

『^{そつ}啐 ^{たく}啄 ^{どう}同 ^じ時』その1

明星学園 宮下 智

【解説】

卵の中のヒナ鳥が殻を破ってまさに生まれ出ようとする時、卵の殻を内側から雛がコツコツとつつくことを「啐」といい、ちょうどその時、親鳥が外から殻をコツコツとつつくのを「啄」と言う。雛鳥が内側からつつく「啐」と親鳥が外側からつつく「啄」とによって殻が破れて中から雛鳥が出てくる。親鳥の外側からつつく「啄」が早過ぎれば、雛がまだ生まれ出る準備ができていないうちに、殻を破ることになり、雛は、外界との早い出会いに、死に至ってしまい、また、遅すぎるとは、今度は雛だけの「啐」の力では、殻を破ることができないので、雛は、殻の中で、窒息死に至ってしまう。—この生まれ出るための意気投合の瞬間が、禅宗の世界で語られる「啐啄同時」である。



K男さんは、この春に母を突然亡くした。風呂場での不慮の事故による突然死である。三十数余年、家族（父や母、全ての兄弟たちに対しても）への複雑な思いを抱えて生きてきたK男さんにとって、それはあまりにも大き過ぎるできごとで、彼の心は、それを受け止めるのには、まだまだ準備が足りなかった。手渡された母の写真は、放り投げ、飾られた母の写真は、剥がして破いた。お葬式に出かける前には、心の整理ができずに、怒りや悲しみが次々に押し寄せるのか、しばらく興奮が収まらなかったし、職員が提案した墓参りや、もう誰も住んではない実家への訪問は、頑なに拒否した。

数日後、それでもと用意した母の写真も、一旦はOKで、しばらく居室に飾られていたのだが、結局その夜には、部屋の外へと置かれていた。



どんな親子関係（子どもに障害が在ろうと無かろうと）においても、親が子に寄せる思い、子が親に寄せる思いは、複雑だ。子供の気持ちが全部分かって、すべて対応できる親なんかあるはずがないし、親の気持ちが全部分かって、それに応える子どももいるはずがないからだ。子は親に「感謝」や「愛情」を感じる一方で、押さえつけられた「怒り」や「悲しみ」を感じている。親も同様に子に対して、二つの相反する気持ちを抱えている。「愛おしさ」と思い通りにならない「怒り」だ。

K男さんの心は、母の突然の死を前にして、「怒り」や「悲しみ」に支配されていた。



漢方治療の概念に、「瀉」と「補」という概念があります。「瀉」はものを吐き出すという吐瀉の「瀉」、捨てる、体の外に流し出すという意味、「補」は補充の「補」、足りないところを補うの意です。「瀉」は老廃物を流し出すことに通じ、「補」は、栄養素などを補うことに通じます。指圧、マッサージなら「瀉」は強く、痛いほどツボを押すことに通じ、「補」は、やさしくなでる、そっと手を置いて温めるに通じます。

さて、これを心に当てはめると、否定的な感情、例えば、怒り、悲しみ、妬み、恨みのような感情を吐き出すことが「瀉」で、嬉しい、楽しい、愛しい、可愛い、大好きというような感情を注ぎ込むことが、「補」ということになります。

そして、一方、心の器というのは、一定の大きさ、容量が決まっていて、その定められた量を越えて、感情を溜め込んだり、支えることができないようになっていると思います。想いが強く、多ければあふれてしまうし、爆発してしまう、そんな器を想像してみてください。

今、その心の器が、「怒り」や「悲しみ」で一杯な時、その心の器に、いくら「優しさ」や「喜び」を注ぎ込んだにしろ、その感情は、溢れ出てしまっ、その人には届かないことになります。

つまり、否定的な感情で満たされている心に、いくら肯定的な感情を注ぎ込んでも、その努力は無に等しいのです。

ここで、「瀉」と「補」です。まず第一に成さなければならないことは、心に溢れんばかりに満たされている否定的な感情をまず外へ吐き出し、その空いた心の隙間に、肯定的な感情を注ぎ込むことで、やっとその方の心の間に、

