

# 今日の日本における キリスト教カウンセリングの役割

白 井 幸 子

## はじめに

1998年6月12日付けの読売新聞に「自殺者3万人 35%増 不況の影、離婚24万組 9.2%増」という見出しで次のような内容の記事がのっていた。

「昨年一年間の自殺者数、離婚件数は過去最高となり、女性が一生の間に生む子供の平均数（合計特殊出生率）は1.38と史上最低を更新したことが、厚生省が11日まとめた一九九八年の『人口動態統計の概況』でわかった。また、死因のトップのがんの内訳は、肺がんが胃がんを初めて上回った。自殺者は前年比で三五%も急増し、初めて三万人を突破、特に四、五十代男性の自殺率が増えていることから、同省も『不況の影響を否定できない』としている。今回は一八九九年（明治三二）に統計を取り初めてから百年目となる。」

2000年の戸口に立って見る現代日本の社会状況は、これまでの日本が経験したことの無いことばかりである。しかし、暗い展望ばかりではない。上から支配されるばかりで、自分で自分の人生を選ぶことが許されなかった日本国民が、多様化している価値観の中から、自分の望む価値観に基づいて生きるチャンスを与えられていると考えることができる。カウンセリングはそのことの達成に関わるのであろう。このような状況におけるカウンセリング、特に、キリスト教カウンセリングの役割はいかなるものであろうか。

本稿では、まず現在日本の社会状況を示し、次に、そのような状況の中で、一般的なカウンセリングはどのような役割を負っているかについて、NLP（神経言語・プログラミング）を中心に論じ、さらに、キリスト教カウンセリング

の役割は何かを考察したい。

## I. 現在日本の社会がおかれている状況について

### A. 戦前、戦後、バブル経済崩壊後の日本社会がたどった道

図1は戦前、戦後、バブル経済崩壊後の日本社会・家族・個人がどのような変化を辿ったかを、布施晶子著、「結婚と家族」、岩波書店に基づいてまとめたものである。

図1 戦前、戦後、バブル経済崩壊後の日本の社会、家族・個人がどのような変化を辿ったかを、布施晶子著、「結婚と家族」を中心にまとめたもの

	社 会	家 族 ・ 個 人
第2次世界大戦前	天皇制：天皇は神である	家父長制 — 350年の歴史をもつ「家制度」、父親中心、長男は特別の価値をもつ、個人は全体の中に没する
戦後(1945年)より高度成長期(1989年頃)まで	民主主義：1946年、日本国憲法24条：家族生活における個人の尊厳と両性の平等；  *高度経済成長：経済至上主義	父親不在：“働きばち”，“企業戦士”，“猛烈社員”となり，過程における存在感が希薄となる。長時間労働，労働の密度の高さ，立身出世主義価値観 — 会社と“友愛関係”を結び妻との“友愛関係”は結べない  妻：“家母長”ゴッドマザー：家庭の中心的存在：企業戦士が心おきなく仕事に集中できる生活環境作り；第2，第3の企業戦士の再生産 — 受験戦争の過熱，偏差値教育へ  母子関係の密着化 家電製品，受験戦争 — 母親仕事へ和食中心から — 和洋食混合へ マイホーム主義へ
1990年以降バブル経済の崩壊後	経済苦況：リストラ，失業，価値観の多様化：中高年の自殺率上昇	女性の自立：“NO”という女性と戸惑う男性；1.57ショック 結婚そのものにたいして“NO” その制度の存続に“NO” 子供：問題行動；登校拒否，家庭内暴力，摂食障害，援助交際，etc, etc,

天皇を頂点に家父長制的家族関係を存続させてきた封建制度が第二次世界大戦の敗戦によって崩壊し、1946年、主権在民、男女平等、信仰・思想の自由が保障された新憲法が發布された。以来、我々は「家族内における支配——服従の人間関係」<sup>(1)</sup>から解放され、多様化した価値観のなかで生きることになった。

しかし、戦後日本社会の目標は「経済の発展」一筋であった。奇跡的な経済復興と発展を支えた父親は「うちの会社」のために「企業戦士」として働くことを強いられ、家族、個人の人生目標の達成は犠牲になった。1989年バブル経済が崩壊し、永久雇用を信じて働いた40代～50代の男性の自殺が、1998年に6000名にのぼり、日本男子の寿命の長さを0.03歳引き下げるようになった。

高度経済成長を遂げるなか、「夫は仕事、妻は家事・育児という性別分業論」<sup>(2)</sup>のもとで、母親は子供を社会の優秀な働き手とするべく努力をしてきた。しかし、高度経済成長のひずみが顕著になりだした1970年頃代より、女性が経済的、精神的な自立を目指して、そのような価値観に対して「NO」を主張し出したのである。結果として、女性の「高学歴化や就労率の上昇、出生率の低下、熟年夫婦の離婚率の増加」などを生み出した。<sup>(3)</sup>

父親不在、母親不在という家庭環境のなかで、子供たちは偏差値競争社会に投げ出され、絶えず競争にさらされ自信が持てず、TVやファミコンを友とし、家に閉じこもるという結果となった。子供たちは不登校、家庭内暴力、摂食障害、援助交際などの問題行動をもって大人の社会に対し「NO」を突きつけたのである。

## B. 今、日本人はどのように感じているのか

1998年4月28日付けの読売新聞は「日本広がる悲観論」という見出しで次のような「文部省国民性調査」の結果を報告している。「日本の現状や先行きを悲観的に捉える人が5年前に比べ急増し、経済力や心の豊かさなどを『よい』と評価する割合は過去最低になったことが、27日、文部省の統計数理研究所が発表した『日本人の国民性調査』で明らかになった。また、『子どもを一人もつなら女の子』が『男の子』を引き離し、『生まれ変わっても女に』と考える女性が

七割を占めた。

将来の見通しは、『豊かになる』が15%にどどまったのに対し、『貧しくなる』が50%。『幸福になる』も19%と、『不幸に』の28%を下回った。同じ質問をした二十年前は『豊かに』(44%)、『幸福に』(37%)が多数派だったのと比べ、悲観論が目立つ。社会に『不満』か『やや不満』という人も71%に達した。」

