきたが、鈴木大拙は、中国の古代に於いて、学問は、具体的な、人間と人間の諸問題を解決することに限定してきたことを指摘している（鈴木大拙, 2001）。また、行為との関連で言うなら、西洋の学問も中国の学問も、真理がわかることを目指しているが、禅者は「わかることはそれだけでは意味がない。」と考える（上

1) 非常勤講師

2) 本学修士課程卒業生

3) どうしてよいかかわらず、ただ迷っている状態と日常生活規則の枠に入って自己探求している状態は違う（山川宗玄, 2019）

田閑照, 2009)。以上を踏まえて、筆者は、心理臨床という仕事を整理するとき、人間の心の働きのなかで、意味空間と意味空間を超えた世界を、行き来する体験を起点にしたい⁴⁾。

2. 本論の目標

本論の目標は、筆者らが検討してきた事例（西川他, 2019, 2022, 2023）を用いて、女子後期青年期心理療法の中核的機序を、最終セッションに焦点を当てて、明らかにすることである。

3. 方法

1) 最終セッションの逐語データを、禅の思想と精神分析的発達論（上田閑照, 1991; 鈴木大拙, 1991; タイソン&タイソン, 2005, 2008; 西川他, 2019, 2022, 2023; 山川宗玄, 2022a, 2022b, 2022c）に基づいて分析して主な位相とその下位位相とに分節化し、2) 1) を俯瞰的に考察した。

4. データ提示と分析

ここでは最終セッションの逐語データを提示し、それに沿って、分節化の根拠となる分析を行う。

4-1. セラピスト⁵⁾による毎回のスーパービジョン逐語資料の冒頭部分

<p>クライアント：Aさん（30代半、女性） 来談時主訴「知らない人をいきなり罵ってしまいそうになる自分が怖いのをなんとかしたい」 面接構造：隔週、月曜日16時～16時45分 来談経緯：自らインターネット検索し、通院しているクリニックの医師に紹介を希望 家族構成： 父親：運輸系会社社長。母親：専業主婦、Aさん曰く、次姉と自分をいじめていた 長姉：保育士をしており既婚者。Aさん曰く、母親と似ている。 次姉：幼少期から高校卒業後ひきこもり状態（原因等不明）</p>
<p>心理療法とは「今、ここで」クライアントの全身が発する声を全身で聴く。全身で合い相談する。 面接準備： 調身：背骨の上に頭をまっすぐ載せる 調息：細く長くゆっくり、途中止まりながら、呼吸をする。続ける。 調心：「今、ここで」の体験のみを感じ、思考し、消化する。記憶を用いた思考が生じたら、意図的にそれを排除する。 感覚の覚醒：安全な環境を整えて、提供する。その中身は、自分自身の体温、体重、室温ら五感を、呼吸法により覚醒させ、その自分で、クライアントを掌の上に載せて体重を感じ、体温とその分布（首上熱く、腰下冷えている等）をモニターする。</p>
<p>（筆者の山田が高校時代に取り組んだ）『弓道』の呼吸や身体の状態を思い出す（残心）、ゆったりとした動きを意識、体験や感情をかみしめる‘味わう’（時間をかけてしみじみと過去を振り返るもよし）、習慣化できるように無理のない範囲で、スクワット（重心を低くすることを意識）</p>

