

翻訳

『ストーリーの贈り物… 自伝、ライフストーリー、個人的神話の創造と実践』

塚田 守

まえがき

本翻訳で訳出しているのは、Robert Atkinson *The Gift of Stories* (London: Bergin & Garvey) 1995 の第一章にあたる “Understanding the Transforming Functions of Stories” の全訳である。一九九〇年代になり、ライフストーリー研究やナラティブ研究が盛んに行われ、ストーリーを語ることや書くことの意義について論じられるようになっていく。著者のロバート・アトキンソンはアメリカ合衆国の南メイン州大学の大学院で自伝、ライフストーリーを書くこととライフストーリー・インタビューを授業の課題として与え、ストーリーを語ることと書くことがいかに人生を豊かにする手段であるかということを中心にこの本の中で議論している。本全体は、本稿にあたる第一章で、ストーリーの持つ「変革機能」についての理論的議論を行い、実際にライフストーリーをどのように書くべきかあるいは聞き取るべきかの指導する入門書として書かれている。ストーリーが持つ四つの変革機能についての説明は本文で明らかなので、説明は

しないが、自己を「表現」し、他者と「コミュニケーション」をとる時のストーリーの持つ機能を考えるヒントになるストーリーの社会心理学的議論として、おおいに評価できるであろう。

ストーリーの変革機能の理解

ストーリーは力強い説得力をもち人間の経験に関わるので、直接的な影響力を持ちうる。

ストーリー（物語）― 私たち自身のライフストーリーも含めた世代を越えて受け継がれてきたもの― は人々を癒し、変革しながら、道徳的価値を知らせ、奨励し、教え、維持させ、歴史的出来事を記録し、血筋や家系を確立させ、慣習を維持させ、導き、人生の可能性を示し、心を開かせ、笑わせ、人生のすべての側面を明らかにするものでもある。私たちのすべては生きている物語であり、他の人

たちにも理解できる私たち自身の声を見つけないと強く願っている。

ストーリーは人生の全体性を示してくれる道具である。ストーリーを語ることによって人生により大きな意味付けができ、分裂してしまっていたものを統合し全体的なものにする。ストーリーはまた自己発見のための道具でもある。つまり、ストーリーは、語らなかつたら気づくことのない自分自身の新たな面を教えてくれる。

ストーリーを語ることには、人生を変革する力がある。伝統的な物語、神話・民話はこのような力を持っている。世代を超えて受け継がれてきたストーリーというのは、人生を深く生きるための不朽の価値や教訓を伝えてくれるからである。聖書や神話が非常に神聖で影響力があるのはそのためである。神聖なストーリーは人間としても本質的なものに関係させ、時代を超越した人類の経験に導き、自分自身の経験を理解させてくれるものである。

伝統的なストーリーに変革力があるのは、私たち自身の経験と他の人々の経験の間に共通にある神聖さや時代を超えたものがあるからである。神話、民話などの神聖なストーリーによって、私たちの経験や状況というものは単に自分に関わるのではなく、時代を超え他の人々とも共有できるものであると認識できる。

自分自身の人生のストーリーを語ることもこの変革力を持っている。私たちのストーリーにも、時を超越した共通性があるからである。自分自身のストーリーを語ることによって他の人々との間に受け継がれた共通性があることを理解する。そして、そのようなス

トリーは神聖なものでもある。そのようなストーリーは、人間として共通した本質的に同一の文化習慣や不朽の要素によって成り立っているからである。自分自身のストーリーにも永続的で普遍的な要素があると気付いたとき、そのストーリーに含まれている神聖さを認識するのである。伝統的なストーリーが持つ不朽の要素を知れば知るほど、自分自身のストーリーの中にも同じ要素があると認識する。

ひとりの人のライフストーリーは別の人のライフストーリーを反映したものである。私たちのストーリーと人生は神秘的に驚くような形ですべてつながっている。ライフストーリーはその人が人生をどのように経験し、理解したかを知るのに役立つ。ライフストーリーを語ることで、人間としてのジレンマ、苦悩、栄光について改めて解釈し、価値や信条がどのように獲得され受け継がれてきたかについて理解を深めることになる。このようにして、どの人のストーリーもすべての人のストーリーと重なりあうのである。