現在日本の家庭に最も深刻な影響を与えているのは不登校の小中校生が過去最多の12万8000人にのぼったことであろう。1999年8月13日付けの朝日新聞は次のように報道している。「一九九八年に不登校で三十日以上学校を休んだ小中校生が、前年度を約二万二千人上回り、約十二万八千人と過去最高を記録したことが、文部省が十二日付で発表した学校基本調査の速報でわかった。……小学生は二百九十五人に一人、中学生では四十三人に一人が不登校だったことになる。一方、今春卒業した大学生のうち、就職も進学もしなかった人は昨春より三割増え、約十六万六千人を記録した。」

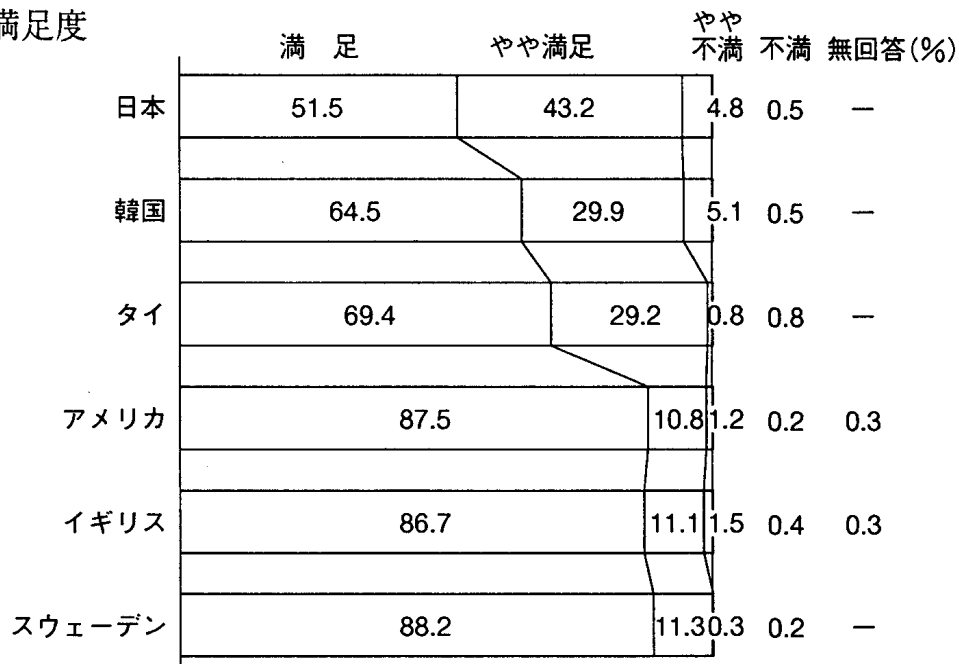
このような不登校の子どもたちの増加は、家庭内の人間関係にも影響をもたらす。厚生省監修の平成10年度版「厚生白書」：少子社会を考えるに収録されている資料によると、子どもの成長について満足している親の割合が他の国々に比較して低く(図2)、子どももまた、将来への展望をもって生活する態度が他の国の子どもに比較して低く(図3)、そんな子どもに老後を頼らないと考えている親の数が急上昇している(図4)ことである。

また、幼児を虐待する親の数がここ数年激増しているのも心が痛む状況である(図5)。さらに、「一番大切なものは家族」と答えながら(図6)、「家庭生活についての満足度」が他の国々より低い(図7)のも背後に多くの問題を感じさせる。

以上、現在日本の社会が直面している問題の概観を記した。次に、このような状況のなかで、様々な問題に直面している人々に対して、カウンセリングに求められている役割は何なのか、一般的なカウンセリングの視点、キリスト教カウンセリングの視点を述べたい。

