

茨城いのちの電話

つくば
029-855-1000
相談電話



水戸
029-255-1000
相談電話

第77号 2011年 7月



6月の真夏日、筑波山にて

(撮影 小林春樹)

泣いてみたら

鈴木昭子

涙が滲んできたので
がんばって

こぼした

弾けそうだった風船
しぼんで落ちた

泣いているのが

うれしくて

うれしくなって

あったかい

かたまっていた心

ほっこり

ほくほく

蒸したてのジャガ芋

溶けていく

『詩集 うた日記 この場所』より

大須賀先生への最後の手紙	2～5	バザーのお知らせ／キャンペーン	7
ご支援ありがとうございます	6～7	ことばtoころ	8

大須賀先生への最後の手紙

— 存問のつながり —

県立友部病院 臨床心理士
小原昌之



大須賀先生、ご無沙汰しております。今年3月8日に鹿児島島の宿で手紙をしたためてから3ヶ月を越えました。先生が万感の想いを託し育てられた茨城いのちの電話も四半世紀の時が経ちました。その区切りとなる25期生の方々の認定式の記念講演を仰せつかっていました。この講演は、感謝の意を込めて、先生に捧げたいと思っておりましたが、大震災の影響で中止となってしまいました。

丁度、いのちの電話の一期生の方々が誕生される頃に、私は先生の講義を受け、両界曼荼羅から届いてくる四つの智慧の話をお聞きしました。その頃は、臨床心理学という学問が最も人間の心に接近し、困難の中にいる人達を援助できる方法を提供してくれる唯一のものだと、今考えると、とても浅薄で狭小な見識にしがみついていたのですから、先生のお話の中身がさっぱりわからず、ただ、とてつもなく深い世界の話がされているという肌で感じた驚愕と訳が分からない感動を、今とても懐かしく思い出しています。

その後、様々な心理臨床の現場で、お会いする方々との経験が積み重なるに従って、何度も何度も曼荼羅の四つの智慧を辿って、ぐるぐると螺旋状の道を歩んできた実感があります。あの頃、私も随分若く、大胆にも、風だけで走るヨットで、故郷から見える水平線の上に浮かぶ小島に渡り、砂浜に寝そべって、満点の星空を眺め続けた体験を先生に語ったことがありました。丁度、二人でエンカウンターグループ研修の部屋で布団に並んで寝そべっていた時でした。その時先生は「それは華嚴の体験だよ。一即一切。小さな塵芥の中にも大きな宇宙が写っている世界。これからの時代、きっと華嚴経の世界が受けとめられる時代になるよ。」としみ

じみ語っておられました。それから10年前後経って、臨床心理学の河合隼雄先生が華嚴経を語り始めていました。

大須賀先生、きっとこれが私の先生への最後の手紙となりましょう。

今回の大震災以降、私が辿って気づいたことを曼荼羅の智慧に預けながら、お話することを私が心から敬愛してやまない茨城いのちの電話の皆さんと共に聴き届けていただければ幸いです。

その日、大揺れの世界と揺れない世界
(成所作智：為すべきことを成す智慧)

2011年3月11日金曜日、午後2時46分。私は懇意にしている医師がいる鹿児島での1週間の滞在を終え、ライムライトという市内の行きつけの喫茶店でゆっくりと珈琲を飲んでいました。全く揺れを感じない世界でした。鹿児島はもう何年も訪れている地であり、私にとって、言わば第三の故郷。去る時は、何とも寂しい気持ちになってしまいます。ほろ苦い珈琲と甘さを抑えたレアチーズケーキを頬張りながら、フェリーに乗って、洋上から桜島を眺めてから帰ろうとも思いましたが、あいにくの春の強風。少し迷って断念しました。よもやその瞬間に第一の故郷石巻に大変な事が起っているとは露ほども知らずにいたのです。早めに鹿児島空港に着き、ゆっくりとお土産を買おうと思った矢先、八丈島から患者さんをお連れしていた旧知の方が血相を変えて来られ、「先生！大変です。何か東北の方で地震があったようで、飛行機が飛びません。お気をつけて…」と言ひ残し、ロビーの彼方に走り去っていきました。呆然と取り残されたような気分で、ロビーの大画面モニ