ライフストーリーを語る過程で、自らを人間という存在以上の、もつと神聖な存在であるということに気づく。ひとりの人のライフストーリーは、実際には、その人の精神的なストーリーである。人々に影響力を持つストーリーは、物質的なこの世界における人々の魂の葛藤を表現している。もつとも価値のあるストーリーは私たち自身の中にある、時を超越した普遍的な何かを表現しているものである。

自分自身のライフストーリーを語ることで経験する自己変革とい

うものは、人生のどの時期にでも与えられる贈物のようなものであると言える。自己の経験を振り返りたいと思えば、人生のどの時期でも、自分の人生を一つのストーリーとして理解できる。人生の成長期、中年期、老年期のいずれにせよ、ライフストーリーを語ることで、自分の過去や現在の解釈を深め、同時に今直面している苦悩が最終的にどうなるのかを理解できる。ストーリーを語ることによって、自分が本当に何を望んでいることがより明確になるのである。

ストーリーを語ることによって、何年も離れている他人との間、親、祖父母、先祖、たぶん、すべての人類との間にさえ何らかの深い関係があると感じる忘れられない瞬間がある。その瞬間、自身や世界についてのすべての認識が一瞬にして変わる時がある。そしてそれは、人生を振り返り、自分自身のストーリーを他者と共有する時によく起こる。これはロバート・コールズ (Robert Coles) が言う「ストーリーの直接性」である。このような瞬間に、自分の中に新しい認識が生まれ、そのような時間を心ゆくまで感じていたいと思ひ、自分自身、霊的なもの、他人との間で生まれたこの新しい関係を壊されないように、どんなことでもしたいと思う。

うまく語られたストーリーは心の扉を開ける力を持つ。それは今まで気づかずに忘れてしまっていた人生についての大切な事を教えてくれる。人生で起こったさまざまなことにナラティブの枠組を当てはめることによって、いままで慣れ親しんでいたものに新しい秩序と認識が生まれる。うまく語られたストーリーというのは、内に

潜む悪と格闘し、天使とともに喜び合える物語であり、自分自身の心の叫びを反映し、最終的に精神的なもの、霊的なものへと導いてくれるものである。自分自身や他人の人生についての深いストーリーを語るということは、魂の救済行為である。物語ることによって、象徴的イメージや時を超越した普遍的なテーマが表現される。このような魂の自覚的な救済行為によって、私たちは、自らの経験、人生、他者と関係を受け入れるようになるのである。

ストーリーを語ることによって、想像力が活かされ、空想世界を創り上げる機会が与えられる。ストーリーを語ることは、自分の理想のイメージやアイデンティティを作り上げることに重要な役割を果たしている。想像力を働かせ、「今ある自分」ではなく、「なりたい自分」の精神的なイメージを創る力を持つ。想像と想像力はどちらも「思いを巡らすものに似せる」「まねする」という意味の「image」という言葉に由来するものである。ストーリーを語ることによって、現実を起こらなかったことを精神的イメージで新しく創ることもあるが、「分裂していた自分」が「統一された自分」になるように過去の経験を再解釈し、「なりたい自分」になるための新しい精神的なイメージを創ることもある。つまり自分を変革するストーリーを作り上げるために、内なる想像力を使うのである。

私の授業のライフストーリーの課題「自分の誕生のユニークな瞬間」について、うまく語ることができず、行き詰ってしまった一人の女性の学生がいた。「誕生の瞬間」を語ろうとしたが、アルコール依存症の父親を持ち、少女時代は辛かったので、思い出した

くないと言っていた。想像力を働かせて、その時の状況を彼女が描きたいように創り上げてみてはどうかと私はアドバイスした。

次の週、彼女はできあがったストーリーを語ってくれた。第二次世界大戦中で、彼女の父親は戦場に行っていて、生まれた彼女の顔を一年間みることができなかった。帰ってきた父親はアルコール依存症になり、女性を信頼する事ができなくなり、娘に話しかけることすらできなかった。自分自身の幼年時代を「父と母そして私との間に起こる絶え間なく続く戦争」の時期と彼女は見なしていた。父親のアルコール依存症が家族の問題にならなかつたら、どんな人生になっていただろうと思いを巡らし、彼女は話をこうしめくくった。

