

---

## [訳論] 他者への反省以前のな架け橋を言い表す

—僕が生き進むことを君は促してくれるのか<sup>1)</sup>—

You Can Inspire Me To Live Further:  
Explicating Pre-reflexive Bridges to the Other

---

Akira Ikemi 著

筒井優介 橋場優子 宮本一平 訳、池見 陽 監修

関西大学臨床心理専門職大学院

Akira IKEMI

Translated by Yusuke TSUTSUI, Yuko HASHIBA, Ippei MIYAMOTO

Translation supervised by Akira IKEMI

Kansai University, Graduate School of Professional Clinical Psychology

### ◆要約◆

本論はYou Can Inspire Me To Live Further: Explicating Pre-reflexive Bridges to the Other (Ikemi, A. in press) の訳論である。本論の目的は、人が生き進むのをどのように他者が促しうるのかを検討したものである。カール・ロジャーズとユージン・ジェンドリンのプレゼンスの概念、及びジェンドリンのフェルトセンスとフェルトミーニングの術語が検討され、他者の理解がジェンドリンの交差の概念から考察される。本論を通してこのようなパースンセンタード及び体験過程の諸概念は、反省的及び反省以前の意識のあり方を土台として論じられている。このような理論考察及びロジャーズと著者の面接場面から、本論は相手についてのフェルトセンスを言い表すことは、人が生き進むことを促すと結論している。

キーワード プレゼンス、フェルトセンス、フェルトミーニング、反省以前の・反省的意識の様式、交差

### Abstract

This is a Japanese translation of “You Can Inspire Me To Live Further: Explicating Pre-reflexive Bridges to the Other” (Ikemi, in press). This purpose of this paper is to provide an exploration of how one can affect the other to live further. The theoretical articulations of Carl Rogers and Eugene Gendlin are examined on the concept of presence; Gendlin’s terminologies of felt meaning and felt sense are examined; the understanding of the other is viewed from Gendlin’s articulation of crossing. Throughout this paper, the discussion of these person-centered

and experiential concepts is staged on the interplay of the pre-reflexive and reflexive modes of consciousness. From these theoretical considerations and examples from Rogers' and the author's sessions, the paper concludes that explications from the felt sense of the other can inspire the other to live further.

**Keywords:** Presence, Felt Sense, Felt Meaning, Pre-reflexive/Reflexive Mode of Consciousness, Crossing.

## プレゼンス

洗車をしていたある夏の日のこと。私はホースで水をかけ、手にスポンジを持ち、車の屋根を洗っていた。ちょうど私が車の屋根に泡を広げ始めたところ、誰かに見られていると感じた。より正確に言うと、自分のからだは右の方に引っ張られるように感じた。私はどうするか考えることはなかった。私の首と胴体は「おもわず」眼差しの方へと向いた。

あっ！犬！犬は通りの反対側に座っていて、私を食い入るように見つめていた。犬は物音一つ立てず、吠えもしなかった。しっぽも振っていなかった。犬は私をじっと見つめていた。私はどうするか考えることはなかった。「おもわず」私の顔に笑みがこぼれていた。突然、からだの中に温かい光を感じた。これが幻覚か現実かわからないけれど、犬も私を見て微笑んだような気がした。

犬はリードに繋がれ散歩していた。飼い主の女性が「行くわよ！行くわよ！」と言っていた。犬は立ち上がったが再び座り直して、私を見つめた。私はどうするか考えることはなかった。既に私のからだはスポンジを下に置いて、蛇口を締めて、犬と戯れるために通りを渡っていたのだ。私が犬の傍によると犬は私にかぶさって顔を舐めたり、自分のお腹を見せたりしてくれた。犬は非常に幸せそうだった。犬を散歩させていた飼い主は「お邪魔してすみません。この犬は、犬好きが分かるんですよ」と私に話してくれた。私は数分の間、その出会いを楽しんだ。

私は犬と別れて洗車を終えた後、部屋に戻って一息つきながら犬との出会いの温もりを感じ

続けていた<sup>2)</sup>。この温もりは何なのか、わけがわからなかった。でもどうせ人生、ほとんどわけがわからない。何のことも知る前にもうことは起きていて、自分を変えてしまうのだから。言い換えれば多くが反省以前の起こる。さて、私は先程の体験を反省(振り返ってみる)してみることにした。そして、追体験していくといくつかの興味深い理論的な点が浮かんできた。