ターを観ると、仙台空港が津波に飲まれている映像が写っています。あまりにも唐突で、パニック映画の一場面でも観ているような錯覚に陥りそうでしたが、次の瞬間には冷静になっていました。故郷の石巻が危ないという意識で、すぐに実家へ電話しましたが、もう繋がりませんでした。その後、茨城の家族は全員無事とのメールが息子から入り安心したのもつかの間で、電話もメールも一切不通になってしまいました。搭乗予定の便が飛ばず、鹿児島市内に戻り、ようやくとれたホテルの一室で、私は孤立した状況に追いやられ、ただ、何が起っているのか、事態を把握するために、ひたすらニュース映像を観ていました。そして、岩手、宮城、福島、茨城の海岸地域が津波の被害を受けていることがわかり、故郷の石巻市はほぼ壊滅状態であることもわかりました。津波に飲まれる街の状況、火災がいたるところで起き、テレビ画像はまさしく地獄絵図でした。駄目とわかっている、宮城の実家、親族、親友、知人に何度もコールしていました。「みんな助かってほしい。」という祈る気持ちと「みんな逝ってしまったかもしれない。」という覚悟の気持ちがせめぎ合い、テレビのチャンネルを回し、携帯をリダイヤルする、これを何度繰り返したでしょうか。いつしか私の心は自分でも不思議と思うくらいに静謐な覚悟で充たされていました。その瞬間、私が選んだ行動は、明日に備えて、ただ寝るというものでした。すべての連絡網が切れて繋がらず、一人ホテルの一室で孤立した自分ができること、それは明日から延々と続くであろう、過酷な日々を備え、今はただ寝る。時計は深夜0時前でした。祈りながら眠る。できたのはただそれだけでした。

一人一人の生死紙一重の物語を聴く

(妙観察智：世界を精妙に観ていく智慧)

覚悟を決めて、しっかりと祈り、眠った、3月11日の鹿児島での一夜を私は生涯忘れないと思います。その記憶画像は、今現在、既に故郷

の大切な人々の体験過程を、心震わせながら、しっかりと受けとめてきましたので、まるでコラージュ映像のように、私の心に再構成されて刻まれています。

— 眠る私。避難所で寒さに震えて夜明けを待つ母。祈る私。濁流に流されながら漁網に捕まり助かった親友。眠る私。仙台から石巻まで妻の安否を知りたくて矢も盾もたまらず夜中じゅう歩き通した親友。祈る私。孫を助けて浸水した避難所の二階に逃げこめた従姉。眠る私。年老いた動けない患者さん達を小さな体で背負い、必死に屋上まで避難した亡き親友の娘。祈る私。大津波の翌朝、腰までの冷たい海水に浸かりながら自宅に向かう人達。眠る私。見ず知らずの行き交う人が声かけ合い、時に手持ちのお菓子を分け合っている。祈る私。行方不明の母親を探す親友。眠る私。次々と運ばれる遺体を安置するため、他の場所に移動を要請される母の戸惑い。祈る私。津波に飲まれ自家用車内に閉じ込められたものの、激突してきた車によって割れたりアウインドから辛くも脱出し一命を取り留めた知人。祈る私。祈る母。祈る親友。祈る親族。祈る知人。祈る街。祈る山。祈る川。祈る木々。祈る海。祈る空。祈る故郷の人々。—

大津波から数日後、奇跡的に残った母の店「キッチンじゃがいも」。店の命名時に、「もっと格好のよい名前にしたら？」と言ったら、当時両親ともに笑って、「じゃがいもは親しみある名前だし、何しろ災害に強い作物だから、店も末永く粘り強くやっていきたいからね。」と言っていたものでした。石巻の気のいい人達が心置きなく集い、英語教師としてきていた外国人教師達の憩いの場所にもなっていました。石巻弁や各国の訛った英語が飛び交う中、自然にこころがほぐれて、お客さん同士が親しく繋がりがあっていく。まるでバグダットカフェという映画に出てくる店のように、人々が自然に元氣を取り戻す場を観てきた私には、改まったカウンセリングや心のケアというものが、実はとて

も気恥ずかしいものであり、一步間違えば、看板とは違うものになってしまうことも、この場所で学んだものでした。亡き父が創案したピザの石窯に流木を入れて火をおこし、集まったご近所の人達が身を寄せ合い、励まし合い、暖め合って、持ち寄った食材で炊き出しをして、分かち合い、そして語り合う。その光景や雰囲気は、私にとって、この25年、茨城いのちの電話でご縁が結ばれた皆さんと研修や合宿や遊びの集いで、やり取りしてきた経験とどこか共通したのを感じています。生きていてよかった。また会えてよかった。そんな心で集う場です。逝ってしまったお仲間もいますが、心の絆という縁は決して失われません。だからこそ、互いの元気を確認しあう存問の時、存問の場がかけがえのない「いのちの場」になっているのだと思います。