4) これは、上田閑照が指摘する、真の私は、「我、我ならずして、我なり」（2000）の言い換えである。

5) 大学院心理相談センターでは、院生の訓練生が1年間の期間限定でスーパーバイズド心理療法を実施する。西川以外の筆者の山田は現担当者である。

4-2. 最終セッションの逐語データ

第1分節

Th.1 今日もよろしくお願ひします。【セラピストの内言】
 Cl.1 お願ひします。Th.2 今日は何をお話ししていきましようか。Cl.2 えっと、…今日お話ししようと思っていたのが、ここに来なくなると、他のところで人と話す必要が益々あると思うんですけど、私はディケアとかで、人に話しかけるときに、服とかお菓子とかを作ったとか何か用事があれば話かけるんですけど、何も用事が無いと何を話せば良いんだろうと思ってしまって、喋っている途中でも何を話せば良いんだろう、ってなってしまって…、何も言えなくて話しが続かなかったりするんですけど、そういうことがあるのは、何か有意義なことを言わなきゃいけないとか、うーん、何か意味のあることを言わなきゃいけない、っていう気負いがあるんだろうなと思って、そうしないと話しが続かないのかなと思ってしまっていて、何でも良いから何か言えば、相手の方で何か盛り上がることを言ってくれることもあると思うんですけど、なかなかそういう風に思えなくて、気負いのせいで何も言えなくなってしまうので、そのことを話したしたいなと思って来ました。Th.3 うんうん。ありがとうございます。人と話すときに何か意味のあること、有意義なことを言わなきゃいけないんじゃないかっていう思いがAさんの中にはあって、それが人と話すときに気負いにつながっている。Cl.3 はい。

第2分節

Th.4 何というか…、人と話すときにその気負いがハードルになっている。プレッシャーになっている感じなのでしょうか？ …何というか、そういうことって私自身も身に覚えがあるなあと聞いていて…Cl.4 うーん、私自身も気の利いたこととかを言えないと思っているので、相手もそうなのかなと思ってしまうのかもしれないです。【気の利いたことを言わなきゃいけないのか？】Th.5 自分が気の利いたことを言えないから、相手も同じように気の利いたことを言えないんじゃないかと思う。Cl.5 はい。Th.6 うーん、それはどんなことからそう思うようになったのでしょうか？Cl.6 【沈黙 50秒】 その…気負ってしまうっていうのは、引きこもりになる前から少しあったと思う

筆者の山田による分析

Cl.2-1 自己表現

Cl.2-2 意味のあることを言わなきゃいけない。

Th.4 「世界と、目の前の人と考えと感情を交わし合うこと」を実行している

Cl.6 「意味のある」から「気の利いた」ことに変化。「気

んですけど、引きこもりになってから酷くなったとっていて、引きこもりの時は誰がこういう風に返してくるかなみたいに思っていて、だから引きこもりの時みたいに、誰かがこう返してくるっていう山彦みたいに思っていたのかなって思います。【やまびこ…？自分が想定した返ししかこないってことかな？】Th.7…実際、山彦みたいになっていました？ 引きこもりを終えて、実際に人と関わる時に…

第3分節

Cl.7 なってないんですけど、自分と違う意見を言われるとすごく意外だなあとと思うようになって、それを意外過ぎて受け入れられないっていう感じがして、その…、違う意見を聞いて、素直に受け入れられないって感じですね Th.8 山彦みたいになるんじゃないかと思っていて、実際にはならなかった。そして、自分とは違う意見を言われた時にもすごく意外だと感じていて、素直に受け入れられない自分がいた？ Cl.8 はい。Th.9 素直に受け入れられないのは引きこもりを終えて強くなったのでしょうか？ Cl.9 素直に受け入れられないっていうのは、引きこもりの前はなかった…と思います Th.10 ひきこもる前は何でも素直に受け入れられていた。Cl.10 はい。Th.11 どうして…素直に受け入れられなくなってしまったんでしょうかねえ Cl.11 【沈黙 20 秒】引きこもりの時に…、ほとんど家から出てなかったですし、人の意見を聞くっていうのが怖くなったんじゃないかっていうのと、他人が頭に入ってくるのが不安だから受け入れられないのかなと思います 【他人が頭に入ってくる…って相当危ない感じだけど】 Th.12 人の意見を聞くのが怖い…今も怖い？ Cl.12 うーん、今は怖くはないんですけど、…でも、何かガードしている気がします Th.13 今は怖くはないけど、何かガードしているような気がする…引き A さんとしては、自分とは違う意見を素直に受け入れたいけど、受け入れられない Cl.13 はい

