

心理療法における非日常性について

久米 禎子

(キーワード：心理療法，非日常，演劇)

1. はじめに

われわれは日々の生活の中で、時に、その日常から離れた時間や空間を求めることがある。具体的には、たとえば、旅行をする、スポーツをする、美術館へ行く、映画や舞台を鑑賞する、といったことなどである。もっと手近なところでは、仕事のあとに飲みに行くだとか、友人と食事に行く、買い物をする、などといったこともあるだろう。これらの、いわゆる気晴らしや息抜きには、緊張をほぐす、気分を変える、ストレスを発散する、といったような効用があると考えられるが、これらの活動はなぜ、そのような効用をもたらすのだろうか。

このことについて考える際に、日常から離れること、すなわち非日常性というのは欠くことのできない要素であると思われる。さらに、非日常を求めることは、単なる気晴らしにとどまらず、もっと深い、それまでのあり方を根底から変えるような心の動きをもたらす可能性ももつことがあると考えられる。

ところで、非日常は自ら求めて得るものばかりではない。むしろ、好むと好まざるとに関わらず、非日常の方からやってくるような体験もある。たとえば、今まで「いい子」だったわが子が突然学校に行かなくなった、仕事にやりがいを感じていたのに急に会社に行くのが嫌になった、などといったことがある。そのような状態になってはじめて、われわれは日常がいとやすくと非日常に転ずることを知る。日常は非日常と隣り合わせなのである。心理臨床の場に現れる人の中には、そのようにして、はからずも非日常の世界に巻き込まれてしまったとでもいうような体験をもつ人がいる。

非日常という場に置かれたときに見えてくるものは何なのだろうか。本論では、非日常性のもつ意味を検討することを通して、心理臨床における非日常性が、どのような意味において重要なのかを明らかにしたい。

2. 演劇における非日常性

観劇、すなわち劇を観る、というのも非日常的な体験の一つである。演劇の歴史は古く、古来より、さまざまな文化において、さまざまな演劇が作られ観られてきた。演劇は人間という存在と深く結びついた活動である。ここでは、特にその「観る」という側面に注目して考えてみたい。

劇作家で演出家の平田オリザ(1998)は、演劇におけるコミュニケーションを次の3つの相で捉えている。1. 演劇作品内での、役柄同士の対話、2. 演劇集団内での、劇作家、演出家、俳優といった個々人間の対話、3. 劇場における表現する側と、それを観る側との対話(内的対話)である。そして演劇とは、コンテキストの摺りあわせを通じて、一人ひとりの新しい世界像を生み出すこと、あるいは一人ひとりの世界像がより明瞭になることであると述べている。彼の考えによれば、演劇を観るということは、つまり、他者のコンテキストとの摺り合わせによって、自己のコンテキストが変容していくことであるということになるだろう。

また、同じく劇作家の別役実(2002)は「演劇的感動」ということについて、次のように述べている。「観客は、劇場へ出かけて『何ものかを受信』してくるのではなく、『何ものかを共有』してくるのであり、『受信』の場合は、その伝えられる『何ものか』の内容によって、感動したりしなかったりであるが、『共有』の場合は、その伝えられる『何ものか』の内容に関わりなく、『共有した』という体験の中に、『演劇的感動』が含まれている、ということがある」。

「観ること」は「演じること」と比べると、一見、受動的な活動のように見える。確かに、それには積極的に相手に働きかける行為は伴わない。しかし、内的なレベルでは非常に活発な活動をしているのだとも言えるのである。演劇は、表現する側のみでは成立しない。観る側があって、はじめて演劇空間が成り立つのである。また、

観客の反応や雰囲気によって自ずと俳優の演技が違ってくことはよく知られている。そのような表現する側と観る側のダイナミックなコミュニケーションが演劇という営みを可能にするのである。演劇における「観ること」には、心理面接における「聴くこと」と通じるものがあると考えられる。この点については、後に改めて述べる。

演劇の非日常性について言えば、舞台上で繰り広げられていることは、日常そのままではない。そのような意味において、演劇は非日常である。さらに、観客が演劇を観るということもまた、非日常である。つまり、舞台上においても、舞台と客席の間においても、二重の意味で、非日常的な空間がつくられているということである。そして、そのような非日常的な空間であるからこそ現れてくるものがある。それはいったい何か。

3. 「場所と思い出」(1)

ここで、別役実の戯曲「場所と思い出」(別役実戯曲集「にしむくさむらい」所収)を取り上げてみたい。不条理劇の作家として知られる別役実の戯曲には、日常と非日常の境、その危うい関係が非常に的確に描き出されていると考えるからである。