「父は一九七九年の八月三日に自殺し、母は一九七九年の十一月十七日に脳腫瘍で亡くなった。私は一九七九年の十一月一日に生まれた」と。

彼女はこのように書くことで、その課題をやり終えた。想像力をうまく働かせ、象徴的に人生の真実を表すような新しいストーリーを創り上げた。想像力をフルに使い、自分の過去に起きた嫌な経験と向き合い、うまく整理することができた。想像力によって、彼女の自身の個人的なストーリーを普遍的なテーマである「再生」の素晴らしいストーリーへと変えた。彼女自身のストーリーの中の悲劇が果たす影響力と役割を理解し受け入れた時に、それができたのであった。

ライフストーリーを語ることは、人生への意味付与の一つの手段である。人生についてのストーリーを語ることで、ただ考えていた

にすぎないことを整理し、人生の理解を深めるようになる。人生に新たな意味づけをすることによって、一生触れられることなく残っていたかもしれない古いトラウマが治療される。人生への新しい意味付与によって、自己理解を深め、自己をより受け入れられるようになるのである。

ストーリーの四つの機能

伝統社会における神話のように、自分自身のライフストーリーも、自分自身、他者、人生の神秘性、そして自分を取り巻く世界に調和をもたらすような四つの機能を果している。歴史的、社会的に定められてきた通過儀礼は人々のそれぞれの成長段階における変革を容易にしてきた。神聖な変革のパターンである「誕生、死、再生」に従うことよって、儀礼は新たな状況に対応できるように一歩進んだ成長段階での望ましい考え方、感情、責任感をもてるよう意図されていた。

伝統的儀式が行われなくなった現代社会の中でも、儀式を体験しているが、個人的なものとして体験しているだけである。社会全体としては、通過儀礼的な時期や形態はなくなってしまうが、個人的には秩序、トラウマ、美、高揚を感じる経験をしている。心の奥深いところからくる自分自身の考え、感情、責任に触れ、自らの経験を自覚的に語るならば、そのストーリーは聞き手だけでなく、語り手である自分自身にも「生きている神話」(living myth)として

の影響力を持つであろう。神秘的シンボル、奥深い人生に関わる自伝的イメージは、個人の枠を超えて、共同体の領域へと及ぶからである。そしてそのシンボルやイメージは人生の核心にも触れるものである。それは、ライフストーリーが果たす「生きていく神話」としての四つの変革機能である。ライフストーリーは心理的、社会的、神秘的、宇宙的領域へと私たちを導く。

ストーリーの心理的機能

人間性に深く触れるライフストーリーを語るということは、今までの経験やそれに伴う感情、経験が与える意味などをより明確に理解させ、統合させる行為である。心理的発展の全体的なプロセスの中心は〈葛藤と解決〉と〈変化と成長〉の弁証法的な作用である。自分が今できることを実行するために、いま経験していることを理解していく必要がある。ライフストーリーを語ることによって、経験を秩序づけ、人生を主観的、客観的の両面から眺めることができようになる。葛藤に何度も直面することで、今までの経験とその経験に伴う感情が調和するようになる。経験を何度も振り返ることで、自分自身に対する認識が深まる。

ストーリーは今までの経験を意味づけ、人生を理解する新しい見方を与えてくれる。昔の伝統社会では、こういったことが定められた通過儀式によってなされてきた。しかし今では、私たちの経験を意味付け、人生にバランスをもたららし、自分の内の多様な部分を統

一する機能を社会には依拠できないので、個々が自らの方法で自己の統一性を確立するために、ライフストーリーを語るのである。ストーリーが癒しを与えてくれる重要な方法になるのである。ストーリーは経験に意味を与え、考えや感情を調和させる。ある女性が幼年期のもっとも古い記憶の一つを振り返って、心の内面世界がどのように一つに統合されていたかを鮮明に書いている。

四歳の時、ラリーは最良の友でした。家族のだけれもが大声でお互いに喧嘩し、家中が怒りで満ち溢れていた時、私はラリーと裏庭へとよく姿を消しました。庭は魔法の場所だったので。その裏庭はロサンゼルスから一五分程しか離れていない郊外にもかかわらず、森の一角を思わせるような所で、主にはオーク、クルミ、アメリカカケノキで所々にアボガドやザクロ月桂樹などがありました。