最初に私の心をうったのは犬の持っていた力だった。犬は何も言わなかった、「ワン」とも言わなかった。犬の眼差しは強力で私が何をしてもそれを止めさせる力があつた。犬の眼差しは文字通り私を“さらって行った”のだった。別の言い方をするとその犬のプレゼンス(presence)は瞬時に私に強烈に作用した。これについて考えていると、他にも他者のプレゼンスが私に作用する状況があることが思い出された。例えば、ある人のさりげない微笑みは私の微笑みを誘い出す。理由なんてわからない。他者のプレゼンスはその影響に気づくよりも前に作用している。

ここでカール・ロジャーズを引用して、彼がプレゼンスに関してどのように書いたのか確かめてみることにしよう。

私が私の中の直観的な自己に接近しているとき、私が未知なるものに触れているとき、私が少しばかり変性意識状態にあるとき、そのとき私が行うことはすべて、癒しに満ちている。そのとき、私のプレゼンスはそれだけで他者を解放し、他者の役に立つのである。この体験を強いることはできないが、リラックスして超越的な自分の核に近づくとき、私は関係の中で奇妙で衝動

的に振る舞うかもしれない。それは合理的に正当化できないし、思考の過程とも関係がない。しかし、これらの奇妙な振る舞いは妙に正しいことになる。あたかも私の内なる魂が他者の内なる魂に触れるようである。

(Rogers, 1980, p.129 訳者らの訳)

ドクター・カール・ロジャーズ、失礼いたします。あなたと犬を比べてしまつて。とはいえ、私の犬との体験とドクター・ロジャーズの記述との間には似たものがある。そう、まるでそれはその犬の「内なる魂が私の内なる魂に触れるようである」。そして「そのとき、(犬の)プレゼンスはそれだけで(私を)解放し、(私の)役に立つのである」。また、犬は「奇妙で衝動的に振る舞っていた」。洗車する男を座り込んで熱心に眺めるなんて。それはそのまま散歩を続けようとしていた女性の立場からすると、特に衝動的なものに思えたに違いない。

ロジャーズは、これらの振る舞いを「合理的に正当化できない」とし、彼の思考過程と無関係だと記していた。私の犬の例では、通りを渡って犬と戯れるという振る舞いは私の思考過程とは無関係だった。私はそのような振る舞いをすることが最も相応しいことか、考えてもいなかった。おそらく、犬も同じように洗車している男を見つめる論理的理由などはなかっただろう。

合理的な思考ではなく、私のからだは眼差しを感じた方向に振り向いたのである。思考過程なしで、私のからだは通りを渡って、その犬の前に「おもわず」しゃがみこんだ。からだは**反省以前の**に状況に呼応するのである。

ユージン・ジェンドリン (Gendlin, 1992) は、私たちのからだは知覚以前に、いかに状況と相互作用しているかを言い表している。知覚対象としての犬、知覚している主体、その間にある知覚概念 (percept) といったように、世界の統一は知覚概念によって、バラバラにされてはいけない。私たちのからだに、まず知覚概念があ

って、それについてからだは実行すべく論理的に演繹された一組の正しい行為があるのではない。むしろ、からだは私たちが知覚や思考する前に既に状況 (環境) と相互作用しているのである。

犬は私が知覚する前から、からだに作用していた。私のからだは通りの向こう側で座っている犬を見つける前に「誰かが私のことを見ている」のを感じたのだ。私のからだは犬が好意を持っているのか、あるいは敵意を持っているのかを知覚するよりも前に犬と戯れるために通りを渡っていた。犬は吠えることもなく、尻尾も振っていなかった。そして犬はとても静かに座って、ただ私を見つめていた。私にはその犬が好意を持っているかどうかを感じる手がかりなどなかった。しかし私のからだは、犬の好意的な振る舞いによって犬の元へと引きつけられていたのだろう。私のからだは、感じることや考えること、言葉、ジェスチャー (犬の場合は尻尾を振るという行為) よりも先に、反省以前のからだ的に既に相互作用していたのだ。

私のからだは犬の態度を知覚するより、あるいはどんな判断をするよりも前に犬に反応していた。犬が好意を持っているかどうかを考えるよりも前に、あるいは私がこの犬にどう接すべきかを考える前に、犬が私に**反省以前の**に作用していたとも言えよう。