「場所と思い出」は「男」がバス停でバスを待つ場面からはじまる。この男は戯曲においては男1と表記されている。彼は特定の名前を持たない存在である。つまり、何者でもなく、何者でもあり得る存在である。彼ははみがきのセールスマンであり、バスに乗って町から町へ営業活動をするのが仕事である。次の町へ向かおうとバス停にやってきた彼が、そこまで案内してくれた女に礼を言うところから場面は始まる。

男1 そうですか、どうも……、(坐る。がまだ女1が居るので再び腰を浮かして) ありがとうございます、おかげで助かりました。

女1 どういたしまして、私、どうせヒマだったんですから。どうぞ、お気になさらないで下さい。それから……、もし聞かれたら、そう言ってやって下さい。バスを待っているんだって……。

男1 聞かれたら……？

女1 ええ、ですからね、誰かがやってきて、何故そんな所に坐っているんだって、聞かれたら、バスを待っているんだって、そう言えばいいんです。

このような調子で男と女の間に会話が続いていく。そして、いつのまにか彼女は思い出を語り始め、男は否応なしにその話に巻き込まれていく。さらに、他の人物たちも登場し、それぞれが自分の思い出を語る中で、それはいったい誰の思い出なのか分からなくなり、彼自身もその思い出のなかに取り込まれていくのである。

4. 関係性のもつ力

この戯曲において、男は受動的な存在として描かれている。観客は自然に彼にコミットし、彼を手がかりにこの戯曲の世界に参入する。彼のとまどいや驚きは、観客のとまどいや驚きでもある。そして、観客も彼とともにこの奇妙な世界に巻き込まれていく。

とは言っても、男は決して、日常では起こり得ないような特別な出来事に遭遇するわけではない。彼が会話をする相手は、彼より非力な女性であるし、脅されたり、強制されたりするわけでもない。しかし、彼は知らず知らずのうちに、非常に強い力で彼女たちの世界に巻き込まれていくのである。男は女たちの思い出話の中で、混乱していく。「思い出」とは、いったい誰の「思い出」なのか？ いつのまにか他者の思い出のなかからめとられ、そこから逃れることができなくなる。

思い出が他者と共有される時、たとえば「こんなことがあったね」「あのときはこうだったね」と他者と共通にもつ過去の出来事の記憶について語り合うとき、それは「私」が「私」であることをいっそう確かなものとする。過去の自分と現在の自分がつながっており、それが他者にも承認されていることを確認することができるからである。しかしながら、これが「私」を独立した存在として認めることなしに一方的になされる時、思い出はもはや安心を与えてくれるものではなく、「私」の基盤を根底から脅かす違和感に満ちたものとなる。

自分は他者と異なる存在であり、異なる記憶をもつ。しかし、日常においてそのことを強く意識することはあまりないように思われる。一時的にそのような瞬間をもつことはあるだろうが、おそらく常というわけではない。むしろ、大半の時間は他者と同じところ、同じ記憶を頼りに生活をしている。なぜなら他者のあまりに強い

存在感は自己の存在を脅かすからである。他者の他者性を強く意識することは、おそらく非日常的なことである。

ここで重要なのは、他者は内的に人を動かす力を持つということである。この戯曲では場面転換はない。男のいる場所は最初から最後までバス停である。しかし、彼の内的な立ち位置は関係性のもつ力によってしだいにずらされていく。そのような意味で、他者との関わりは怖いものである。場合によっては、非常に深刻なダメージをもたらすこともあろう。しかし、そこには否定的な意味しかないのだろうか。

男は全く無抵抗だったわけではない。むしろ抗おうとすればするほど、かえって巻き込まれてしまったように見える。このことを別の角度から見れば、男は半ば自ら望んで巻き込まれていったようにも思われるのである。関係性に閉じている人は、そもそも巻き込まれることはないだろうからである。自分を何かにコミットさせることは、ある種の可能性に開かれることなのではないだろうか。そのように考えてみると、関係性の力は肯定的な意味においても、否定的な意味においても、内的な変化に深く関わっていると言える。

5. 「場所と思い出」(2)

男は、自らの意思に反して、靴や靴下、ネクタイを他人のものに取り替えさせられる。着慣れたものを剥ぎ取られ、彼のアイデンティティはだんだん不確かになってくる。既婚者であるにも関わらず、女たちに結婚を迫られ、「夫」「父」というアイデンティティすら危うくなっていく。挙句の果てには、取り替えたものも「返せ」と言われ、靴も、靴下も、ネクタイもなくなってしまふ。女たちが去った後、バス停に呆然と立ち尽くす男のもとに、別の男がやってくる。