ラリーと私はいつも家から見えない裏庭の隅にあったブランコへと出かけていきました。そこでいろいろな話を話し、夢みていました。私は恥ずかしがり屋で、ラリー以外にはめったに話しかけたことはありませんでした。ブランコに座ると、ほのかな香りのする月桂樹の葉の影になりました。私たちはよくその葉を握りつぶしてはそこから漂う魔術的な香りを嗅いで夢を見ていました。それは夢みるステージへの儀式でした。

「ねえ、ラリー、今日は何を夢みようかしら？」

「そうだ、貧しい孤児のふりをしようよ。そして、ぼくはみんな

なを救い、幸せにしながら世界中を旅するのだ。そうしたら、みんながぼくのことを愛してくれるよ」とラリーはよく言っていました。

「素敵ね。でも今回、私たちは誰を救うの?」

苦悩を通しての力強さと忍耐力についてのもう一つの物語が、月桂樹、クルミ、オークの中をかせが通りすぎていくように、生まれたものでした。

ブランコの左側には森の奥へと通じる錬鉄の扉のついた杭垣があり、セイコアの木が一直線に空へと高くそびえていました。ラリーと私はその木の下で大人になることを想像することが好きでした。両親によつて見捨てられた小さな赤ん坊を見つけては面倒をみていました。誰も私たちがいないことに気づかず、私たちは裏庭で幸せに過ごしていました。私たちには幸せで温かい家族があったのです。

ラリーと私にはすばらしい空想の世界があり、それを手放すのが嫌でした。しかし当然のようにお呼びがかかるのです。

「いますぐ来なさい。どこに行っているの?」「ここに来て。会ってほしい人がいるの」「パーティーへ行くから綺麗に可愛くしましょうね」と母の呼びかけがしつこいぐらいに続くのです。

現実の世界はなんて邪魔なものだったのでしょうか。私たちはまたすぐこの空想世界に戻ってこようと約束し、家族がいる現実の外の世界にもどっていくために、森からいやいや出たも

のでした。そして、いつも、何時抜け出せるかを考えていました。

「またラリーと遊んでいたの?」と姉はよくふざけて言いました。兄弟はラリーのことをからかうのが好きで、いつもそのことで私を苛めていました。そして両親も笑ってその輪の中に入り、「ラリーは単なる見せかけの友達で、想像上の友達なのよ」と母も私に言い聞かせていました。

「違うわ。彼は私の親友で、私を愛してくれているわ。一緒にどこかに行つて遊びたいと思つているのよ」と叫び、みんなが笑つてラリーをひどく言い、無条件な愛情と受容の関係があつた私の世界を信じてくれない時には、泣きながら部屋へと戻つていったものでした。

幼稚園に入る頃になるとドンダリの木が大きくなつていように感じました。兄弟は常にラリーのことで私を苛め、友達の前でも平気で私を笑ひものにしたのです。私はからかい的になつていふことに耐えられませんでした。

ある晩、家族は夕食に出かけ、私が寝入つたと思つてベビーシッターが一階にいた時、私はラリーが重い病気に苦しんでいると感じました。ラリーが今にも死にそうなので薬が必要だと思ひ、そつと部屋から出てバスルームへ行き、子供用のアスピリンの瓶を見つめました。そしてそれを部屋に持ち帰り、オレンジ味のするその薬を重病で苦しんでいたラリーに飲ませました。空の瓶をドアの傍に置き、彼を落ち着かせるためにベッド

に戻りました。

私は混乱の中で目を覚ましました。まぶしい光の中、知らない男の人たちがゴムのチューブで私に何かを吐かせようとしていました。私が断固として吐こうとしなかったため、チューブは鼻へと入れられ喉へとおしこまれていったのです。それはひどいものでした。私は泣き叫んでいました。その時から、ラリーは私のもとから去ってしまいました。

ラリーは二度と戻ってくることはなく、私も彼のことを話すことはありませんでした。学校に通うようになって、想像の世界の友達と同じくらい楽しい遊び友達の一人や二人を見つけ、「想像上の友達」のことで、もはや苛められることはありませんでした。