生死一体の感受

(平等性智：全て違う存在の根底に平等性を観ていく智慧)

その後、石巻へ帰郷し、みんなと再会を果たせました。一人一人の話を聴くと、全員が紙一重で命を長らえていました。何より、瓦礫の山と荒野と化した故郷の光景は、筆舌に尽くせない、物語を越えた物語の巨大な塊のようなものとなって、私を圧倒しました。もはや「石巻」という文字を道路標識やメディアで観る度に、それは自分の故郷を指す単なる文字ではなく、多くの魂の記憶が凝縮された一つの存在であり、いのちの集積する愛おしい場として、なお一層わたしの心の琴線を震わせるようになっていました。

それから間もなく、福島県の相馬市の避難所に医療支援チームの一員として出向いてまいりました。病院長から声をかけられた時は、放射線被爆の危険は重々承知の上で、リスクが大きい若い人達よりも自分がいくことが、必然の役目とも感じました。その時の感覚も気負うものではなく、不思議ですが、むしろ静かな覚悟と

どこか静かで喜ばしいと言ってもよい気持ちでした。数百人もの方々が避難所生活をしていて、できる限りのことをしてきました。一対一でお話を聴かせていただくこともあれば、和気あいあいと睡眠を促進する気功を紹介し、喜んでいただいたり、数人のお茶飲みグループに入れていただいて、いつも私が研修グループの方々と過ごすように一期一会の心の交流をさせていただいたり、時には酒飲みの労働者の方々の不器用な歓迎にもうれしく応じさせていただきました。ここでも、多くの紙一重の生還と紙一重の死別の話聴き続ける中で、いつしか私の中には紙一重で亡くなられた方々の存在が、生き残った方々と全く等しい存在として、とても近しく感じられるようになっていました。生死の境界が無く、等しい繋がりを感じられる世界は、もしかすると大須賀先生が終生特攻隊で散っていったお仲間達への思いを持っていらっしやったことと繋がるのかもしれませんが。そのような感覚は、決して暗く重いものではなく、むしろ今自分が生きている日常の生をより生き活きと、心を込めて生きていくことを支えてくれるように思うのです。

一断片の扉から広大な世界へ

(大円鏡智：一切の世界を曇りなく映し出す智慧)

3.11の当日に石巻で公演する予定であった水戸市出身の歌手クミコさんは、恐怖と不安の一夜を避難所で過ごし、その後三日がかりで東京に戻ってきました。しかし、クミコさんは何もできずに去ってきた石巻の人々の事が忘れられず、歌手活動を再開できず泣き暮らしていたそうです。私の歌なんか、避難所の方々へのおにぎり一個分にも値しない。その事実を厳粛に受けとめつつ、被災から3ヶ月目。クミコさんは石巻を再訪し、歌手活動を再開しました。温かく出迎え、待っていていた石巻の人々に精一杯歌った後、ようやく、クミコさんはご自分のブログに素直な心境を書けました。「私の役

目ってあったんだ。おにぎりにはおにぎりの役目。歌には歌の役目。そして私には私の役目。」

電話には電話の役目。いのちの電話にはいのちの電話の役目。みんなにはみんなそれぞれの役目。そして、わたしにはわたしの役目。

「私には、私を慕ってくれる600万チベット人のただ一人を救う、米粒ほどの力もない…。その苦しみを見つめて生きることが、私の修行だ。」中国の軍隊と戦い、多くの人民が血を流すことを避けるために、自らが潔くお城を出て、インドに亡命したチベット法王ダライラマ14世、24歳の時の言葉です。クミコさんの苦悩からの再起の物語や大須賀先生の悲願をしかと抱いた人生の歩みを思う時、この時のダライラマ法王の決意の言葉が重なり、響きあうものを感じるのです。及ばずながら私たちも。

一即一切、一切即一

最後になりましたが、この度の東日本大震災によって被災された皆様にお見舞いを申し上げますと共に、お亡くなりになられた方々のご冥福を心からお祈りします。

お身内やお知り合いなど、直接のご縁でも、

メディアで知った間接的なご縁であっても、皆様が個人的に胸を痛み、心を深く動かされた方がお一人でもいらしたら、その存在が、一つの尊い命の扉となって、そこから繋がる、その向こう側の廣大無辺な世界へ思いを馳せ、祈ることは可能でしょうか。ミクロな塵芥の中にマクロな宇宙が反映している一即一切、一切即一の曼荼羅宇宙の世界観です。特定の宗教、宗派によらず、一人の生かされ生きているものとして、ただ祈るということによって繋がりがあう。生きるものも逝ったものも、どこかで繋がりがあっていることを信じる。一人で心痛めず、誰かとつながりあって祈る。それが存問のつながりがある場です。それが素直にできるのが茨城いのちの電話という場だと、私は思っています。

