

はじめに

小学校だったか中学校だったか思い出せないが、国語の授業で、この文中の指示代名詞はどれを指しているのか、という問題と、この作者は何を言いたいのか、という問題に対して、私は「そんなこと、作者に聞かなわかるかいな」と思っていた。

しかし、先生が何を答えてほしいのかの予想と予測はできた。それで点数はとれたが、本当の正解はどうか、作者自身の意図は何か、という小さな疑問は私の意識の奥の方、潜在意識の領域では残り続けていた。

日本には「言わぬが花」という諺がある。「口は災いのもと」ともいう。さらに、「以心伝心」「不言実行」という熟語まである。どこまで、しゃべらないことを推奨しているのだろうか。しゃべることが本当に必要なものなら、私たちはなんのために言葉を持っているのだろうか。

言語学のクリスティーナ・ホール博士は言う。

『言語の誕生は自然発生的ではないと私は思っています。ヒトになりかけている猿人たちがいて、彼らがある種の行程を経るなかで、言語というものが生まれてきたのでしょうか。たぶん、「もつとコミュニケーションをしたい」という意図があつて誕生したものではないかと』

〔引用…クリステイナ・ホール博士『クリステイナ・ホール博士の言葉を変えると、人生が変わる―

NLPの言葉の使い方』株式会社ヴォイス、2008年7月30日15ページ〕

何かをしゃべる必要があるから、私たちは言葉を獲得したのである。もし、必要でないなら退化してしまつただろう。今、私たちが持つているものはすべて、必要なものばかりである。

言葉は悪魔だと言う人がいるが、悪魔になるのだつたら天使にもなるはずだ。

それを最初に教えてくれたのは祖父だつた。祖父、吾一は大正五年に生まれ、尋常小学校を卒業したあとは奉公に出た。そこから祖母と二人で商売を大きくした人だ。本をよく読んでいた。行動力があつた。休日はほとんど旅行に出かけていたような印象が私の記憶にある。四国八十八ヶ所、西国三十三ヶ所の御朱印が残っている。私が二歳のときには、開通して間もない新幹線に乗せてもらったことや、阪神パークや宝塚ファミリールランドに連れて行ってもらつたこと、大阪万国博覧会や、大阪鶴見緑地の花博に行ったことなども、私の記憶に鮮明に残っている。しかし寡黙で、たまに話

しだすと延々と一方的に、黙々と話す人だった。子どもにわかりやすく楽しく話をするという配慮などまったくない。祖父なりに私にいろいろなことを教えてくれていることは理解できたが、内容はほとんど記憶に残ってはいない。しかし、私の記憶に強く残る言葉がある。

「淑子、物事には二面あるのや」。

それを聞いたときには、意味はわからなかった。そもそも物事に面がある、ということ想像することができない。仮に面があるとわかったとしても、裏表ではなく上下でもない、順番のない「二面」だというのはどういうことなのか。わからないことは悩んでいてもわかるようにはならない。その言葉は軽く聞き流して忘れたつもりだった。

それを再び思い出したのは、リフレーミングという概念とその方法を理解したときだった。物事には確かに二面ある、裏表でもなく、上下でもなく、二面ある。それどころか、三面も四面も無限に面はあるのだと気づいた。

シェークスピアの名言にこんな言葉がある。

(引用：ONETREE <http://onetreeknowledge.com/posts/item39.html> 2018年2月22日10時確認)

「物事に良いも悪いもない、考え方によって良くも悪くもなる」

読んだこともないシェークスピアだが、私にとって、これがシェークスピアによって書かれているかどうかは問題ではない。

「物事に良いも悪いもない、考え方によって良くも悪くもなる」というその文が重要なのである。物事や出来事や状況には意味がないのである。現象があるだけだ。そこに意味をつけたがる、いや、むしろ、意味を付けずにはいられないのが、私たちなのだ。

そしてどんな意味をつけるかで人生は変わるし、どの意味に変更するかでいつからでも人生は変えることができる。

「物事には二面ある」と祖父に聞いてから、私の潜在意識はその答えをずっと探し続けていた。なんと素晴らしいことだろうか。私たちの潜在意識は答えが出るまで探し続ける。意識的に止める努力をしない限り、答えを求め続ける。

答えがわからなくて気持ちの悪い感覚は、私たちが発展するために必要な機能だ。そしてその答えがわからない気持ち悪さのほとんどは、自分以外の他人との関わりがきっかけになる。気持ちが悪いから、気持ちよくなりたいと望み、欲して、答えを探し求める。そして、見つけた答えは、

すぐにも実行しようとする。一刻でも早く不快を解消したいからだ。だが実行する手段がなければ、諦めるだろう。しかし、あきらめる必要などない、とわかっている人たちは、創造し工夫し、新しく作りだそうとまでする。それができるのが人間である。

私たちが成長するきっかけの一つの要因は、他人との関わりで得たこの気持ち悪さ、不快な感覚を解消したい、という思いである。もし、世界中に命の存在が自分一人だけ、唯一の存在だったとしたら、何も他と比較するものがなかったとしたら、最初から最後まで完全にそうだったとしたら、悩みも不快も感じることはないだろう。そして同時に、喜びも満足も何も感じる必要はない。そんな人生に生きる価値があると思えるだろうか。人間として存在する意味があるのだろうか。

私たちの生きる価値や意味は、喜びと満足を得ることだ。そしてこれは常に、自分を含めた人との関わり、コミュニケーションによつて実現する。

本書では、専門的な言葉はできるだけ避けて、日常的なことに置き換えて説明し、私が体験したことを書くことによつて読みやすさを優先した。また会話の言い回しもそのまま表記した。

校正担当の方は私の言い回しを尊重し、組版担当の方はシンプルで読みやすさを心がけてくれたことは、とても嬉しく感謝申し上げます。

それでも、誤謬があればご指摘頂きたい。大雑把で繊細さに欠けるところは自分でも認めている。

小学生のとき、習字道具の一つである文鎮（ぶんちん）を「ぶんちよう」という言葉で覚えていた。習字を習いに行っていたにもかかわらず、あの道具は「ぶんちよう」だと信じていた。近所の文房具屋にそれを買に行き、店のおっちゃんに、「ぶんちようをください」と言ったら、おっちゃん、店の奥で家族会議を始めてしまった。私はその会議が私のせいだとは思わず、ただ店で会議が終わるのをおとなしく待っていた。そのとき、私が思ったのは、大人には大人の事情があるのだ、ということだった。しばらくして会議が終わり、文房具屋のおっちゃんが、「はい、ぶんちん」と「ぶんちん」を強調して言いながら、文鎮を渡してくれた。少々時間はかかったが、目的のものが無事に買ったので、文房具屋のおっちゃんが「ぶんちん」と強調して言ったことなど、気にも留めなかったが家族会議が気になった。なんのための会議だったのか。数分で家に帰り着き、そのことを祖母か母に話して初めて、手に持っている道具は「ぶんちよう」ではなく「ぶんちん」というのだと、ようやくわかった。だが、わかったあとでも、最初の三文字が同じなだけに、その後もしばしば間違えることがあったぐらいだ。

その性質は今でも変わらない。しかし、大雑把で繊細さに欠ける私の性質は、大局的に物事を見て、パターン化する能力として役に立っている。

繊細な描写に欠けるところは、どうか想像力を活かして、自由に役に立つようあなた自身の解釈で補ってほしい。そして、本書が、あなたの、より高い人生の満足のきっかけとなれば幸いである。