四〇年後の今、マリーンの森に住んでいる私は、継母がその時住んでいた家の明け渡しの手伝いのためにカリフォルニアに戻ってきました。そして長い間忘れていた宝物や思い出のプランコがあった裏庭の隅への道を見つけました。昔からの月桂樹がまだ残っており、大きく曲がりくねった枝は留め金で固定されています。月桂樹の葉を握りつぶし、空に届きそうなほど大きくなっているセイコアの木を眺めました。そして私は涙を流したのです。

私は心の中に存在するラリーと一緒に居続けようとする内に潜む強い幼児性 (strong animus) を捨てなければならぬと感じていた少女時代の自分に涙を流しました。今の私は、全体的

なアンドロジニアス (両性的) な人格を完成するために、私の一部であり長い間忘れられていたラリーのために涙を流しました。「お帰りなさい、ラリー」と。

このエッセイは、子供としての豊かな想像力を持ち、自分の人生から無理やり取り上げられた自我の一部分を四〇年後に子どもの頃の想像力を思い起こし、それを再確認した女性が語った、好奇心、ドラマ、冒険、感動のつまった力強い美しい物語である。この物語は性別の原理が現実の人生においてどのように働くのかを示している。私たちは自己の半分を押し殺して生きるが、中年期になるまでにはそのことから解放され、自らをその部分も含めたあるべき姿の全人格として捉えるようになる。幼年時代の家に戻り、ラリーとのエピソードを振り返り書くことで、心理的な現実の一步踏み込んだ深いレベルに到達し、子どもの頃のこの体験を受け入れているのである。

ストーリーの社会的機能

ストーリーを語ることは、自らの経験と他者の経験との関係を明確化し、正当化する行為である。他者とストーリーを共有することによって、他者との共通性を知り理解し、他者とのつながりも感じることができる。ストーリーを共有することによって、人間社会で果たすべき役割や規範の範囲について認識するようになると、私た

ちは一つの共同体であるという意識を持ち、生きている社会の秩序を理解するようになる。

ストーリーは社会秩序、モラル、道理を示し、社会的関係を理解させ、私たちの経験を正当化する。正しい生活のモデルが明確でなくなっている現在、自分自身の経験や感情が周りの人々のものどのように調和していくのかを自らの力で見つけだそうとする。ストーリーは私たちが変わりゆく世界に生きている存在であることを教えてくれる。しかし、自分自身のことを知れば知るほど、他のすべての人々と似ており、また他のすべての人々は私たちと似ている存在であると気づく。

重要な社会的教訓を理解する手助けになった子供時代の経験について一人の女性が書いている。

テレビがまだ人々の生活に普及していなかった頃、シカゴの郊外の小さな町に八歳の少女が住んでいました。あまり豊かな地域ではありませんでしたが、すべての人々はそこから（その貧しさから）始めていたので、比較するものを持っていませんでした。だから、ビッキーという少女を除いては誰も喪失感を感じることなく、ほとんどの人々は比較的満足していました。この少女も物質的なものを望んでいたわけではなく、むしろ他の子供が持っていた安心感や平穏さを必要としていただけでした。ビッキーは自分が価値のない人間だと感じるのが耐えられなくなっていました。一度も母親に母性的なものを感じたこ

とがなかったからでした。学校から持ち帰ってきた工作やテストの成績や評価には関係なく、子供を抱きしめ、褒めたりする母親たちがいました。このような母親たちは、子供というものには常に静かで、思慮深く、きちんとした完全なものでないということをよく知っており、子供はがんばるためには積極的に誉められることが必要であるということが分かっていたのです。ビッキーが当時理解できていなかったことは、彼女の母親にとつては、ただ生活をしていくことだけでもひどく辛いものであったということでした。彼女の母親は他の子どもたちの母親がするような「母親らしい」ことをしてくれなかったもので、ビッキーはその慰めを家の外に求めました。そして、当然のこととして、その相手を学校の先生に求めたのでした。