思うままにご報告してしましたら、随分冗長な話になってしまいました。

では、大須賀先生、お元気で。不肖未熟な弟子のままでゴメンなさい。

「そのままでもいいですよ。」と声をかけられること、いつか私も旅立つ無窮の彼方の世界で先生に迎えられることを、どこか安心して信じながら、いつか再会の時を楽しみにしております。

大なるや無常を知るが平常心

お知らせ

去る5月26日、当茨城いのちの電話 初代理事長 大須賀発蔵さんが88歳の天寿を全うされました。これまでの皆様のご厚誼に深謝し、謹んでお知らせいたします。

ご本人の御意思により、葬儀は近親者のみで執り行われました。また、お別れ会などの予定はございません。

相談員をはじめ組織全員の心の支えでもあり、かけがえのない存在でした。衷心よりご冥福をお祈り申し上げます。これからも、大須賀さんのご遺志を肝に銘じ、活動を続けていきたいと思っております。皆様の切なるご協力をお願い申し上げます。

2011年6月 茨城いのちの電話

言葉や心に関連する話題を少しずつ紹介していきたいと思います。紙面でお届けできるものは言葉だけですが、読者の皆様の心に何かが届くことを願って「ことば to ころ」というタイトルにいたしました。

第1回 あくびの伝染

家族や仲の良い友達と一緒に過ごしていて、誰かがあくびをすると、他の人も続けてあくびをするということはありますか？ 人から人に、あくびは伝染します。眉唾物の話のように感じる人もいらっしゃるかと思いますが、きちんとした研究で、人から人に本当にあくびが伝染することが確かめられています。例えば、人があくびをしている様子を撮影し、その映像を別の人に見せます。そうすると、あくびの映像を見ているだけなのに、あくびをしてしまう人が多いのです。ただ口を開けている映像や関係ない映像を見せたときに比べても、あくびの回数が増える人の割合が多いのです。つまり、あくびをしている人の様子を見るだけで、あくびが出てしまうのです。ということは、「あくびは伝染する」わけです。また、小さな子どもには、あくびは伝染しません。概ね5歳頃から、あくびが伝染するようです。あくびが伝染するようになるのも子どもの成長の証と言えます。おもしろいことに、人間だけではなく、チンパンジーでもあくびが伝染することが分かっています。

ところで、なぜあくびは、伝染するのでしょうか。色々と説はあるようですが、あくびの伝染は、人の気持ちに共感することと関連があると言われていています。あくびをしている人の様子を見ると、その人の気分や感覚を敏感に察知して、自然に同じような気分や感覚になってしまい、あくびが出てしまうと考えられます。人間は集団で生活する生き物ですので、元々、お互いのお互い気分や感情を敏感に察知するような仕組みが心の中にあるのだと思われまます。言葉を通して気持ちや考えが伝わるだけではなく、あくびのように言葉にはならない、気分や感覚も伝わっていくのです。

電話相談は電話を通して、掛け手の言葉や話を傾聴する活動です。相談のやりとりでは、言葉の持つ意味や話の内容を理解するだけではなく、言葉や話を通して、掛け手の気分や感覚も感じ取ることが非常に大切です。電話相談で語られる話や人生の断面は、あくびよりも遙かに高度で複雑なものです。しかし、電話相談で掛け手に共感しつつ理解していくことは、あくびが伝染することと根っこの方ではつながっているように思います。

受信状況

1985年6月1日～2011年5月末現在

総受信件数

653,664件

うち当期受信件数

(2011年2月1日～2011年5月末現在)

7,176件

男 3,581件 女 3,595件

編集後記

「にっこうきすげ」の花言葉は「日々あらたに」とのことです。今号の表紙のにっこうきすげの写真の撮ってくださった小林さんから、筑波山には植物も昆虫も北からの南からのものいる、というお話をいただきました。北から南から、過去から未来から、私たちは今ここにいます。過去から魂も思いも持って、未来の入り口の点にいます。日々あらたに、その一点一点に立っています。

今号から、ことば to ころの連載が始まりました。思いがことばに、ことばがころに届きますように。
(A H)

社会福祉法人
茨城いのちの電話

発行人 幡谷 浩史

編集 茨城いのちの電話広報委員会

事務局 〒305-8691 茨城県筑波学園郵便局私書箱60号

TEL **029-852-8505**

ホームページ <http://www.iid.or.jp>

FAX **029-852-8355**