男3 どうしたんです……？

男1 え……？ いや……。

男3 何か、失くしたんですか……？

男1 ええ、たいしたもんじゃないんですがね……、靴と、靴下と、ネクタイと……。

男3 何故そんなものを失くしたんです……？

男1 そうなんです。私も今、それを考えているんですけどね。何故そんなものを失くしたのか……。私はただ、ここでバスを待っていたんですが……。

男3 バスを待っていた……？

男1 ええ、そうです。

男3 もうここには、バスなんか通っていないんですよ……。

男1 バスが通っていない……？

男3 もちろん、昔は、通っていましたがね……。

… (中略) …

男3 どちらへでも、あなたの好きな方へ歩いていけばいいんです。もっとも、この連中の思い出から抜け出すわけにはいかないでしょうけどね……。おやすみなさい。

(男3, ゆっくり下手にサル。男1, トランクを持ち、コーモリ傘を下げ、歩き出そうとして、そのまま立ちすくむ……。)

6. 自己の揺らぎ

「思い出」はアイデンティティと強く結びついている。男が他人と交換させられた靴や靴下、ネクタイは、単なる「モノ」ではなく、彼の「思い出」、彼が彼であるという記憶である。そして、それを失くすということは、自分のアイデンティティの一部を失くすということに他ならない。彼が剥ぎ取られたものは、自分が自分であるという安心感なのである。

来ると思っていたバスが来ないかもしれない。自分のなじみの場所に帰れないかもしれない。徐々に男の中に不安が沸き起こってくる。日常の安心は、意外とたやすく崩れるものである。当たり前だと思っていたことが、当たり前ではなくなる。そうした自明性の喪失は、「自分」の揺らぎをもたらす。観客は彼を通して、日常の脆弱さを再認識する。

「非日常」は「日常」と何が異なるのだろうか。気晴らしや息抜きということから考えると、何かの束縛から

自由になるという側面があるだろう。日常と非日常では、価値観のありようが異なるので、日常では当たり前と考えられていたことが、非日常では必ずしもそうではなくなる。これはスリルや高揚感、興奮、解放感や自由さと感じられるだろう。しかし、それらはとらわれや不自由さとも表裏一体である。日常では、ある程度自分のコントロール下にあって思い通りになると思っていたことが、そうではないことを思い知らされる。このような不確かな感覚や居心地の悪さといった揺らぎは、「自分とは何か？」という問いをもたらす。

この戯曲の最後で、男は非常に不確かで危うい状況に置かれている。しかし、同時に、これまでとは違う次元の世界に開かれたとも考えられる。このことについて、次に述べたい。

7. 非日常とイニシエーション

心理療法における非日常の意味は、深層心理学においては主にイニシエーションとの関連で取り上げられてきた。岩宮（2000）によれば、イニシエーションとは、「未開社会において、ある個人が一つの段階から別の段階へと移行するときにその移行を可能にするために行われる儀式のこと」である。未開社会におけるイニシエーションでは、新参者は明確な「分離」を体験し、日常の世界より非日常の世界へと移行させられる。岩宮は「(思春期のような)危うさに満ちた人間は日常から神に守られた聖なる場所へと隔離され、そこで変化を決定的にするというイニシエーションの智慧が生まれてきたのだろう」と述べている。

河合（1985）は、現代社会においては制度としてのイニシエーションが消滅したことを指摘し、内的体験としてのイニシエーションの必要性を説いている。河合（2000）はまた、人間存在に根ざすイニシエーションの必要性は、無意識のはたらきとして生じてくるのであり、そのとき両者の乖離があまりに著しいといわゆる『問題行動』としてそれが露呈されてくることも指摘している。そのような体験を経て、イニシエーションの成就を目指して心理療法の場を訪れるクライアントも少なくないという。

これらの論をふまえると、非日常の世界に足を踏み入れるということは、イニシエーションの過程に一步踏み出すこととして理解される。そのままその過程をすすんでゆくかどうかはその人に委ねられているが、少なくとも、その可能性に開かれたのだと言うことができるだろう。

「場所と思い出」の「男」が最後に置かれるのは、「どこでもない場所・どこでもある場所」であり、彼に残されたのは「誰のものでもない思い出・誰のものでもある思い出」である。これは彼の日常の終わりであると同時に、イニシエーションの過程のはじまりかもしれないのである。