二年生の時の担任は美しく、若いマリリン・モロジーという名前の先生でした。長い金髪のスリムで綺麗な長い足の素敵な先生でした。ビッキーはその先生を女性の完璧な手本だと信じ、将来、彼女のようにになりたいと考えていました。先生に憧れ、熱心に話を聞き、言われたことはなんでも素直に従っていました。学期末が近づいて、先生はスペリング大会を計画し、クリスマス明けからのスペリングテストの結果を表にして掲示板に張り付けました。そして満点を取った子には名前の横に金星をつけました。そのテストの結果がスペリング大会の参加を左右すると知っていたら、ビッキーももつと真剣に取り組んでいたでしょう。ビッキーは大会に出られるだけの十分な金星を

持っていなかったのです。

ビッキーはブルー・リボン賞のために競争できるエリートの子どもたちの中に入れないと思い、非常にかっかりしました。

彼女にとっては、級友から一目置かれることや好きな先生から特別な子として扱われることは重要なことでした。認められない、受け入れられないという欲求に駆られて、うそをつくことになりました。ある午後、ビッキーは放課後の黒板掃除を率先して申し出ました。先生は会議に出席することになっていたので、スター生徒一人であったビッキーを信じ、任せて会議出席のために席を離れました。この状況は、ビッキーにとって誘惑をかき立てられるものでした。あまりにも誘惑が強すぎたのです。ビッキーは先生の机から金星を持ち出し、大会に参加できるように自分の名前の横にその金星を貼り付けました。これは計画的なものではなく衝動的にやってしまったことでした。しかし、うそをついてしまったことで、ベッキーの心の中では、思いもよらぬ感情がまさにローラーコースターのように動いてしまったのです。

一番の親友のマンデイにその秘密を黙っておくことは辛かったが、大会の日が迫っても、どうにかその苦しい気持ちをおさえていました。五人の競争者が大会の始まりを前にして立っていた時、落ち着かない気持ちが高まっていきました。一人、また一人と級友がビッキーの前から消え去り、ビッキーともう一人の生徒だけが勝ち残ってしまいました。ビッキーは勝てる

思った瞬間、自分も当然知っている、クラスの全員が分かっているような簡単なスペリングが書けなくなってしまったのでした。

大会に参加し賞をもらって家に帰る資格など自分にはないと心の奥底でわかっていました。結局、二等賞を家に持って帰りましたが、その勝利にむなしさを感じ、喜ぶどころか罪悪感にさいなまれました。外見上は、賞を獲得し幸せそうにみえましたが、心の内では自分がうそをついて生きていることが苦しいことでした。

この話はここでは終わりませんでした。彼女は自分のしたことを先生にうち明ければいけないということはわかっていました。告白をするということは、先生からの賞賛を失うことを意味し、それを恐れていたので、彼女の心境は複雑でした。ビッキーにとって学校は避難所でした。そこでは、賞賛されたり、いろいろなことにチャレンジするよう励まされたりしてもらうことができたし、何よりも正直な自分のままでいることを認めてもらえました。そのすべてを失ってしまうことが不安で、うち明けることに躊躇していました。しかし、罪を隠していることが耐えられなくなり、先生を信じてすべてを告白する決意をしました。ビッキーは打ち明けたことで失望しませんでした。不正を行なったことで先生を落胆させ、二等賞を返さなければなりませんでしたが、真実をすべてうち明けたことを先生はほめてくれました。その春、ビッキーは真実を伝えると

いうことが重要であるという価値ある教訓を学んだのでした。それは、自らの真実に基づいて生きるより、うそをついて生きるほうがはるかに苦痛を伴い価値のないことであるという教訓でした。

真実を知りそれに従い生きることによって、統一のとれた意義ある人生に必要なしつかりとした基盤を確立できる。自ら信じる真実に忠実に生きる行為によって、私たちは、心理的により成熟した人間になり、自らの経験の正当性を確認し、他の人々たちとのつながりを感じる事ができる。このようなことを自ら見つけたならば、それは非常に影響力のある「価値ある教訓」となりうるのである。

ストーリーの神秘的機能

ストーリーを語ることは個人的領域を超えて神聖な領域へと導くものである。個別的な経験の多様性と人生に関する共通したテーマに均一性を認識することで、言葉では表せない究極の神秘に遭遇した時、私たちは、敬意の念、謙虚な気持ちを感じるのである。自身が経験できる直接的な結びつきを超え、自分自身のストーリーを他の人と共有するならば、時間や文化を越えた生命の輪に関係づけられることができる。