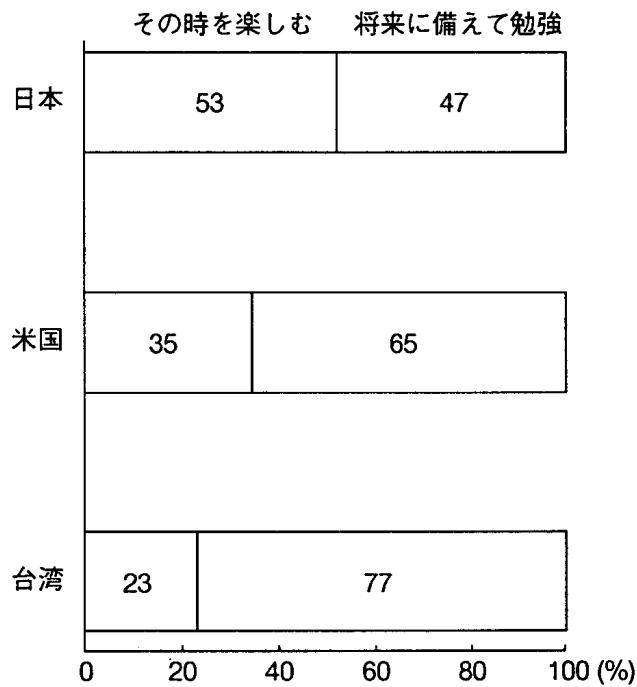
図2 子どもの成長についての満足度

(1) 満足度



厚生省／監修：平成10年度版厚生白書，少子社会を考える，1998より

図3 将来展望と生活態度

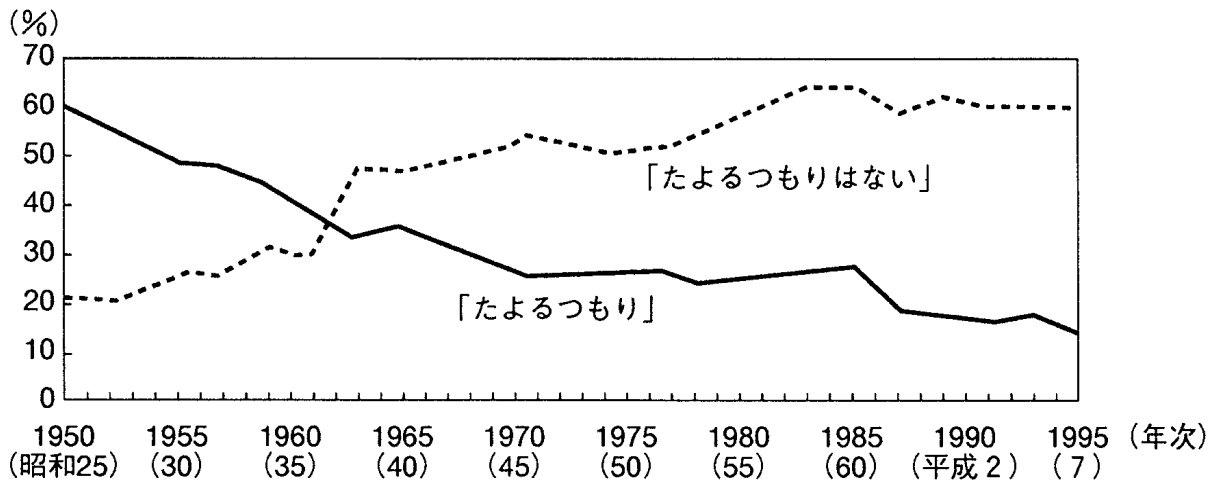


(注) 高校生に対する調査。

資料：日本青少年研究所「ライフスタイル調査」(1994(平成6)年)

厚生省／監修：平成10年度版厚生白書，少子社会を考える，1998より

図4 老後を子供にたよるか

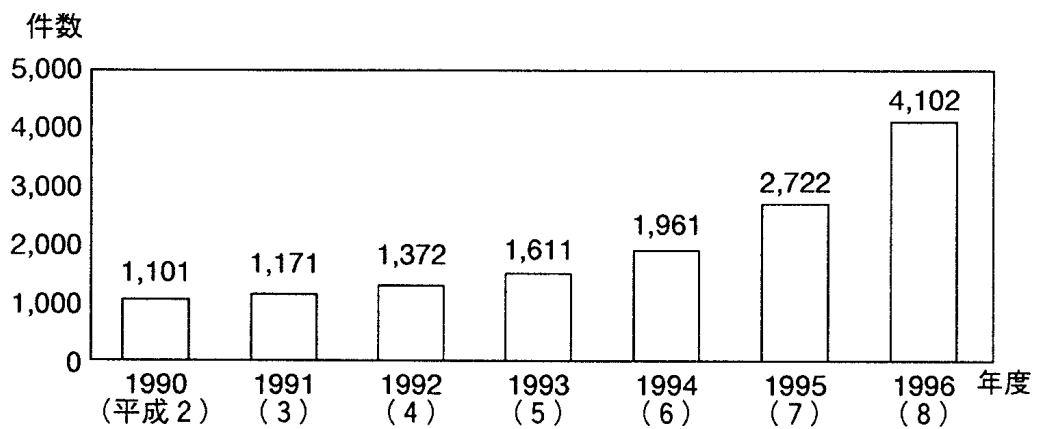


- (注) 1. 「あなたは、老後の暮らしを子供（養子・養女を含む）にたよるつもりですか」という質問に対する回答。  
 2. 子供を持つ既婚女子のみについて。「その他・無回答」は図から省略した。  
 3. 1950年（第1回）～1996年（第23回）について（ただし第16回調査・1981年はこの調査項目を欠く）。

資料：毎日新聞社人口問題調査会「全国家族計画世論調査」

厚生省／監修：平成10年度版厚生白書，少子社会を考える，1998より

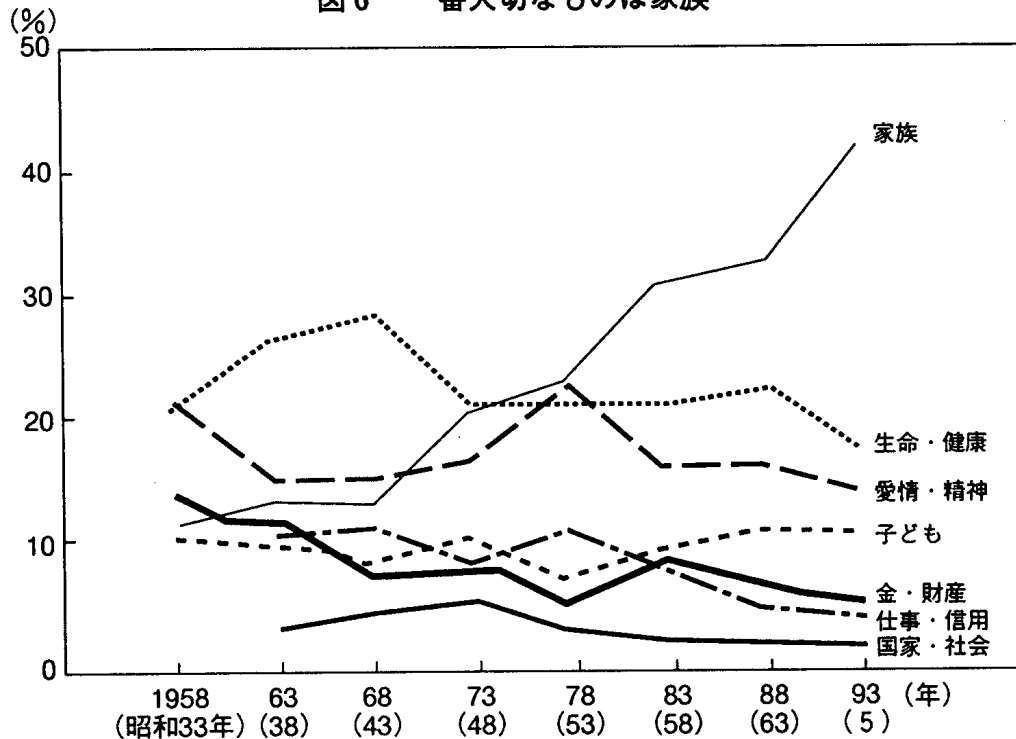
図5 児童相談所における児童虐待の処理件数の年次推移



資料：厚生省大臣官房統計情報部「社会福祉行政業務報告（厚生省報告例）」

厚生省／監修：平成10年度版厚生白書より

図6 一番大切なものは家族



資料：文部省統計数理研究所「日本人の国民性調査」

厚生省／監修：平成10年度版厚生白書，少子社会を考える，1998より

図7 家庭生活についての満足度

							(%)
		満 足	やや満足	やや不満	不満	無回答	
日 本		45.7	45.7	8.0	0.5	0.1	
韓 国		52.6	36.8	8.4	2.3	—	
タ イ		62.9	31.0	4.3	1.8	—	
ア メ リ カ		67.3	24.8	5.2	2.4	0.3	
イ ギ リ ス		71.9	20.1	5.7	2.0	0.4	
スウェーデン		62.5	34.1	2.4	0.7	0.2	