ユージン・ジェンドリンはプレゼンスについてそれほど多くのことを書いてはいない。しかしながら、その少ない記述の中に素敵なものがある。彼がセラピーの本質的な状況としてプレゼンスを説明しているものだ。彼は、ロジャーズの「変性意識状態」のように、それが特別であるとはみなしていない。

私が言わなければならない、最も大切なことから始めよう。すなわち、人とワークをすることの本質は、生きている**存在**としてそこにいること (*to be present*) です。そしてこれは幸運なことです、なぜなら、も

しも私たちが頭がいいとか、善良であるとか、成熟しているとか、賢明でなければならないのなら、私たちは、おそらく困ってしまうでしょう。しかし重要なのはそれらではありません。重要なことは別の人間と共にいる人間であること。相手をそこにいる別の存在として認識すること。たとえそれが猫や鳥であっても。(中略) 知っておかなくてはならない最初のことは、そこに誰がいるということ。(中略) それは私にとって、最も重要なことのように思えます。(ジェンドリン, 1999, p.28 強調を加えた)

さらに、「生きている存在としてそこにいること」は、私たちがすべきこと、あるいは一連の論理的に導かれた振る舞いではない。他者が人間でも、犬でも、猫でも、鳥でも、それは「**他者の他者性**」(M. Buber, ジェンドリン 1999, p.78に引用)に開かれることだ。犬の**他者性**は通りの向こう側から私を引きつけた。犬は私がコントロールしたり、操縦したりできる機械ではない。犬はじっとしていて、ただ私を見つめ続けるだけだった。生きている存在として犬は自身の意思を持ち、飼い主の女性が散歩を続けようとしても犬を操ることはできなかった。犬が私に対して満ちあふれるプレゼンスを向けるように、私もそうしていた、圧倒的な犬の他者性に打たれて。

犬のプレゼンスが私に反省以前のに影響したように、人々のプレゼンスは互いに影響している。特にセラピストのプレゼンスはクライアントに影響している。ロジャーズの偉大な発見は、**関係性**は治療的であり、援助的関係性はセラピストの自己一致、無条件の肯定的配慮、共感に特徴づけられる(Rogers, 1957)ということである。考えようによっては「もう一つの特徴」(Rogers, 1986)にも特徴づけられるかもしれない。そしてそれが、ロジャーズが記述する**プレゼンス**だった(上記引用参照)。

心理療法、特にクライアント中心療法におけ

る文献の大多数はロジャーズの主張の重要性を支持している。しかし、これと先に述べた関係性のそれぞれの特徴には、興味深い微妙な違いがある。つまり、他者が反省以前のに私たちに影響するのなら、そして何が私たちに影響したか反省してからわかるのなら、これらの三ないし四条件が援助的関係性の本質的な特徴であることを、私たちはどうしてあらかじめ仮定することができるのだろうか。

ジェンドリンは以下のようにこの問題に触れている。

…彼(カール・ロジャーズ)に売り込もうとしてうまくいった覚えのないある考え方的一端は、すなわち三条件はクライアントがそれらを**知覚**しなければならないという条件なしでも十分なのであるということです。(中略) 私はその知覚が必要でないことを知っています。なぜなら多くのクライアントは、一年も二年もの間、確信してきたからです。彼らを好きになったり、理解してくれる人はいるわけがないと。そして、それにもかかわらずそのプロセスははたつき、結果的に彼らの知覚を変えるのです。(中略) 私にはわかります。自分がそんなクライアントだったから。このやさしいおじさんは絶対に私のことは理解できないと。私はいつも知っていました。部屋に入ったときに私はすでに違っているということに気がつきました。それについて考えられるよりずっと以前から、相互作用は影響を及ぼすのです。

(ジェンドリン, 1999, p.46-47)

上記の引用で、ジェンドリンは知覚以前に関係性がその人を変えることを強調している。これは、もっぱら上記(Gendlin, 1992)に示したような、知覚以前にからだ状況と相互作用するという彼の哲学的見解上にある。私はこの主張をジェンドリンが意図したよりも少し広げて

解釈したいと思う。関係性（ジェンドリンの引用文の「相互作用」）は反省以前の私たちに作用する（affect）とした私は、私たちが反省するまでは関係性に何が影響した（affected）のかを知ることはできないことを強調する。そしてそのような反省の結果、私たちに影響していた（affecting）関係性の他の特徴を発見するかもしれないのである。

