

仏法を基底にした人間中心のアプローチ-その体系についての一試案-

2016/08/31 山下和夫(育ち合う場研究センター)

I. はじめに

これは、西光義敏によって発展させられてきた仏教(特に真宗)とパーソン・センタード・アプローチ(C.R.Rogers)との深い交流によって生み出されつつある新しいアプローチと言えます。両者は私の中で分ちがたく深く交流して現在私の実践の根幹でもあります。

さて、このアプローチ(D-pca)ですが、まず、独自のユニークな人間観を持っていると思います。それらは、いくつかの言葉で言い表すことが出来ます。1.「究極の意味での全体としての人間」、2.「身心一如」、3.「身土不二(人と環境は関わりあっていて相互に作用しあっている)」、4.「実現傾向(Rogers)」、5.「自己実現傾向(Rogers)」、6.「仏性」です。

さらに、これらは、ある人間関係の基で促進されていきます。1.法・自己一致、2.法・無条件の肯定的配慮、3.個人の考え、感情、知覚(六識)への内部的準拠枠にもとづく理解。3.二重関係。

これらは、1つの体系をなしています。ここでは、試案的にそれを報告し、さらにこの実践がどのような可能性を持つのかについて述べてみたいと思っています。

II. 西光の定義

西光は、このアプローチ(真宗カウンセリング)について次のような3つの特性があることを述べています。

1. カウンセラーが真宗の立場に立って行うカウンセリングであること。すなわち真宗の教法に帰依する心を根底において行うカウンセリングである。
2. 「法」(Dharma)を根底においた、あるいは「法」中心のカウンセリングである。
3. 相対的な存在である自己と他己との関係、相対的存在である自己および他己と絶対的存在である仏との関係、という二重関係からなるカウンセリングである。(西光 2005. p.182-188)

これは、カウンセラー(援助者)が、仏法という根底からの働きかけを感得し、パーソンセンタード・アプローチと交流しながら実践をする二重構造をもったアプローチということになります。

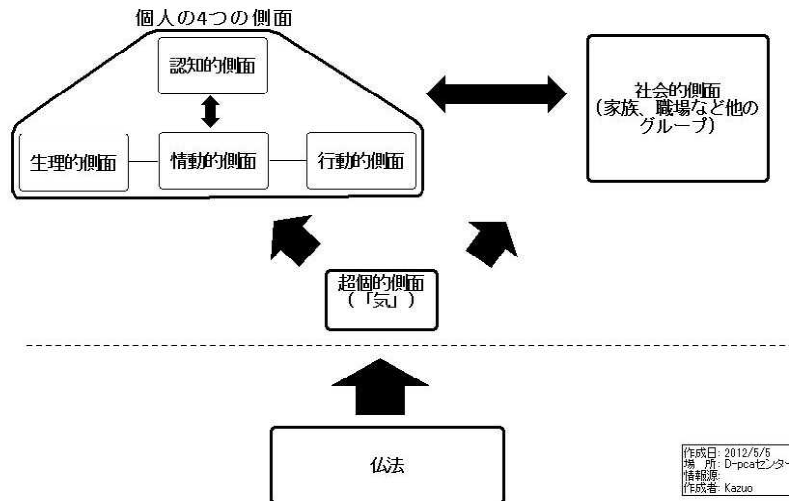
III. D-pca の人間観

仏教の持つ人間観に「身心一如」、「身土不二」があります。心と体は個別ではなく関係しあっている。人と環境は分かち合いがたく存在していてそれらが相互に関係し合っているという捉え方です。その場合の環境は、取り巻いているものという意味ですから自然環境のみならず人間関係を含みます。ここからよりカウンセリングの場面に即して次のような人間観が導き出されると思います。人間には、「認知的側面」、「生理的側面」、「情動的側面」、「行動的側面」、「社会的側面」という5つの側面があり、それらが全体的に関係しあっているという捉え方です。

さらに、晩年のロジャーズの思索にもありますように、個人を超えた側面、「超個別的側面」があります。個人バラバラではなくそれを超えたところでお互い共通の基盤によって支えられているという側面です。これはよくエンカウンター・グループの場でも体験することです。人が深くつながりあっていく時、1人の人のイメージが相互作用を生み全体の気づきとして共有されていく瞬間です。個人カウンセリングの場面でもこれは生じます。「気」という言葉でも表せると思います。

そうして、仏教ではこれらを含みつつ、さらに、有情を迷いの存在と照らし出します。人は、この智慧に照らされ、自分を迷いの存在として深く知らされる。これは同時に迷いを転じる道が示されることとなります。鏡のような智慧であります。人は独生独死、独去独来であります。ここに出遇って始めて私達は深いめざめを持つことが出来ます。(下図参照)