資料：(財)日本女子社会教育会「家庭教育に関する国際比較調査報告書」

(1995(平成7)年3月)

厚生省／監修：平成10年度版厚生白書，少子社会を考える，1998より

### C. 暗い展望だけなのか？ カウンセリングに期待されるもの

我々が現在直面している状況は、否定的な側面ばかりではない。国家的なレベルにおいても、個人の生き方においても、「支配——服従の人間関係」から解放され、自分の生き方を自分で選べる自由を歴史上初めて個人が手にしたのではないだろうか。我々は、自分が望み、努力さえすれば、自分が生きたいように生きられるのである。現在の混乱と不安定な状況の中から、自らの人生を選びとることができるのである。既成の価値観に縛られ、支配され、強制されることがないからこそ、我々は自由と創造性を行使できるのである。

そのような生き方を不可能にするのは、今や、個人を取り巻く外的な状況というより、その人の内的な状況であろう。すなわち、「自分にはそれをする能力がないという思い込み」、すなわち、劣等感である。カウンセリングの役割はそのような「思い込み」を個人の心から取り除く作業に深く関わる。また、キリスト教カウンセリングは、「神があなたを愛し、目的をもってこの世に生み出して下さった故に、どのような状況にあらうと、あなたは価値ある存在である」というメッセージをクライアントに伝える任務を負っている。

キリストを救い主と信じるキリスト教カウンセリングと、そうした前提を持たない一般カウンセリングに、カウンセリングの目的、手法、評価などに関して差のあるのは当然のことであろう。

しかし、クリスチャンとノンクリスチャンの差は、神の呼び掛けに応じて、すでに神の方を向いた人とこれから向こうとしている人の差であるとの視点からは、両者の差は大きなものではない。

神がすべての人を創造し、キリストがすべての人の救いのために十字架の死を遂げられたのであるから、両者は、違い以上にはるかに多くのものを共有すると考えられる。



## Ⅱ. 一般的カウンセリングの役割

### A. ケースの紹介（事例の紹介）<sup>(4)</sup>

患者さんは“うつ状態”のため診療内科に入院中の60代の主婦Nさんである。

キリスト教の信仰をもっている。大学教授である夫との関係は必ずしも良好ではなく、子供もあまり見舞いに来ることはなく詳細は不明。夫の指示で急遽入院する。カウンセラーは病院勤務のカウンセラーではなく、友人として5回目の病室訪問をする。（C——カウンセラー、N——患者Nさん）

C 1：いかがですか。

N 1：尾籠な話で恐縮ですが、便を洩らしてしまうのです。薬漬けのせいだと思います。ものすごく大量の薬を飲まされているのです。家に居る時はこんなことはなかったのです。本当につらいです。先生に話しても取り上げてくれないのです。

C 2：本当につらいですね。大変ですね。

N 2：こんなにつらいことは今までありませんでした。淋しいです。手が震えて字も書けません。これも薬のせいだと思います。心が苛立ち、頭の整理が付きません。

C 3：手が震えるのですか。

N 3：ほれ、このように（震える手を見せる）。礼拝に座っていても祈れません。神様から何の反応も無いのです。以前、胆石で入院した時には、礼拝堂に入って座ると心が落ち着いたものでした。

C 4：お祈りができないのですね。

N 4：そうなんです。このままでは気が狂ってしまいそうです。こんな話を牧師さんに、筋違いな話をしてしまっただけ申しわけありません。

C 5：決して筋違いということはありませんよ。

N 5：人と話をしている時だけ、苦しみを忘れることができるのです。そのため、病院中を話を聞いてくれそうな人を求めて歩き回るのです。こ

んなみじめなことはありません。もう一人の自分が私を見つめているのですが、こんな自分が恥ずかしくてたまりません（医師が入室し話が中断する）。

「礼拝堂に座っていても祈ることができません。神さまから何の反応もないのです……淋しくてただ誰かに話を聞いて欲しい」と訴える時、クライアントの心には、「淋しくてただ誰かに話を聞いて欲しい」という切なる願いと祈りがある。こうした、願いと祈りに応えようとすることに、一般的なカウンセリングの、そしてまた、キリスト教カウンセリングの目指すものがある。

## **B. 神経言語・プログラミング (Neuro-Linguistic Programming) に見る人間の心と身体機能**

上記のNさんのように入院、投薬が必要なほどに心が落ち込む時、どのようなアプローチが可能であろうか。心理療法理論の一つである神経言語・プログラミング (Neuro-Linguistic Programming —— 以下NLPと省略) を通して人間の心の状態と身体的機能の関係を考察したい。

### **1. 神経言語・プログラミング〈NLP〉とは**

1970年代の初期、カリフォルニア大学言語学科の助教授であったジョン・グリンダー (John Grinder) と同大学の心理学科の学生であったリチャード・バンドラー (Richard Bandler) は、「心理療法」に興味をもち、「相手の行動変容をもたらすような効果的なコミュニケーションの方法は何なのか」を研究した。彼等は、世界で最も卓越した3人の心理療法家——ゲシュタルト療法の創始者フリッツ・パールズ (Fredrick Perls), 米国の医療催眠療法家ミルトン・エリクソン (Milton Erickson), 米国の女流家族療法家ヴァージニア・サティアー (Virginia Satir) のもとを訪れ、彼等がどのように患者・クライアントに対応しているかを知るために、治療場面をテープに撮り、つぶさに観察・研究したのである。

その結果、3人が全く異なるパーソナリティーの持ち主であるにも関わらず、クライアントの対応には驚くほどの共通点があることを見い出した。彼等は、この3人に共通なパターンを体系化し、それを神経・言語プログラム〈NLP〉と名付けたのである。

「NLPは3人の心理療法の巨匠のコミュニケーションの秘訣の『たねあかし』であり、「人間のうちに潜む最善のものを引き出す」効果的な方法を具体的に分かりやすく教えてくれる。」<sup>(5)</sup>