私の考えでは（そしてこの考えはジェンドリン哲学に一致するだろう）、ロジャーズによって示された三条件は、治療上で効果的な関係性についてのロジャーズの反省に基づいた言い表し（*explications*）であった。ひとたび言い表されると、自己一致と無条件の肯定的配慮と共感というこれらの概念は、治療の可能性を最大化するようにセラピストの訓練に用いることができ、また治療について考える際の便利なガイドのような役割を担ってくる。

しかし、これらの言い表されたことは治療関係における最終決定ではない。治療関係はこれらたった三つの「要素」によって構成されたり、定義されるわけではない。これらは新たに言い表されることによって超えられていくのだ。

実際に、各々の治療セッションには言わば異なる「フレーバー」がある。クライアントが特定のセッションにおいて関係性のフレーバーに影響されるのと同様に、セラピストもまた影響されている。ゆえに、特定のセッションや、全セッションについて反省し、その関係性の中で動いている、あるいは動かなくなっているものは何かを言い表すことは常に豊かなことなのだ。特定のケースを考えると、フェルトセンスがクライアント、あるいはあるセッションに特有なものだということがしばしばセラピストに感じられる。例えば、中学生との面接を担当していた駆け出しのセラピストは、彼女が「クライアントの魔術によって、木でできたキューブに変えられた」ように感じていたことに気がついた（池見、河田、2006）。クライアントのプレゼ

ンスがセラピストに影響を与えるような特有のあり方に気づくことやそれらを反省することは、セラピストの役に立つのだ。それによって、セラピストは、いつその「魔術」が治療セッションに入ってきているのかを見抜くことができたり、クライアントが彼女や他者にかけている「魔術」について思いを巡らせることができる。

日本では、吉良安之教授（九州大学）が『セラピスト・フォーカシング：臨床体験を吟味し心理療法に活かす』という著作（吉良、2010）を出版している。これは、様々なオリエンテーションのセラピストや共著者、伊藤研一教授（学習院大学）や私自身によって示されたセラピスト・フォーカシングの利点を構築したものである。クライアントがセラピストに反省以前に作用するために、治療セッションを反省する、すなわち、フォーカシングをすることやフェルトセンスから言い表すことが役に立つだろう。本論を通してこれについてはさらに考察していく。

自己一致、無条件の肯定的配慮、共感は治療関係において価値ある一般的な関係の側面だが、セラピストとクライアントが作用し合う特定のあり方は、新しく言い表すことができ、それがケース特定の理解を生み出す。同様に、日常生活において、他者は常に私たちが気づく前に私たちに影響している。そして、私たちが影響されているあり方を反省することは、他者との相互作用に関する新鮮な理解を生み出すだろう。

---

### フェルトミーニングとフェルトセンス

カール・ロジャーズの共同研究者であったユージン・ジェンドリンは、哲学者であり心理療法家である。彼の哲学では、私たちがどのようにして体験しているのか [*Erleben* (体験する)] (あるいは、フッサールの言うところの「意識」という性質について研究している。また、体験の暗在的 (implicit) な側面を言い表す (explicate)、ということを取り扱っている。それは、あらゆる考えや、哲学、セラピー、アート、そしてあ



らゆる人間的な営みにおいて主要なプロセスである。

ジェンドリンによって用いられている中心的な用語の一つは、フェルトミーニング (*felt meaning*) である。一般的に、ジェンドリンは、フォーカシングを発展させた以降、フェルトセンスという用語を頻繁に用いるようになり、それ以前はしばしばフェルトミーニングを用いていた。それら2つは表面的には入れ替え可能な用語に見えてしまうが、私はその2つの用語は、異なる現象を指している、と思うに至った。私は、その2つの用語は同じことを意味しているのではないと考えている。おそらく、ここで私が示していく2つの用語の違いは、ジェンドリンの考えとおおよそ一致している(私信)だろう。しかし、彼よりもその違いを強調したいと思う。

私は、フェルトミーニングは反省以前の機能しているものだと考えている。ジェンドリンは、「フェルトミーニングは、全ての概念や観察、行為、私たちにとって意味ある全てのことに並行して常にあり、機能している」としている(Gendlin 1962/1997, p.65)。私たちがフェルトミーニングについて、反省するしなやかにかかわらず、それは「常に存在している」。どんな一文も、私たちの体験過程においてすでに機能している意味の感覚に包み込まれている。だからこそ、私たちは他者との会話において、会話に使われている言葉の定義についていちいち考えなくても、会話を理解することができる。ジェンドリンは一例として次の文を挙げている。「民主主義は人民による政治である」(1962/1997, p.66)。この文は、そこに意味の感覚、フェルトミーニングがあることを示しており、それはこの文にある各々の象徴、例えば「政治」、「民主主義」、「による」、「人民」の明在化によって付与されていない。