第4分節

Th.14 Th.1…取り残された感じなののでしょうか？そうですか…、人の意見を聞くと怖い、他人が頭に入ってきて不安になる、自分を脅かされるような感じでしょうか…、それ

負う」は、自意識過剰か。

【内言】「やまびこ」、想定問答

Cl.7 他者との出会いに伴う驚き。以前の「素直に受け入れる」は、自分が未定での「受け入れる」今は「自分が定まる」。以前のように「素直に受け入れ」られないのは当然。

Cl.11 当時の「他人」は、侵入的な母親の置き換え物で神経症的不安

Cl.12 母とは無関係なクライエントの現在の課題

Cl.14～Cl.22 時間の働き、心の働きの取り戻しの徹底操作過程；日常の時間、人生の時

がどんな感じなのかももう少し言葉にできそうでしょうか？

Cl.14 【沈黙 1 分半】引きこもりの時は、あの、一人の狭い世界にいたんですけど、一人の狭い世界だから、自分が何もやってなくても怖いということがないようにしてたと思うんですけど、外に出て人と接するとやっぱり世の中は動いてるんだなと思って、…あの、自分が何もやらずに引きこもっていても、あの、その…、時間はちゃんと流れてるんだなと思って、【沈黙 10 秒】…自分が何もやらずに引きこもっていた時間があるのが怖いのかなと思って…

Th.15 自分がひきこもっていた時間も世の中や人は変わらず動いていて、…その自分が何もしていなかった空白の期間のような部分に何か後ろめたさだったり後悔や不安みたいなものがあるんでしょうか？

Cl.15 はい。Th.16…取り残された感じなのでしょうか？

Cl.16 はい。Th.17 ずっと家にいて…、1 年後とか 2 年後に外に出たら、景色も人も変わってたら、置いてけぼりにされたような寂しさを感じます

Cl.17 うん…Th.18 もしかして…、そのひきこもっていた時間をまだ受け入れられない、認めたくなし、A さんがいらっしゃるんでしょうか？どうなんでしょう…

Cl.18 そうだと思います…、大学も卒業できなかったというのがありますし、ひきこもる前も日雇い派遣で月に 2 回くらいしか働けてない時があったので…

Th.19…自分と違う人との意見を受け入れられない A さんもいるし、ご自身のこれまでの体験、事実としてそこにあったものを受け止めきれない A さんもいるのでしょうかね。

Cl.19 【沈黙 30 秒】…自分の人生を受け入れられないっていうのはあると思います。

Th.20 そうですか…、何をもってして自分の人生を受け入れたっていうのはなかなか難しいことはありますが…、自分のこれまでのことを認められない自分がいないと、なかなか前を向くのも大変かもしれないですね…、A さんとしてはどうしていきたいとありますか？

Cl.21 【沈黙 30 秒】…あの、そういう風に後悔してる時間の間にも、また時間がどんどん過ぎていくので、気にしないようにしたいなと思います

Th.22 そうですよ…、過去の後悔とかしんどかったことってたまにね、思い出してしんどくなることって、誰しもあると思うのでね…、今の A さんがおっしゃる通り後悔してる時間をゼロにすることは難しいと思うけど、減らしてしていくことで、違う時間の