## 2. NLP生理機能マップを通してみる感情と生理機能

図8は「NLP生理機能マップ」と呼ばれ、人間の心と身体は一体となって働き、心と身体的作用は分離できないことを示している。以下、NLP Santa Fe研究所 (Jake Eagle 所長) 提供資料<sup>(6)</sup>を紹介し、人間の心と身体が互いに相互に影響し合うか、また、この生理機能マップをどのようにカウンセリングの場で用いることができるかを述べたい。

「図8」は、感情は生理機能を通して初めて外部に表れることを示している。端的に言うと、「感情は生理機能であり生理機能が変われば必然的に感情も変化する。」そこで、いかにすれば「図8」のアース「地」と書かれた部位へ生理機能をもっていくことができるか、そのことが問題となる。

一般に、交感神経の刺激は興奮をもたらし、副交感神経の刺激は興奮を抑制する働きをする。原則として、交感神経の刺激では効果の出現が早く、より収縮する方向に、副交感神経の刺激では、効果の出現がゆっくりで、より拡張する方向の効果をもたらされる。

交感神経の刺激は、以下のような様々な手段によって、四肢の活発な運動を可能にする。

- (1) 血圧を上げる。
- (2) 活動中の器官に流れる血流量を増加させる。
- (3) 細胞の代謝率を増す。
- (4) 血糖値を上げる。

- (5) 筋力を増す。
- (6) 精神活動を活性化する。
- (7) 血液の凝固機能を高める。

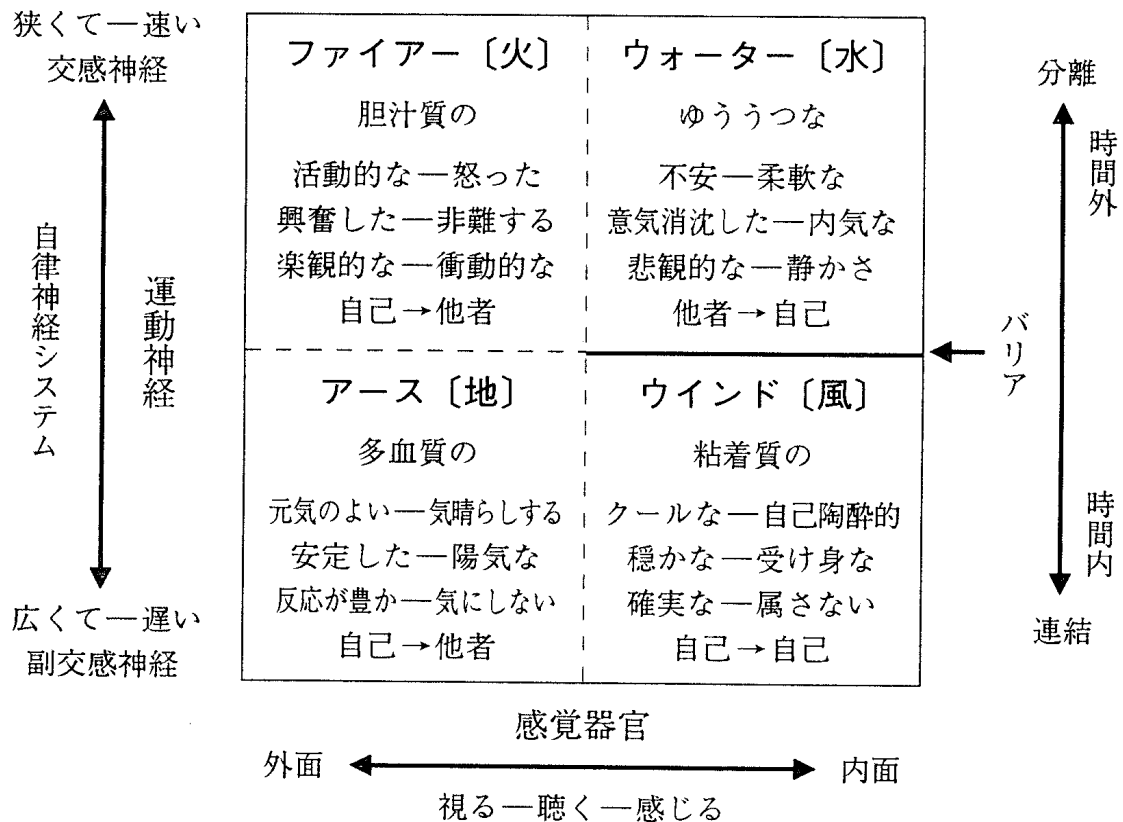
これらは、交感神経の警報反応とよばれるが、しばしば、闘争——逃避反応とも呼ばれている。というのも、この状態のもとにある動物は、闘うか、逃げ出すか、即決め、実行することになるからである。

交感神経はアドレナリンとペアになって働く。すなわち、交感神経の刺激でアドレナリンが放出される。

ストレスは、明らかに、交感神経の刺激の結果であり、緊張からの解放は副交感神経の刺激の結果である。

図8 NLP生理機能マップ

NLP Santa Fe 研究所提供資料  
(Jake Eagle 所長) 1997 年 4 月



J. Eagle, M. Bundrant. Master Practitioner Certification, NLP New Mexico Inc. 1996 資料提供

感情は、心が身体に影響を与えてるひとつの証拠である。人間は、身体のどこかで、身体感覚として感情を感じる。ある感情に反応することは、身体が心に影響を与えた証拠と言える。

生理機能を変え、感情に変化をもたらすためには以下の4つの方法がある。

- (1) 文脈を変える——状況を変える
- (2) 意味を変える——状況が意味することを変える
- (3) 生理機能マップ（図8）上の位置を変える——例えば、うつ状態にある人「水の位置」を平安な心の状態「風」に導くためには、まず、怒りと悲しみの感情を出す必要がある「火へ移行する」。その時はじめて安定し、楽しむことができる「地」。平安な思い「風」は楽しんだあとに初めて得られる。身体を動かすことにより生理機能が変わり、感情の変化をもたらすのである。

感覚と運動を組み合わせると生理機能マップができあがる。すべての生理状態はこのマップのどこかに位置している。感情の変化はあらゆる方向に起こるが、ただ、バリアー（図8の水と風の境界）を通過することはできない。このマップの中央付近は、正常な状態であり、日常的な状態でもある。