フェルトミーニングとフェルトセンスについて探求していくために、私は有名な俳人である松尾芭蕉が1686年に詠んだ俳句を引用する

(Ikemi, 2011)。

古池や	[Ancient pond(s)]
蛙とびこむ	[(A) frog(s) jump(s) in]
水の音	[The sound(s) of water]

日本語には単数形と複数形の区別がないため、日本語を英語に訳すのは難しい。すべてのインド=ヨーロッパ語族の言語は、単数形と複数形の区別を必要とするので、この日本語の俳句を正確に訳すことはできない。不体裁ながら、この俳句は上記のように訳されよう。

日本語には単数形と複数形の区別がないため、古池が一面だけなのか、数面あるのかさえわからない。しかし、不必要に複雑化するのを避けて、古池は一面であると仮定しよう。水の音が単数か複数かは、蛙が何匹なのかによる。そこで、この俳句について二つのバージョンが考えられる。バージョンXはこの俳句には一匹の蛙がいると仮定する。一方、バージョンZには数匹の蛙がいると想定する。

バージョン X :	Ancient pond/ a frog jumps in/ the sound of water 古池や/(一匹の) 蛙とびこむ /水の音
バージョン Z :	Ancient pond/ frogs jump in/ the sounds of water 古池や/蛙(たち)とびこむ /水の音々

ここで、問うてみよう。この俳句には何匹の蛙が存在するのだろうか。俳人がこの俳句を作ったときに、上記2つのバージョン(バージョンXかZ)のどちらが心に浮かんだ情景だろうか。

私は、この俳句が生まれた日本だけでなく、アテネやローマ、ニューヨークなど多くの地で、これを問うてきた。日本人はもちろんのこと、世界中の多くの人がこの俳句には一匹の蛙がいると考えた。芭蕉が俳句を作ったとき、彼の心

に映ったのはバージョン X であると考えた。

そして今、二つ目の問いを立てよう。どうして蛙が一匹だけであると理解したのだろうか。

ここでフェルトミーニングは暗在的に作動しているということがわかる。「古池や」から、静寂の感覚が発せられている。それは静かな場所である。長い間、この古池は人手に触れていない。そこにある静寂のフェルトミーニングは、水へ飛び込む一匹の蛙の「ポチャン」という音によって瞬間的に乱される。それから再び静寂が訪れる。ここでのフェルトミーニングは静寂を伝えているから、蛙の集団が次々と水へ飛び込んだり、水の中で踊っているのではない！この俳句の美しさは、言葉を用いて静寂を詠った点にある。

私たちは、暗在的なフェルトミーニングの機能によって、ここには一匹の蛙しかいないと理解している。文法的にはそれを理解することはできない。なぜなら、日本語の文法は単数と複数を区別しないからである。さらに、日本語を理解できる多くの人が、蛙は一匹であると結論するために反省しているわけではない。一匹の蛙が古池の静寂に飛び込んでいくそのさまを、言わば、瞬時に「視覚化」しているのだ。このことを通じて、私が示したいのは、フェルトミーニングは私たちがそれに気づく前に機能している、つまりそれは**反省以前の**に機能しているということなのだ。

フェルトミーニングが反省以前のに機能することを明らかにするために、会話文を例示してみよう。ある女性が「トムと話した後で気分が沈み始めた」という。この場合、私たちは**沈む**という動詞の意味に反省するまでもなく、彼女はトムと一緒にいる状況に困難を抱えていると理解するのである。彼女はきっと憂鬱に感じたり、元気がなくなったり、望みがないように感じ始めているのだろう。これらすべてのことが私たちには反省以前のにやってくる。しかしながら、もし私たちが辞書的に「**沈む**」という動詞を考えるならば私たちは戸惑うことになるだ

ろう。なぜなら、その動詞は、「水面にあったものが水底に向かって移動し、水面よりも下になる。また、水底につく」（大辞林 iPad 版）ことを意味するからである。日本語を母語としない人が**沈む**という単語を辞書で引いたらきつとこの文は理解できないだろう。なぜなら、気分は船にあらず、沈むことはあり得ないから。各々の言葉の明在的な意味について反省する以前に、フェルトミーニングは反省以前のにやってくる。それ故に、他者を理解できるのである。