間、非時間。

「動いて流れている世界に居れば、脅かされる感じもそこに流させてもらえるから、やっていける。それに気づかずに、自分は時間を無駄に過ごしてしまったのだ。」

使い方もできますしね、だから気にしないっていうのは、とても大事な心がけだと思いますね。Cl.22 うなづく。

第5分節

Th.23…何か今日、お伝えしたいなと思ってたことなんですけど、今お話してもよろしいでしょうか？Cl.23 はい。
Th.24 ありがとうございます。あの、今ね、気にしないってようにしたいってことだったんですけど。そういう時に、習慣がAさんを助けてくれるのかなと思って…、不安だったり後悔だったり、負の感情に支配されそうになった時に、散歩やストレッチとか習慣としていたものがAさんを乱すものから守ってくれるお守りのようなものかなと思ってます。今、ここにスポットライトをあててくれるお守りのような感じでしょうか笑)それがあれば、現実に戻ることができる。なので、習慣っていうものを大切にしていなければなと思います。すいません、最後にお伝えしようと思って。Cl.24 うん…、大学をやめたしまったとか、引きこもってしまったっていうのは、私の自信のなさに繋がっていると思っていて、この間ディケアで、SSTをしてる人たちがいて、私は聞いていただけなんですけど、ディケアのスタッフさんが利用者の女性に自信がないような感じがするから、自信がつくようなことをした方が良いつて言っていて、その利用者の女性は刺繍教室をずっと続けてきたことが自信になったって言うので、あの、何か長期間続けたら自信がつくのかなって気がします。Th.25 うんうん、そうですね、それは大いにあるように思います。自信って自らを信じるって書くと思うんですけど、だから、習慣って自らの行いを信じる行為にも通ずると思って、自分はこれを大事にして続けていきたいっていう気持ちは自分を信じることにつながるのかなって…、その方は刺繍教室だし、それは人それぞれで、自分にとって身近な習慣を増やしていけたら良いのかもしれないですね。Cl.25 はい。Th.26 では、いつものマインドフルネスと換気をしますか！これも一つの習慣になってるかもですね（笑）

第6分節

[調息呼吸法3分換気5分] Th.27 今日で最後ですのでね

…、何か A さんが最後に話したいこととかこれまでのセッションを通して感じたこととかお話していただければと思います Cl.27 うん…、今年 1 年で私が変わったかなと思うのは、自分の正解と他人の正解は違うから他人と正解に振り回されなくて良いんだなっていうことと、後は、両親が私のことを期待していないと思って、私も両親に期待しなくて良いと思って、良い意味で諦めがついたっていうのがあります。Th.28 自分の正解と他人の正解は違う、だから他人の正解に振り回されなくて良いっていうのと、ご両親が A さんに期待していないと思うから、自分を両親に期待しなくて良いっていう風に思うって部分が大きく変わった Cl.28 はい。Th.29…その二つの変化って A さんにとってどんな大きな意味があったのか、教えていただけますか？ Cl.29 【沈黙 30 秒】 うーん、他人の正解に振り回されなくなったっていうのは、自分の正解ではないことを気にしなくて良いので、安心して自分の道を進めるかなと思って、両親のことが諦めがついたっていうのも、両親の間違った期待に応えようと思わなくて良いと思うようになったので、それもあって安心できるようになったかなと思います 【安心感って言葉が出てきて少しほっとした。】 Th.30 安心して日々の生活を送れるようになりつつあるような感じでしょうか？ Cl.30 はい Th.31 普段の生活から脅かされる感じがしていたら、心休まる時がとても少なそうです Cl.31 うん Th.32 うんうん、その脅かされる不安とかしんどさから少しずつ解放されていっているような感じでしょうか？ Cl.32 はい。Th.33 【沈黙 30 秒】 A さんにとって、この何年で得た安心感っていうのは、どんな影響を A さんにもたらしてくれそうですか？ Cl.33…焦らずに落ち着いて、一步一步進めれば良いと思えるようになったと思います。Th.34 焦らずに落ち着いて一步一步へ安心感があれば、落ち着いて着実に進めるような感じですか、何だか良いですねえ。Cl.34 はい、これまでは焦ってやらなきゃやらなきゃ、って感じだったので…Th.35 うんうん、すごく大きな変化ですねえ、安心して落ち着いた状態で一步一步着実に歩みを進めようと思ったっていうのは…Cl.35 はい。Th.36 その変化を大切にしていっていただきたいなと思って聞いていました。Cl.36 はい。Th.37 うん、すごく長い期間通っていただいたと思うんですが、これまでを振