各4面の説明のうち、最上段は中国医学——ナバホーリングのカテゴリーによるものであり、その他はヴァージニア・サテイアーのモデルによるものである。」

### 3. NLP生理機能マップを一般カウンセリングにどのように生かすか

上記に紹介した「生理機能を変え、感情に変化をもたらすための4つの方法」を一般カウンセリングの中でどのように生かすことができるであろうか。前述したケース、Nさんを例にとって考えたい。

- (1) 文脈を変える——状況を変える

1998年11月、東京都文京区音羽で起きた「春奈ちゃん殺害事件」は小さい子供を抱えた若いお母さんたちの人間関係についてえ考えさせられた。

「東京都文京区音羽」という文脈のなかでの人間関係に困難を感じたら、それ以外の文脈の中に自分を置いてみる選択肢がある。Nさんがいる「文脈」——病院という、家族も、知り合いも、友人もいないという文脈から、家族、近隣の人、友人が存在する「家」という文脈へ自分のいる場所を変えるのである。今置かれている環境が問題を引き起こすと考えられるのなら、病院から家へ、状況を変えるのも選択肢の一つであろう。

(2) 意味を変える——状況が意味することを変える。

我々は日常生活のなかで、しばしば、「良く言えば…、悪く言えば…」という言い方をする。例えば、「彼女は良く言えば繊細なのです…悪く言えば神経質なのです」などと。このように、我々は同じ出来事を良くも悪くも見ることができるのであるが、状況を変えることができない時には、我々の物の見方や感じ方を、より良い方へ、より明るい方へ、より希望の持てる方へ、変えることによって困難な状況を突破できるときがある。少なくとも、「水の囲み」から脱却できる可能性が生まれる。

「子供もあまり見舞いにこない」ということは、悪く言えば「冷たく情が薄い」ということになるが、良く言えば「母親より自立し、自分自身の生活を確立しており、将来の心配が少ない」ということである。自分がいなくても生活できている子供は安心ではないか！ また、家族の世話ばかりに追われ、自分自身のための時間がとれず、親身な世話をしてもらうことの少ない家庭の主婦にとって、入院生活は全くその反対の生活ができるよいチャンスではないか。食事の世話も、家族の世話も、家事もしなくてよいのである！ 入院生活をそのように考えれば少しは耐えやすくなるであろう。

夫は、「自分の研究ばかりしている、自分勝手に、一緒にいても面白くない人」と理解するより、「仕事に熱心で、責任感が強く、経済的にも安定している人」と捉えて対応した方が二人の間のコミュニケーションはよりスムーズにいくであろう。

上記の(1)(2)は「リフレーミング」(Reframing)と呼ばれる、[物事の見

方や考え方の枠組みを変えること」によって困難な状況に対応するNLPの有効なスキルのひとつである。

(3) 生理機能マップ（図8）上の位置を変える。

淋しさく水の囲みは、“うつ状態”を強化するし、“薬の副作用のせい”で様々な症状に悩まされ、そのうえ、主治医は自分の訴えを取り上げてくれない”という思いは“怒り”く火の囲みをを引き起こしているように思える。どちらの囲みも交感神経を刺激し、生理機能はこのストレスに対応するためにフル回転する。

怒りや悲しみの感情を長い間心の中に閉じ込めていると、我々はしばしばうつ状態に陥る。そこで、まず、Nさんが心のなかに閉じこめている悲しみや怒りの感情を表出する手助けをするく水→火の囲みへ。怒りや悲しみの感情を十分に心より表出すれば、今、ここに存在することを喜び、楽しむことができる。我々は楽しむことができて初めて、平安な心になるのである。

(4) 薬を飲む。

Nさんはすでに投薬を受けているので、急性期を過ぎればやがて症状は軽減すると思われる。

### Ⅲ. キリスト教カウンセリングの役割

#### A. ケースの紹介<sup>(7)</sup>

80歳の女性のプロテスタント信者Aさん。家族と同居しているが、老人性痴呆がはじまっている。牧師のCさんは、礼拝後高齢の教会員にはできるだけ話かけるようにしているが、特にAさんにはそうするように心がけている。

C1：Aさん、おはようございます。

A1：あ、先生。ど～も。

C2：最近、いかがですか？（体調のことを伺う）

A 2：はい、特に悪いところはないんですが。

目がね、ちょっと見えなくなってきましたなあ～。

(略：その後、目のことや食事のことなどを話す)

C 3：Aさん、今、何か祈りの課題がありますか？

A 3：先生、私は、もう十分生きてきました。

せやから、早くお迎えがくるよう、お祈りして下さい。

(Aさんの迫力に圧倒されて、Cは戸惑う)

C 4：Aさん、お迎えが来る時、その日その時は、

誰も分からないのです。神様だけが知っていることです。

ですから、「主が最善をなして下さい」と信じてお祈りしましょう。

〈祈る〉

天におられます神様、

Aさんのためにお祈り致します。

Aさんは今まで十分に生きてきたと感じておられます。

でも、誰もあなたの時がわかりません。

どうぞ、その時がくるまで、

Aさんの一日一日をお守り下さい。

A 4：先生、ありがとうございます。(間) ……ほな、また頼むわ。

上記のケースは超高齢化社会を迎えた現代日本の教会に求められている、キリスト教カウンセリング、あるいは、牧会カウンセリングのひとつの役割を示すものであろう。

このケースは同時に、二つのカウンセリングの違いをも明白にしている。牧会カウンセリングにおいては、一般カウンセリングが持つ役割の他に、「神への取り成し」という役割をも含むからである。神との関係を断たれた兄弟姉妹を再び神との関係へと導き、取り成しをするのは牧会カウンセリングの重要な働きである。

牧師のCさんが痴呆がはじまったAさんに、温かく、誠実に、そして、真剣



に対応していることを記したい。人間としての尊厳をもった一人の大切な人間として、このことは、一般的なカウンセリングをする時にも、基督教カウンセリングをする時にも、カウンセラーに共通に求められる基本的な態度であろう。

## B. 基督教カウンセリングの特質

前述したNLP生理機能マップにおいて、うつ状態にある時の〈水の囲み〉と平安な気持ちに満たされているときの〈風の囲み〉の間にはバリアーがあり、「感情はこのバリアーを通過できない」と説明されるが、筆者は、このバリアーを通過できるものが少なくとも2つ存在すると信じている。ひとつは、この世へのこだわりを一切捨て去り、仏に帰依した仏教徒の信仰であり、もうひとつは、「わたしに対して罪を犯したものを七たびを七十倍するまで許しなさい」と「愛」と「許し」を命じたもうイエス・キリストへの信仰である。