さて、私たちは私たちがどのようにある状況や、詩や、他者の発話を体験しているのかを**反省**することができる。つまり、私たちは意図的に状況を感じ、何が立ち現われてくるのかを見ることになる。その時、私たちは状況のフェルトセンスを感じ取ろうとしているのである。ジェンドリンはフェルトセンスを見つけることについて以下のように記している。

「ちょっとだけ、その[気がかり]全体を今思い浮かべると、からだでどう感じるのか感じてみてください。『この気がかり全体の感じはどんなだろうか』と自分に聞いてください。でも、それに言葉で答えなくてください。気がかりの**全体**を感じてください。**それを全部**感じるのです。」

(Gendlin, 1981, p.53 訳者らの訳)

上述の引用における「感じてみる」、「自分に聞いてみる」、「全体を感じる」は**意図的な反省の行為**である。フェルトセンスは**反省的**の行為において形作られる。

再び俳句の2つのバージョン、X と Z に戻ろう。もう一度それらを読み、それを「**感じてみる**」、この俳句の「**全体はどんな感じか**」「**自分に聞いてみる**」と、2つのバージョンは異なるフェルトセンスを生じさせることに気づくだろう。たとえば、前者から筆者は「静寂さ」や「清澄さ」といったフェルトセンスを感じる。一方後者からは「生き生きとした感じ」や「ごちゃ

ごちゃ混ぜとした」フェルトセンスを感じる。このように反省以前の機能するフェルトミーニングは、反省的に生じるフェルトセンスと区別される。

私たちは反省以前のと反省的の二つのレベルで関わるができる。たとえば、私たちは音楽を聴くとき、フェルトミーニングによって影響を受ける。音楽は私たちがそれに気づく以前に私たちに影響を及ぼしている。フェルトミーニングはすでに暗在的に機能しているのだ。私たちが気づく以前に私たちの足は曲に合わせてリズムを刻んでいるし、私たちの気分はメロディのキーや、意識の背景で残響している歌詞のフレーズによって影響されている。また、私たちは、その音楽のフェルトセンスを生じさせ、その音楽を反省的なレベルで楽しむことができる。その時、私たちはこの音楽の質に気づき、そして自分の置かれた状況との関連性に思いを巡らせることもあるだろう。

他者との相互作用は反省以前の、反省的の両方のレベルで生じる。

---

## 理解

これまで本論は他者のプレゼンスや言葉や相互作用全体がすでに反省以前の私たちに影響しているとしてきた。相互作用が進む中で他者の暗在が私たちの暗在になっていき、反省以前の理解が包含されていくのだ。

例えば、私が洗車していた時に私に向けられた犬のときめきは私の中にも暗在化された。私とその出来事や「ときめき」という言葉について反省しなくても、犬と私には互いにときめきが共有されていたのだ。芭蕉の句に暗在されている静寂は同じように私に暗在されている。知覚されなくとも、私が芭蕉の明在化された言葉を読むだけで、静寂という暗在された感じは芭蕉と私に共有されているのだ。誰かと話をする時、ある状況の相手の興奮は私を揺り動かし、相手の話にあれこれと思ひめぐらす私の感じは

同じように相手の暗在となる。ジェンドリンの専門用語では、これを交差 (crossing) と言う。

デイルタイは言った。私たちが著者を理解するのは、著者以上に私たちが彼らを理解したとき、そしてこれは彼らの体験過程を私たちの更なる体験過程をもって推進したとき、著者の体験過程が私たちの体験過程によって再構成されたとき—正確に、そして私たちの体験過程によって彼らの体験過程は豊かになり、彼らによって私たちの体験過程が豊かになるように。これらが交差してお互いが相手の中に暗在化されるのだ。

(Gendlin, 1997, p.41 訳者らの訳)

心理療法において、セラピストは自分が体験しているフェルトミーニングについて反省することができる。クライアントをフェルトセンスとして感じ、暗在された意味を言い表すことができる。その場合、実際にはセラピストはすでにクライアントと交差しているので、セラピストのフェルトセンスを言い表すと、それはクライアントの体験過程を言い表すことになる。このことはロジャーズのジャンとの面接でうかがうことができる。ロジャーズはそれをプレゼンスといい、また「直観的」という。しかし、今私たちは、そのことをロジャーズが感じていたジャンに対するフェルトセンスを言い表していたことと理解することができ、またそれはジャンの暗在を言い表していたことに他ならないことがわかるのだ。