り返って、Aさんが思うことはありますでしょうか？
 Cl.37 最初の頃と比べると何でもかんでも自分が悪かって思っていたので。そういうのはずいぶん減ったかなと思いますね Th.38 うんうん、かつては自分が何でもかんでも悪かったけど、今はそうは思わない。自分と他人の責任の所在みたいなものの分別が付いた。Cl.38 はい。

第7分節

Th.39 【沈黙1分】最後にね…もう一度…、Aさんがこの1年で感じられるようになった安心感を守るのにも、習慣っていうものが一役買ってくれると思うので、大事にいただきたいし、私も自分の習慣を大切にしていきたいなと思います。そろそろお時間なのですが、最後、Aさんから何かありますか。Cl.39 えっと、山田先生は、あの、散歩した方が良いとか、いきなり働くのは就労移行に行ってからじゃないと難しいんじゃないかとか、そういうことをバツサリ言ってくれたことが、他の先生達とは違う感じがしたなと思って、それが良かったなと思って。これからも…、その、散歩の習慣化とか頑張って、一つ一つ進んでいけたらと思います。【バツサリ…（笑）】 Th.40 うん、そうですね、まだまだお互い人生が進んでいくと思うので、一歩一歩着実に、自分のペースで頑張っていきましょう！ありがとうございました。Cl.41 はい、ありがとうございました。【お互い頑張ろう】

Cl.39 冒頭の「他者から意外なことを言われて驚く自分」の今日の克服体験。「バツサリ言う貴女が好きだ」。自分・相手・世界・教え・価値観を共にする他者

5. 考察

分析結果を配列して、俯瞰的考察を加え、大きく3つの位相と、各々に付帯する2つと3つの下位位相を同定した。以下に、各位相の特徴を述べる。

- (第1分節) 第一位相；今、ここに於いて在る二人から私であるために必要な二人になること
 下位位相1 私であるために必要な二人；「話しかける時に気負う私」
- (第2分節) 下位位相2 「今、ここに於いて、外界と内界の私と出会おうとして出会うあなた」と「相手に気の利いたことを言いたい私」
- (第3-4分節) 第二位相；今、ここに於いて自由な私；安全な「山彦」を生きた過去の私
 下位位相1 過去の症状の世界を描く；支配的な母親と共に在る世界とそこからの撤退

(第4分節) 下位位相2 心理療法に取り組んだ8年間を振り返る私；退行した母子二者関係からの離脱と時間，日常と人生，非時間が動いている「虚空世界に超え包まれている現実世界」との再接触

(第5-7分節) 第三位相；私たちの課題；「日常底」（石川昌孝と宮崎奕保，2008）へ

下位位相1 非時間に通じる第三者的な普遍的「教え」

(第6分節) 下位位相2 真似をする私；二番目のあなたから，第三番目の「教え」の枠に嵌まる

(第7分節) 下位位相3 今日の成果；「教え」を伝えるあなたの素晴らしさを認められたこと

第一位相は，セラピストとクライアントが面接の場に入った。これを「今，ここに於いて在る二人から私であるために必要な二人になること」と呼ぶ。下位位相1は，面接の場でクライアントが問題と感じている自分を表現することだった。これを，1-1. 私であるために必要な二人；「話しかける時に気負う私」と呼ぶ。下位位相2では，セラピストが，クライアントの自己表現に共鳴して体験した自身の内的世界を表現し，それに伴って，今ここでの二人の交流が生じている。これを，1-2. 「今，ここに於いて，外界と内界の私と出会おうとして出会うあなた」と「相手に気の利いたことを言いたい私」と呼ぶ。