キリストが命じたもう「愛」と「許し」のわざを「我々のまわりの最も小さな者のひとりにするとき、我々は〈水〉と〈風〉の囲みのバリアーを通過することができであろう。

### 1. 基督教カウンセリングを支える聖書の教え

基督教カウンセリングをする時に我々の支えとなる聖書の教えがいくつかある。以下は、筆者が支えられてきた教えのいくつかである。

#### (1) 「互いに愛し合うべきである」(Iヨハネ4：7-12)

40年間、日本でルーテル教団の宣教師として生涯を捧げられ、本学付属「人間成長とカウンセリング研究所」の創始者であり、所長であったケネス・デール (Kenneth Dale) は次のような興味深い指摘をしている。「確かに、牧師やキリスト者だけが愛について知っているわけではない。だが、私は、キリストのうちに見られる神の愛によって動かされた人々が現す愛と、そうでない人びとが示す愛とがあると信じている。クリスチャン・カウンセラーを動かすものを、使徒ヨハネは紀元1世紀のクリス

チャンに宛てた手紙の中で簡潔に記している」と述べ、ヨハネの第一の手紙4章7節-12節を引用している。

「…わたしたちが神を愛したのではなく、神がわたしたちを愛して下さって、わたしたちの罪のためにあがないの供え物して、御子をおつかわしになった。ここに愛がある。愛する者たちよ、神がこのようにわたしたちを愛して下さったのであるから、わたしたちも互いに愛し合うべきである…」

ケネス・デールはこの御言葉を、「クリスチャンのあらゆる奉仕の、そしてクリスチャン・カウンセリングの『マグナカルタ』である」と言っている。

(2) 「わたしに対して罪を犯したものを七たびを七十倍するまで許しなさい」

(マタイによる福音書 18:21-22)

人間関係において最も難しいことの一つは、自分を愛してくれることなく、傷つけた人々を許すことであろう。その人が自分にとって大切な存在であり、親しい人であればあるほど、許すことは一層困難なこととなる。それはその人に期待していることがあり、それが満たされない時に我々は恨みと憎しみの感情に捉われるからである。そして我々は無意識の心のうちに思う、“こうして恨んでいたら、こうして怒っていたら、こうして悲しい思いに沈んでいたら、いつかその人は私の気持ちに気がついて、私の望むように私を愛してくれるだろう——”と（交流分析ではこのような心の働きを”心理的ゲームと呼んでいる）。

驚くことであるが、“子どもの頃、自分が望んでいたほど親が自分を愛してくれなかった”と感じ、大人になった今も幸せになれない（いや、なってやるものか！）と無意識の決意をして怒りと悲しみのなかに生きている人に時々出会う。筆者は、恩師の一人である、米国の精神科医、エリック・マーカス（Eric Marcus）にかつて訊ねたことがある、「成熟した人とはどのような人を言うのでしょうか」と。彼の答えは「成熟した人とは親を恨まない人である」というものであった。

マタイによる福音書18章21節-22節のなかで、ペテロがイエスに「主よ、兄弟がわたしに対して罪を犯した場合、幾たびゆるさねばなりませんか。七たびまでですか」と訊ねた時、イエスは「わたしは七たびまでとは言わない。七たびを七十倍するまでにしなさい」と答えているのである。

(3) 「敵を愛し、迫害するもののために祈れ」

(マタイによる福音書 5 : 38-48)

マタイによる福音書 5 章38節-48節にある次の言葉は、我々の「恨み」や「怒り」の感情の反対の極にあるものであろう。「…もし、だれかがあなたの右の頬をうつなら、ほかの頬をも向けてやりなさい。…敵を愛し、迫害するもののために祈れ…」

(4) 「最も小さい者のひとりにしたのは、すなわち、わたしにしたのである」

(マタイによる福音書 25 : 37-40)

キリスト教カウンセリングにおいて求められることは、自分の周りにいる最も小さな者に注意を注ぎ、その人の求めているものを満たしてあげることである。キリスト教カウンセリング、あるいは牧会カウンセリングは「羊の群れを世話する」という語源をもち、「九十九匹の羊を山に残して、一匹の迷い出でた羊を捜しにいく」(マタイによる福音書18:12-14) 行為である。なぜなら、「これらの小さい者のひとりが滅びることは、天にいますあなたの父のみこころではない」からである。

(5) 「あなたがたはみなキリスト・イエスにあってひとつである」

(ガラテヤ人への手紙 3 : 26-28)

世界は多くの国々、多数の民族によって成り立っており、様々な葛藤を引き起こしているが、パウロはガラテヤ人への手紙 3 章26節-28節の中で、キリストにあってすべての人が平等であり、ひとつであると語る。

「あなたがたはみな、キリスト・イエスにある信仰によって、神の子なのである。キリストに合うバプテスマを受けたあなたがたは、皆キリストを着たのである。もはや、ユダヤ人もギリシャ人もなく、奴隷も自由

人もなく、男も女もない。あなたがたは、皆キリスト・イエスにあって一つだからである。」

## 2. キリシト教カウンセリングにおける聖書の御言葉の働き

キリシト教カウンセリングにおいては、こうした聖書の一つ一つの教えが、カウンセリングの目的、手法、評価の基礎をなし、カウンセラー、クライアントの双方に希望と力を与え、心に平和をもたらしてくれる。

本稿において今日の日本が直面している様々な問題を述べたが、我々がどのような問題に直面しようと、上述した聖書の教えは、我々が何を大切にすべきか、何を為すべきか、どのように考えるべきかの指標を与えてくれると思う。

人類は多数の民族より成り、多くの宗教をもつが、この民族の相違から発生する憎しみが、どれほど悲惨で残酷な戦争をもたらしてきたことか。しかし、聖書は我々に語っているのである。「神の御前にあつては、すべての人がひとつであり、平等であり、尊重されるべきである」と。キリシト教カウンセリングは、どのような状況にわれわれが置かれようと、このメッセージを根底にすえてカウンセリングを為すべきであろう。

困難な状況にあつて我々は何をすべきか？ 自分の周りの最も小さな者に愛と関心を注ぎ、彼等が望んでいるものを聞き取り、その願いの達成に力のかすことであろう。これは、一般的カウンセリングにおいても、キリシト教カウンセリングにおいても共通に求められているカウンセリングの目標である。