カール：貴方が繋がりを持てる誰か。私は—馬鹿げてるかもしれないが—その誰かの内の1人が、あのおてんばな女の子だったら良いと思うんです。こんな事言っ、貴方に分かって貰えるかどうかは分からないけど、貴方の中にいる、あの元気でおてんばな女の子が、光から



闇の中へと進む貴方に付き添って  
くれたらな、と…何のことか、さ  
っぱりでしょう？

ジャン：(困惑した声で) もう少し、詳しく  
話してくれませんか？

カール：つまりね、貴方の一番の友達は、  
貴方が自身の内側に隠している貴  
方自身…怖がりな女の子であり、  
おてんばな女の子であり、ほとん  
ど外には出てこない本当の貴方自  
身だと思ふんですよ。

ジャン：(やや沈黙) 実は、あのおてんばな  
女の子が、ここ18ヶ月ほどの間、  
いなくなってしまうんです。  
(Rogers, 1989, p.148 訳者らの訳)

ロジャーズは「直観的応答」について、「頻繁  
に起こるものではないが、セラピーを進める上  
では、とても役に立つ」と記している。更に、  
「私は、私自身の意識以上に、より多くを知っ  
ている。私は意識的に応答をしている訳ではなく、  
非意識的に他者の世界を感受するなかで、自然  
と応答が湧き上がってくるのだ」(Rogers, 1989,  
p.148 訳者らの訳 強調を加えた)。

前出の応答場面において、ロジャーズがジャン  
に交差しているのが分かる。彼は、他者(ジャン)  
から発せられているフェルトミーニングを感  
じているのだ。これは「非意識的」なこと  
…つまり、私が言うところの反省以前の事  
であり、概念的思考とは異なっていると言  
える。ここで、ロジャーズの「意識的/非意識  
的」という言葉を「概念的/概念以前の」と  
いう言葉に置き換えようと思う…ジャンとや  
り取りをしている彼は、明らかに覚醒状態に  
あったので(睡眠状態ではない)、文字通り「  
非意識的」という言葉が指し示す状態には  
なり得なかったからだ。置き換えた言葉も  
って、ロジャーズの文章を今一度見てみる  
と、「私は概念的に

だ」ということになる。

上記の引用より前の部分で、ジャンの言葉  
の中に暗在しているフェルトミーニングがロ  
ジャーズに反省以前的に取り込まれていった  
ことがわかるだろう。彼はその側面について  
反省するまで、明在的にはフェルトミーニ  
ングに気づいていなかった。反省してみても  
初めて、ジャンからのフェルトセンスを感  
じ、そして、その概念以前のフェルトセン  
スから、「おてんばな女の子は外に出てい  
きたいんだ」ということが言い表されたの  
だ。その瞬間、ジャンのおてんばな女の  
子が注目され、「他者を感受している」ロ  
ジャーズを通して語り始めたのである。

ここまでくると、ロジャーズが言っていた  
「直観的」という意味が分かるだろう。また  
彼の言っていたプレゼンスについても、今ま  
でとは異なる側面から考えることができる。  
ロジャーズは彼自身でも「合理的に正当化  
できない」、「奇妙で衝動的な振る舞い」  
(Rogers, 1989, p.137)をしていると記  
していたが、大丈夫だ。彼はクライアント  
と交差しているのだから。

日本のフォーカシング・ワークショップで、  
フォーカシングについて全くの初心者の方  
がデモンストレーションに手を挙げられ  
た。セッションの後、私たちの体験をグル  
ープ全体でシェアしたとき、彼女はこう言  
った。「この人、他人なんですよ！さっき  
初めて会ったんです。どうして私のこと  
をこんなにわかるの！」

セッションの中で、「このフェルトセンス  
は何を必要としているのでしょうか」とい  
う基本的なフォーカシングの応答を用いた。  
彼女が答えるのを待っているあいだ、私  
も自分の中のフェルトセンスに同じ質問を  
投げかけていた。彼女が答えを見つけられ  
なかつたので、私は自分のフェルトセン  
スから返ってきた答えを彼女に伝えた。  
彼女はそれを聞いて、最初は驚いた様子  
だったが、次第に涙があふれ、笑いもこ  
ぼれた。彼女はこう言った。「どうして  
それがわかるの？」「私の中ではのんき  
という言葉

きだったのに。」それは作者（クライアント）以上にこちらが作品（その人の生）を理解しているかのようにであった（デイルタイについて引用したジェンドリンの記述を参照）。