ストーリーは生命の驚異や尊崇の念を呼び起こさせる。(今・ここ)という空間や日常の生活という次元を超えてすべての生命を神

聖な領域へと導く。ストーリーを語る時もとても強調されることは、人生にとって何が重要なのか、何が最大の苦悩であるか、何が最大の成功であるか、そして何処に最も深い価値があるのかということを示唆してくれることである。ストーリーは私たちの持つ潜在能力を示し、他者を支援するために、私たちが何をしたいかを教えてくれる。追い求めるものは何であるか、何処で挫折し、何処で全体性に関わるか、最も真実なる自分自身がどこにいるのかを示してくれる。このような時に、神聖で、永遠で、精神的なものに触れることになる。ストーリーは生命の霊的なものへ、その深みと高さへと導いてくれる。ストーリーは人生の地獄がどんなものであるかを示すこともあるかもしれないが、自分自身の内や周りに、人間として可能な天国をどのように創り上げるかを教えてくれるのである。ストーリーは時に一瞬にして、奥深い見解や年齢や経験を上回るような知恵や教えを与えてくれる。私たちは人生についての新しい認識がもたらしてくれるものが何であっても、永遠に感謝し続けるのである。ストーリーはすべての生命の神聖さを思い起こさせる。自分自身のストーリーを語ることは、崇高で神聖な自伝を語るということなのである。

夫とともに医学部前期課程のクラスにいた経験のある七〇歳の未亡人が書いたストーリーに、私は特に感動した。彼女は三人の娘を育てながら医学の道を進む夫を支え、医者になる夢を断念した。夫の死から二年後、彼女は成人教育と老人学の修士号を取得し、自伝的、個人的神話創作との関連で、ジャーナルを多く書いた。ここに

彼女の人生を振り返って書いたものがある。

苦難や喜びの詰まった私の存在、未知なるものへの旅でした。これが私なりの人生を語る方法だと、満足しています。私は目の前の曲がりくねった道を選べ、他の道に進もうとは思いませんでした。私が他の道を進んでいたら、人生が「暗く惨めなもの」になっていただろうという思いから、あえてそうしなかったのです。

私の母は娘である私に私が持っていた能力をすべて發揮して欲しいという夢を持っていました。その母の期待に応えるだけの能力を持っているかどうかはわかりません。ただ挑戦してみたとしか言うことができません。長年、何世代も前から続く女性像に後押しされるように、私は妻、母として期待された子育てと格闘しながら、見えないゴールを掴もうとしてきました。

これは私だけの問題ではなく、近年の女性解放運動が起こるまでその束縛から解放されることのなかった、キリスト教的な家父長制社会の結果だったのです。しかし、その女性解放運動の台頭は私の人生にとって遅すぎるものでした。そして今、私は時々娘の世代が抱えるジレンマに悩む子供たちを不憫に思うのです。

私は「父親の娘」ではなく、「母親の娘」でした。私はみんなの為に何にでもなる大地の母であり、ミネルヴァ、アテネでした。そしていまになってやっと私自身になり、本当の自分を獲

得しました。もう以前のように母としてだけ生きることができません。まだ私の人生は終わっていません。人生を旅し続けることは、人生のゴールよりも大切なのです。私は息のある限り懸命に生きようと思います。そして最後に「よく生きた人生であつた」と言えるようになります。

大学卒業後五〇年経て修士号を取得した彼女は、グリーンフ・カウセンセリング（悲しみカウセンセリング）や「人生振り返り研究」を仲間と一緒にこなしている。ライフストーリーを書く過程で、自身身の人生の神秘性に新たな敬意を抱いたのである。人生の神聖さを感じ、心の奥底からくる声に耳を傾けたのである。最近、彼女は、神学で学位を取得し、神の導きを受けることで最良の研究が成し遂げられると確信している。彼女は今まで長い間埋もれていた自身身の目標を取り戻し、強力で決定的な「内にある意志」を発見しているのである。

ストーリーの宇宙的機能

ストーリーを語るということは、周りに存在する世界や宇宙をどうとらえ、その中で私たちの役割と居場所を示し、生きている世界に秩序をもたらす行為である。生きている生活とそれについて語るストーリーはどちらも世界や私たちが属する宇宙のイメージを表している。個人の世界観はその人のライフストーリーを通して伝え