8. 心理臨床における非日常性

高石（1992）は心理療法におけるイニシエーションについて次のように述べている。「現代の心理療法家の役割は、クライアントが個人的なイニシエーションの儀式を行うための聖なる時間と空間を与え、体験の深い意味を把握して伝え、そのプロセスを象徴的に生き抜く手助けをすることだということができる。ただ、河合隼雄も指摘するとおり、心理療法家の未開社会の呪師と大きく違うところは、背後に特定の神という絶対者を持たないという点である。心理療法家の場合は、時に応じてクライアントと互いに役割を交替し、みずからもイニシエートされるような、徹底した相対性に生きる必要があるのではなからうか」。

心理療法の場は、イニシエーションの可能性に開かれた場であり、クライアントが自分自身に出会う場である。筆者らは、箱庭療法において、制作者が作品を作ることを通して自分自身に出会うこと、その際に体験に開かれた見守り手の存在が重要であることを指摘したが（久米・大谷・大谷，2007）、これは心理療法一般についても言えることであると考えられる。非日常は内的な変容に必要であるが、日常を破壊する危険性ももつ。そのような危険性からクライアントを守るために、面接の枠、そして心理療法家の存在があるのである。そして、心理療法家自身もまた、これらに守られているのである。

9. 「観ること」について

最後に、演劇における「観ること」から、心理療法を捉えなおしてみたい。

「場所と思い出」において、おそらく多くの観客は「男」とともに戸惑いや居心地の悪さ、困惑、怒りなどを感じていくものと思われる。しかしながら、観客は「男」ではないので、その感じ方や振舞い方の中にはいくば

くかの溝があるものである。劇場という閉じた、非日常的な空間の中で「演じる者」と「観る者」の間で起こる、このコミュニケーションは、心理療法の場で起こるそれと似通った性質をもつように思われる。「何ものかを共有」しつつ、異なる「コンテキストを摺り合わせる」こと、それが心理療法の場において、セラピストとクライアントの間でも行われているのではないだろうか。

土居（1977）は、「劇としての面接」において次のように述べている。「面接の場で起きることは、劇の場合のように全く虚構であるというわけではないが、しかし日常生活から隔離しているという点では劇と同じである。なぜなら面接においては非日常的空間が作り出され、面接者はそこで治療者、被面接者は患者という全く非日常的な役割を演ずるからである」。この劇の主演は被面接者である。面接者は脇役であり、この劇を演出するに当たった最終責任をもつという意味で監督でもある。また、「面接者と被面接者は交互に相手に対しては観客となる。というのはお互いに相手の台詞を前以て知らされてはいないからである」。土居の指摘にあるように、このような劇において、面接者と被面接者が同じ劇空間をともに生きるこの意味は大きい。

心理面接空間において、「非日常性」は重要な要素である。それは内的な旅のはじまりを用意する。しかし、その一方で、非日常の世界は日常の世界ともつながっていることを忘れてはならない。「一方で日常生活を破綻なく続けながら、他方では非日常世界におけるイニシエーション儀礼を遂行してゆかねばならない。そして、両者は不思議な重なりを見せるので、日常生活におけるいろいろな出来事が、イニシエーション儀礼の一部の役割を持って生じる、ということもある。このあたりの全体像を把握する能力を持っているのが心理療法家である」という河合（2000）の指摘は重要である。

心理臨床家は「聴くこと」あるいは「観ること」を通して、クライアントの非日常の世界に巻き込まれていくことが必要である。しかし同時に、日常にしっかりと片足をつけておくことも忘れてはならない。このような日常と非日常の間に、「変化」の可能性があるのでないだろうか。

引用文献

- 別役実「にしむくさむらい」三一書房、1978
別役実「別役実の演劇教室 舞台を遊ぶ」白水社、2002
土居健郎「方法としての面接」医学書院、1977
平田オリザ「演劇入門」講談社現代新書、1998
岩宮恵子「思春期のイニシエーション」河合隼雄編「心理療法とイニシエーション」岩波書店、2000
河合隼雄「心理療法論考」新曜社、1985
河合隼雄「イニシエーションと現代」河合隼雄編「心理療法とイニシエーション」岩波書店、2000
久米禎子・大谷真弓・大谷祥子「箱庭の『語り』を聴く」岡田康伸他編「箱庭療法の事例と展開」創元社、2007
高石恭子「イニシエーション」氏原寛他編「心理臨床大事典」培風館、1992

Non-Everydayness in The Psychotherapy

KUME Teiko

In this paper, I took up the drama “a place and a memory” of Minoru Betsuyaku to examine how non-everydayness appears in the psychotherapy. I paid attention to the character of the drama in two points, his identity and relationship with another person, and discussed non-everydayness in the drama. Furthermore, I discussed it in connection with the initiation as the ceremony of transformation, and showed that non-everydayness have an important meaning in psychotherapy.