第二位相では，クライアントは自身の内的世界ないしは過去の自分を振り返り，その文脈上に，第一位相で表現した課題を位置づけ，本セッションでの課題にすることに成功している。これを，2. 今，ここに於いて自由な私；安全な「山彦」を生きた過去の私と意外な「自分と違う意見」の世界に戸惑う今の私，と呼ぶ。さらに，下位位相1では，クライアントの自己探求が進展する。これを，2-1. 過去の症状の世界を描く私：侵入的な母親の置き換え対象表象世界とそこからの撤退の体験，と呼ぶ。次にクライアントは，2-1で描いた症状の世界から離脱するための基地となった心理療法におけるセラピストとの関係を，特にこの一年の関係に焦点化して描いた。これを下位位相2に位置づけ，2-2. 心理療法に取り組んだ8年間を振り返る私；退行した母子二者関係からの離脱と時間（日常の時間，人生の時間，非時間）が動いている「虚空世界に超え包まれている現実世界」（上田，2000）との再接触，都呼ぶことにする。

第三位相では，セラピストから日常の「習慣にする」課題として，禅仏教で「真の私」と呼ぶ私であるための習慣，課題を二人で検討することになる。これは「私たちの課題；日常底へ」（宮崎奕保と石川昌孝，2008）と呼ぶことができる。その下位位相1では，最初にセラピストから，毎日の散歩の習慣が，つまり心身一致の体験世界に通じる「教え」，すなわち下位位相としての3-1. 非時間に通じる第三者的な普遍的「教え」が導かれた。クライアントは，この教えの枠に自分を嵌め込む作業を自発的に行なった。つまり，下位位相2，3-2. あなたの真似をする私；第三者的な普遍的「教え」の枠に自分を嵌める体験，である。本下位位相での試みを踏まえて，クライアントは，新しい人としてセラピストに出会う。これが，下位位相3，3-4. 今日の成果；「教え」を伝えるあなたの素晴らしさを認められたこと，である。

6. 結論；本事例の心理療法中核過程の定式化

クライアントの両親体験には10年以上の欠落があった。それは、長期に亘って単身赴任している夫の留守の家で、外の人との交流が日常的にはなく、もっぱら子どもたちの世話をする生活を送る主婦として母親と不在の父親、という意味である。母子の閉鎖的な二者関係を反復する生活を送る中で、二人の子供は引きこもりになり、その一人がAさんだった。

彼女は、心理療法に取り組む中で、Aは、家族集団規範の外にいるカウンセラーとの新しい二者関係を獲得した。その二者関係システムの中で、クライアントが引きこもり中に陥っていた「やまびこ（山彦）」擬似人間関係、ないしは主観的体験から脱していったと思われる。これが一つの重要な機序だろう。

私たちは、担当セラピストだった山田が毎回のセッションで留意したように、心理療法を「今、ここでクライアントの全身が発する声を全身で聴く。全身で合い相談する」とした。

相手の全身が発する声を聴こうとするなら、がっぷり四つの取り組みでは無理である。二人の間に一定の距離が維持されなければ、相手の全身を感じることはできないのだ。裏腹に、私たちは、自分の全身から発せられる声の反響を聴こうとするなら、私たちの全身よりも大きな、山々やその先のような広く深い壁、対象を置く必要がある。これは今ここで行う呼吸（調身と調息）を要する感覚それ自体とそれへの知覚と認知体験である「我、我ならずして、我なり」（上田閑照，2000）である。

この体験は、それがダブルバインドの内在化パターンという歪んだ意味空間であれ、社会にあるさまざまな集団圧力、ここでは、母親と子供たちが抱いていた、父親を尊重しているつもりのままの自意識の暴走を、自分を甘やかして認めている時の意味空間であれ、そこから離脱である。そして、それは私たち自身の日々の課題であり、他人事ではない。調身、調息、調心の助けを借りつつ、この冷厳な現実を受け止めようとする人は、次の上田先生の文章を、呼吸法、坐禅の自身の体験を置いて読めるだろう。

あるいは世界とは、世界とその無限の余白である。しかも、世界の「於てある」限りない開けは無限の余白であるだけでなく、同時に、さまざまな意味連関の輻輳する世界という複合テキストの行間の深みをなしている。世界の内での経験は、無限の余白への余韻と行間の底なき深みへの浸透によって、世界内における意味連関上での具体的な限定のままで（世界の内にあるかぎり確保されなければならない限定性のままで）限定に尽きない限りない余剰を湛えるであろう。（上田閑照，1991）