このセッションはロジャーズとジャンのセッションと際立った類似点を示していた。カール・ロジャーズが言い表した「おてんばな少女」の側面とともに、ジャンは生き進むことができた。同様に、私が言い表したのんきさとともに、私のクライアントは生き進むことができるだろう。本稿では、人が生き進んでいくように他者が促すあり方について取り挙げてきた。相互に交差したフェルトセンスから発話することは、相手の生を進めていくことなのだ。

#### 謝辞

本訳論作成にあたって、関西大学臨床心理専門職大学院池見プラクティカルの皆様の御協力に感謝します。富宅 左恵子、磯辺 智代、中島 妃佳里、山見 有美、狭間 美佳、西中 さおり、澁川 沙由理、白崎 愛里（敬称略）

#### 注

- 1) Ikemi, A. (in press) You Can Inspire Me To Live Further: Explicating Pre-reflexive Bridges to the Other. *Interdisciplinary Handbook of the Person Centered Approach: Connections Beyond Psychotherapy* Eds. J. H. D. Cornelius-White, R. Motschnig-Pitrik, M. Lux. New York, Springer.
- 2) Michael Lux が、Nagasawa, M. et al (2009) の論文を紹介してくれたことを感謝している。そこでは犬の眼差しがその所有者のオキシトシンのレベルを増加させることが示されていた。このような生理学的な変化は、反省以前の生じていて、後になって科学的な発見によって「説明される」のだ。

#### 参考文献

- Gendlin, E. (1973): *Experiential psychotherapy in (Corsini, R. Ed.) Current Psychotherapies*. Ithasca, F.E. Peacock. ジェンドリン, E. (1999) 体験過程療法 (池見 陽、村瀬孝雄 訳) 『セラピープロセスの小さな一歩—フォーカシングからの人間理解—』金剛出版。
- Gendlin, E. (1981): *Focusing*. New York, Bantam Books.
- Gendlin, E. (1990): *The small steps of the therapy*

process: How they come and how to help them come, in *Client-Centered and Experiential Psychotherapy in the Nineties*. Leuven, Leuven University Press. ジェンドリン, E. (1999) セラピープロセスの小さな一歩 (池見 陽、村瀬孝雄 訳) 『セラピープロセスの小さな一歩—フォーカシングからの人間理解—』金剛出版。

- Gendlin E. (1992): The primacy of the body, not the primacy of perception *Man and World* 25: 341-353.
- Gendlin, E. (1962/1997): *Experiencing and the Creation of Meaning*. Evanston, Northwestern University Press. Originally published in 1962 from the Free Press of Glencoe.
- Gendlin, E. (1997): "How philosophy cannot appeal to experience, and how it can" in Levine, D. (Ed.) *Language Beyond Postmodernism: Saying and Thinking in Gendlin's Philosophy* (pp.3-41). Evanston, Northwestern University Press.
- Ikemi, A. (2011): Empowering the implicitly functioning relationship. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies* 10 (1): 28-42.
- Ikemi, A. (in press): You can inspire me to live further: Explicating pre-reflexive bridges to the other. *Interdisciplinary Handbook of the Person Centered Approach: Connections Beyond Psychotherapy* Eds. J. H. D. Cornelius-White, R. Motschnig-Pitrik, M. Lux. New York, Springer.
- 池見 陽、河田悦子 (2006) : 臨床経験が浅いセラピストとのセラピスト・フォーカシング事例：トレーニング・セラピーの要素を含むセラピスト援助の方法について『神戸女学院大学人間科学研究科 心理相談研究』7 : 3-13.
- 吉良安之 (2010) : 『セラピスト・フォーカシング 臨床体験を吟味し心理療法に活かす』岩崎学術出版社.
- Nagasawa, M., Kikusui, T., Onaka, T., Ohta, M. (2009) : Dog's gaze at its owner increases owner's urinary oxytocin during social interaction *Hormones and Behavior* 55 : 434-441.
- Rogers, C. (1957) : The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change *Journal of Consulting Psychology* 21 (2) : 95-103.
- Rogers, C. (1980) : *A Way of Being*. Boston, Houghton-Mifflin.
- Rogers, C. (1989) : A Client Centered/ Person-Centered Approach to Therapy in Kirschenbaum, H. & Henderson, V. (Eds.) *The Carl Rogers Reader* (pp.135-152). New York, Houghton Mifflin.