両者のカウンセリングの異なる部分は「許せない者」への対応である。

一般的なカウンセリング、特にNLPは、「怒りや悲しみのような感情に捉われていると、交感神経を刺激し、あなたは病気になるからそのような行動はやめよう」と提案するが、キリシト教カウンセリングにおいては、「神がまずあなたがたを愛して下さったのだから、あなたがたも互いに愛し合いなさい。あなたを愛することができなかった人を許し、その人のため

に祈りなさい」と語る。

最後に、我々が人生の困難事に直面した時の心の状態と聖書の御言葉について言及したい。NLPの研究対象の一人であったヴァージニア・サテイアは、次のような示唆に富んだ指摘をしている。「問題それ自体は問題ではない。それにどのように対応するか、対応の仕方が問題となる。」「人間のもつあらゆる心理的な問題の根源は自尊心を持てないことからくる」と。自分の存在や能力を価値あるものと受けとめることができない時、自尊心をもてない時には、「問題」は本当に「問題」となってしまうのである。しかし、我々が人生で直面する様々な困難事を、「艱難は忍耐を生み出し、忍耐は練達を生み出し、練達は希望を生み出す」(ローマ人への手紙5：3～4)ことを信じて肯定的に受けとめるなら、「問題」は、我々のさらなる成長への契機として働く。

聖書の中心的なメッセージは、「神はそのひとり子を賜ったほどに、この世を愛して下さった。それは御子を信じる者がひとりも滅びないで、永遠の命を得るためである。」(ヨハネによる福音書3：16)という御言葉に集約されると思う。基督教カウンセリングはこのメッセージをクライアントに伝える任を負う。神は我々一人一人を御計画にしたがって、価値ある存在としてこの世に生を授けて下さったのであるから、劣等感などに悩まされて己れの存在と能力をデスカントして生きていては神に申し訳ないことであろう。

## おわりに

本稿において、現代日本が置かれている社会的状況を述べ、一般的カウンセリング、基督教カウンセリングに求められている役割の一端を述べた。今日の日本は多様化した価値観をもち、いまだかつて直面したことの無い問題と闘いながら生きているが、同時にまた、今日という時代は、一人一人が自分の生きたい人生を生きられるような価値観を選び、自立した生き方をする機会を

与えられている時代でもある。一般的なカウンセリングも、キリスト教カウンセリングも、そのような人生を一人一人が生きられるよう手助けをする役割を負っている。

さらに、キリスト教カウンセリングにおいては、我々は様々な理由によって神との関係を断たれている兄弟・姉妹を再び神へと導き、「苦悩は、より深い信仰と神への関わりを養う契機となる」という確信を彼等にもたらす役割を負っている。

一般的カウンセリングとキリスト教カウンセリングは、本来相互に独立したものではなく、互いにその機能を支え合い、補足し合う関係にあり、その最も根底において基盤を共有するものと考えられる。その基盤とは一人一人がかけがえのない大切な存在であり、人間として平等であり、誰もが人間としての尊厳をもっているという考え方である。

#### 引用・参考文献

〈牧会カウンセリングに関するもの〉

ヒルトナー, S. (西垣二一訳): 牧会カウンセリング, 日本基督教団出版局, 1969.

デール, ケネス (窪寺俊之): キリスト教カウンセリングの方法と実際, ルーテル学院大学付属人間成長とカウンセリング研究所, 1992.

クラインベル, H.: 牧会カウンセリングの基礎理論と実際, 聖文舎, 1980. Hunter, Rodney J.: Dictionary of Pastoral Care and Counseling, Abingdon, Press 1990.

〈一般的なカウンセリングに関するもの〉

ロジャーズ, C. (佐治守夫編): カウンセリング, 岩崎学術出版, 1966.

河合隼雄: カウンセリングの実際問題, 誠信書房, 1970.

河合隼雄: カウンセリングを語る (上, 下), 創元社, 1985.

国分康孝: カウンセリングの理論, 誠信書房, 1980.

国分康孝: カウンセリングの技術, 誠信書房, 1979

スチュアート, I., ジョインズ, V. (深沢道子監修訳): TA TODAY, 実務教育出版, 1991.

白井幸子: 看護にいかす交流分析, 医学書院, 1983.

白井幸子: 看護にいかすカウンセリング, 医学書院, 1987.

オハンロン, W., ビードル (宮田敬一, 白井幸子訳): 可能性療法, 誠信書房,

1999.

〈NLPに関して〉

- オコナー, J., セイモア, J. (橋本敦生訳): NLPのすすめ, チーム医療, 1994.  
Eagle, J., Bundrant, M.: Master Practitioner Certification, NLP New Mexico, Inc. 1996.  
バンドラー, R., グリンダー, J. (酒井一夫訳): 王子さまになったカエル, 神経言語プログラミング, 東京図書, 1987.  
バンドラー, R. (酒井一夫訳): 神経言語プログラミング, 東京図書, 1986.

〈社会・心理学の分野〉

- シュルツ, D (上田吉一訳): 健康な人格, 川島書店, 1982.  
布施晶子, 結婚と家族, 岩波書店, 1993.  
関根清三: 性と結婚, 日本基督教団出版局, 1999.  
佐藤悦子: 夫婦療法, 二者関係の心理と病理, 金剛出版, 1999.  
厚生省/監修: 平成10年版厚生白書, 少子社会を考える, 1998.

注

- (1) 布施晶子, 「結婚と家族」, 岩波書店, 1993, p. 83
- (2) 森 薫, 「朝日新聞論壇」, 1999年12月23日付け朝日新聞
- (3) 布施晶子, 同著, p. 162
- (4) ルーテル学院大学付属人間成長とカウンセリング研究所, CTCⅡコースに提出されたケースである。
- (5) ジョセフ・オコナー, ジョン・セイモア (橋本敦生訳), NLPのすすめ, チーム医療, 1994, p. 27
- (6) J. Eagle, M. Bundrant (白井幸子他訳), Master Practitioner Certification, NLP New Mexico, Inc. 1996, pp.47-53.
- (7) このケースはルーテル学院大学付属人間成長とカウンセリング研究所, CTCⅡコースに提出されたケースである。