温もりを届けることができ、その方にとって一筋の明かりを提供することができるということなのです。

否定的な感情を「吐き出す」ことは、その気持ちに形を与えること、すなわち外側へ表現すること、しゃべることができたら、その気持ちを言語化することが、これに当たります。

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

K男さんは、一日に何回も、心の中に渦巻く「怒り」と「悲しみ」に翻弄されて、泣いたり、喚いたりが続きます。職員集団は、根気強く寄り添い続けます。動いてしまう体を抱き止め、叩いてくる手を優しく包み込みます。

「K男さんの今感じている気持ちは、全く変な気持ちじゃないよ、怒ったって、泣いたって、それが今のK男さんなんだから。どんな気持ちを持っていたって、だれもそんなK男さんを嫌いにしないよ。」職員集団は、毎日何回となく、彼に話しかけながら、彼が自分の力で、自分の気持ちを表現することができるのを、「きっとできるはずだ」と信じて、待ち続けます。

すると、ある日、彼は、混乱の中で、こうつぶやきます。

「ぼくは、わるくない」と。

この日から、彼の暮らしは、ほんの少しずつですが、落ち着き始めます。彼の自分では訳の分からなかった情緒の塊に、形が与えられた瞬間でした。

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

黒柳徹子さんの確か「不思議の国のトットちゃん」に書かれていたことだと思うのですが、今でも、世界中のどこかで戦争が行われていて、ユニセフの仕事で、その戦地を訪れたときに、砲弾に倒れた母親の隣で、泣いている子どもたちに出会った時の話です。

「お母さんは、私のせいで、私が悪い子だったから、死んじゃったの」と、その子どもたちが口々に言うのだそうです。客観的には、当然砲弾に倒れた、戦争のせいで母親が亡くなったんだということが、分かるはずの年齢の子であっても、そう言うのだそうです。

定型発達の子どもたちにあっても、このようなのだとしたら、母親にとって「悪い子」であると常々感じているだろう知的障害や自閉症の方々が（たぶん怒られる回数や手をかけさせる回数は、定型発達の子どもらに比べて圧倒的に多いと思われる）、母親の死に直面した時に、感じる思いは、この戦地の子どもたちと同じように、「自分のせいでお母さんは死んだんだ」「それは、自分が悪い子だからだ」と感じてもおかしくないと思います。

K男さんの「ぼくは、わるくない」には、この気持ちから離れることができ始めていると感ずることができそうです。しかし、まだこの頃は、母親の写真は飾ることができません。

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

夏が過ぎ、秋の行事の季節がやってきました。家族の方の来園が続きます。母親が亡くなって、半年が過ぎました。彼が盛んに「まんなか？」と職員に尋ねるようになってきました。どうも、「僕は、クラスの仲間ですか？真ん中に居てもいいのですか？」と確認しているようです。と同時に今までと泣いている様子が違うようです。

職員集団は、その頃使い始めた表情カードを使いながら、彼の感情表出を応援します。

「K男さん、みんなの真ん中だよ。クラスのメンバーさんみんなが、K男さんが、お母さんが亡くなった後、苦しんでいることを知っているよ。行事にお母さんが来れなくて、寂しい思いでいることを知っているよ。だからみんな応援しているんだ。真ん中に来れば、きっと寂しくなくなるって。寂しいって言ったって、良いんだよ。我慢しなくていいんだ。寂しい時は、寂しいって言うっていいんだ。みんな仲間じゃないか」

彼は、何日かの心と体の格闘の後、小声で「さびしい」とつぶやきながら、寂しい顔の表情カードを選んだ。

また、一つ彼の中で、訳の分からない情緒の塊に、形が与えられたのだ。この時、彼は、亡くなった後初めて、母親の写真を直視することができている。

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

彼が墓参りの決心をするまで、あと一ヶ月…。【つづく】

WELCOME TO SATORU WORLD

知的障害入所施設明星学園における心のケア

<http://homepage3.nifty.com/myojo-satoru/>