この離脱過程を共に完了させた最後期に担当した女性セラピスト（訓練生）二名は、宗教的な意味で「道を歩む者」であった。この体験を、カウンセラーと共に重ねていき、本当の安心を確かに体験していったと思われる。この過程こそが、本事例の心理療法過程の中核である。

私たちの（実は）主体である〈無意識〉世界を、〈意識〉される知性と感覚から見る限

り、物質的なもの、即ち時間的・空間的となる。それではどうしても本当の安心が得られぬ。安心は靈性世界の体験に属する。(鈴木大拙, 2000, p72)

7. 終わりに

筆者は、心理療法の組み立てや、介入法について、今まで、あれこれと、考え、語ってきたが、人が語ることの真の在り方を突き詰められてはいなかったと思う。

筆者は、タイトルに「禅老師の提唱と」と付けた。老師の提唱場面に私たちは陪席させていただきただけだが、私たちは、「我、我ならずして、我なり」、調身、調息、調心を実行しながらでしか、「私を提（ひっさ）げて仏の前に立つ提唱」(山川宗玄, 2022a)を聞くことは不可能である。

さて、私たち心理療法家は逐語録を作るが、その延長で、筆者は老師の提唱の逐語録に取り組んだ。今まで3,000時間以上の経験があると思うが、老師の提唱の逐語化は、通常よりも18倍から38倍の時間を費やした。修行の糧としてご容赦を願う。これに取り組むなかで、筆者は、人が語ることの真の姿を体前にみせていただけた。絶対の平等性か。ありがたいことである。

【引用文献】

- 石川昌孝と宮崎奕保 (2008) 坐禅をすれば善き人となる, 講談社, pp. 258
- 西川昌弘 (2019) 心理療法家の空間と場所のひらけから「甘え」への退行や固着へ, 神奈川大学心理相談センター紀要, (10), 11-23.
- 西川昌弘, 森川知美 (2022) ただ迷うことと準備を調べて自分と向き合うこと—西田哲学の対話と心理療法—, 神奈川大学心理相談センター紀要, (12), 51-63.
- 西川昌弘, 森川知美, 山田芽衣 (2023) 正しい姿勢と呼吸で行う心理療法と被虐待体験をもつクライアント—禅仏教の教えと動物行動学, 精神分析理論による治療の組み立て—, 神奈川大学心理相談センター紀要, (13), 15-26.
- 鈴木大拙 (1991) 僧堂の修行と生活, 春秋社, pp. 306
- 鈴木大拙 (2000) 鈴木大拙全集, 第六卷, p. 72, 岩波書店, pp. 437
- 鈴木大拙 (2001) 鈴木大拙全集, 第二十六卷, p. 381-498, 岩波書店, pp. 547
- タイソン, P.& タイソン, R.L. (2005) (馬場禮子監訳) 精神分析的発達論の統合 1, 岩崎学術出版社, pp. 228
- タイソン, P.& タイソン, R.L. (2008) (皆川邦直監訳) 精神分析的発達論の統合 2, 岩崎学術出版社, pp. 223
- 上田閑照 (1991) 生きるということ 経験と自覚 上田閑照 人文書院刊, 1991, pp. 266
- 上田閑照 (2000) 私とは何か, 岩波新書, 岩波書店, pp. 199
- 上田閑照 (2006) (personal communication)
- 山川宗玄 (2022a) 「堂々と生きる」無門関 第四十八則語, (六月十二日) (personal communication)
- 山川宗玄 (2022b) 「堂々と生きる」無門関 第四十九則語, (九月十八日) (personal communication)
- 山川宗玄 (2022c) 「堂々と生きる」無門関 後序, (十月二日) (personal communication)