究極の意味での全体としての個人



IV. 成長促進的な心理的風土

この人間性は、ある人間関係の基で促進されていきます。それを 4 つの条件で表してみようと思います。

まず、根底に**仏法(名号)**があります。阿弥陀仏の慈悲の働きであります。これは、常に私たちに照らし続け、働き続けています。

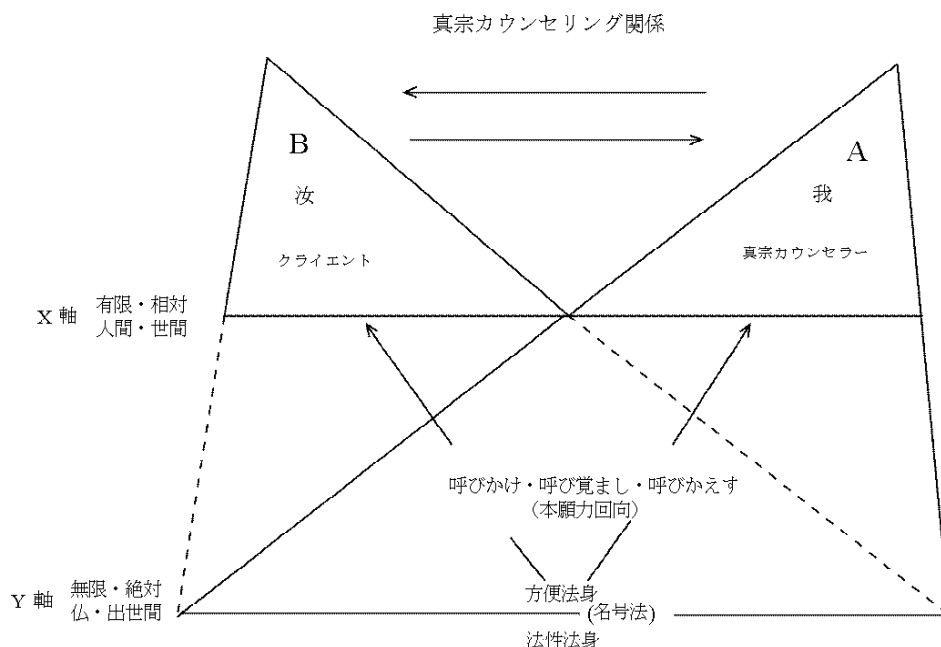
そして、1. **「法・自己一致」**という態度があります。これは、その関係の中で深く自分自身であり、さらに仏法の働きを感じ得するということでもあります。つまり、「仏法の働きを感じ得する」→「自己の経験」→「気づき」→「表現」が一致していることでもあります。

「仏法の働きを感じ得する」、これは、光と熱、2 つの働きがあります。光は、智慧です。我が身のありようを深く照らし続けます。仏法に照らされると、迷いの真っ只中にあり、自己執着そのものである我が身の姿をまざまざと見せられます。そして、それを絶えず照らし続けて下さっている阿弥陀仏の働きに頭が下がります。今まで、それを疑い続けて迷いに迷ってきた自分を照らされるということでもあります。熱は、慈悲です。暖かさです。弥陀の働きの暖かさ、こんこんと泉のごとく枯れることのない喜びに絶えず満たされています。それに見守られながら、自分の中の気持ちの流れに気づいています。どんな自分の気持ちも許されているな、自己執着のあわれな心だなど許されて自分自身を見ることが出来ます。ここが出発点です。

次が、2. **「法・無条件の肯定的配慮」**とでも呼ぶべき態度であります。クライアントも仏法(弥陀の本願)の中にあると気づかされます。弥陀の本願はクライアントにも働きかけています。大部分のクライアントはそれに気づいていませんが、その可能性の中にあります。カウンセラー／ファシリテーターはそれに気づいています。共に阿弥陀仏から願われている凡夫としてクライアントと深く共にいるという態度であります。そして、その関係の中でクライアントがその働きに気づいていく可能性を持っているとも言えます。その中で、共に願われている存在として揺れながらもクライアントと共にいることが出来ます。

次は、3. **「理解」**であります。クライアントの「六識」をその内部的準拠に沿って理解しようとし、それを伝えようとしている態度であります。気持ちの理解は重要ではありませんが、それだけではありません。六識は、眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識であります。クライアントの内的世界すべてを指します。

そして、4.「二重構造」です。次の2つの関係の二重構造に依っています。1.「凡夫としてのクライアント」と「凡夫としての自分自身」との関係。2.「凡夫としてのクライアントと私」と絶対的な存在としての「仏陀(特に「阿弥陀仏」)。(下図西光モデル参照)



V. D-pca の可能性

さて、このような体系を持つ D-pca 実践には 3 つのモデルが考えられます。(A)「真宗者であるカウンセラーと非真宗者であるクライアントとのカウンセリング」、「(B)真宗者であるカウンセラーと真宗者であるクライアントとのカウンセリング」。大半は、A 型です。クライアント自身がその方向を決めます。その場合でも、D-pca 援助者は、先に述べた態度と人間観でクライアントがクライアントらしく生きる道を歩むことを援助していきます。また、A と B の中間の C というのも考えられます。仏教(真宗)に縁のなかったクライアントが D-pca カウンセラーに出会って仏の教えを聞いてみようという気持ちが起こり、求道へと向かっていく動きです。(西光 2005 P.160-164)

私は現在の実践の中でそのすべてを体験しつつあります。不登校や発達障害を持つ子どもさんと親への援助、閉じこもりの問題を持つ成人の方達への援助、うつの問題を持つ成人の方達への援助、さらに真宗求道の援助実践を行っています。今後もさらに広がっていくと思います。

<参考文献等>

- 1.西光義敏『育ち合う人間関係－真宗とカウンセリングの出会いと交流』本願寺出版社 2005
- 2.西光義敏『暮らしの中のカウンセラー－育ち合う人間関係』有斐閣 1984
- 3.西光義敏『入門 真宗カウンセリング』札幌カウンセリング研究会 2001
- 4.山下和夫「山下和夫「パーソンセンタード・アプローチと『聞法』による究極のめざめー双方に我が身をおいてー」西光義敏編著『親鸞とカウンセリング』永田文昌堂 1996
- 5.DVD『D-pca の実際－真宗カウンセリングの面接を通してー』ウェルカム映像出版