られる。科学、信条、事実、信念が語られたストーリーの中で統合され、私たちが他者とのように調和できるかという考えを生み出すのである。そして、ストーリーは、世界についての理想像を示してくれる。

ストーリーはこの世界での私たちの役割が何であるのかを具現化したものとして示してくれる。今日の世界はコロンブス、マゼラン、コペルニクス、ガリレオが生きていた時代とはまったく異なるものである。今日、未知の新大陸などなく、不正確な世界描写などにも出会わない。実際、世界のイメージや知識についてはつきりしたものを持っている。今日よく聞かれるフレーズの中には「地球共同体」、「世界経済」、「新世界秩序」というものもある。

今日問うべき問題は、生き方やストーリーが新たにイメージされた世界とどのように調和していくかということである。私たちが語るストーリーは時にはオープンハウエルが言う大きな交響曲のように私たちの人生がすべての事象とどのように調和しているのかを示してくれるのに役立つであろう。人生についての本質なことや自分自身の真実や進むべき道を知り、全体としてどのように交差するか、自分のストーリーが他のすべての人のストーリーとどのようにに調和されるかということに気づくことが、ストーリーの宇宙的機能である。私たちのライフストーリーは生きている今ある世界で意味あるものでなければならぬ。今日ある世界を理解させてくれた私自身の経験について今から触れたいと思う。

私がノルウエーの横帆船上で航海授業の教員をしていたことがありました。船には約五〇人の高校生、一〇人の先生、三〇人のノルウエー人の乗組員がいました。私たちはダカール、セネガルからノルウエーに戻る途中で、アゾレス諸島で一度停まりました。そこでは私は少数の生徒を率いて、長い間沈黙を保っている火山クレーターの中にある孤立した村にフィールドトリップをしました。緑色と青色の二つの湖はそれぞれ素晴らしい景観で、一八世紀から抜け出たような雰囲気を感じていました。私たちは村に行く唯一のバスに乗っていました。すると突然ポルトガル人の男の人が全く理解できない言葉で話かけてきました。親切をしようとして、何か大切なことを私たちに言おうとしているということは分かりました。私たちは祝祭の最中に来てしまったらしく、馬車やワゴンの行列がずっと連なっていました。私たちは場違いな所に来てしまい、迷惑をかけてしまっていると感じました。他の村へ立ち去ろうか、それとも別の場所へ行こうかと考え始めていました。すると、ある家に来るように呼び止められたのです。そこで私たちは長い間連絡を取っていなかった従兄弟にでも会うかのようにもてなされ、祝日の祝いで村中に配られる手作りのパンやチーズを勧められました。私たちはその溢れんばかりの歓迎と寛大さに恐縮してしまったのです。

同じ旅行中のことですが、航海授業が終わり、船がベンゲンに着き、私は白夜の土地へと旅をしました。ある夜、寝袋にく

るまって、静かな野原で一夜を過ごしました。次の朝早く、私はそばにいた山羊の鳴き声で目覚めました。よく見ると農夫がこちらにやってくるのが分かりました。「他人の牧場にいるので、叩き出されるだろう」と最初思いました。なんだか不法侵入者のような気分になっていました。しかし、彼が近づくとつれ、彼の顔に笑みが浮かんでいるのに気が付いたのです。彼は私を朝食に誘ってくれていました。ぎこちなく彼の後についていくと、彼の妻が温かい、おいしいノルウェー風の朝食を用意してくれていました。私はその温かい歓迎ぶりにも恐縮してしまいました。彼らは私に家族の一員であるかのように感じさせてくれ、人類家族の一員であるとも感じさせてくれました。

この経験を思い出し話したりする度に、私の世界観がこの二日間
の経験で大きく変わったように思える。何処にいようと、自分の
家に居るように感じ始めたのである。この経験で私は一八〇度違っ
た新しい世界観を持つようになり、世界の一員であるとはどんなも
のであるかを感じることができた。

なぜストーリーを語るのか

私たちの身の上に起こった出来事を反省的にとらえることによつて、ライフストーリーの語りを一步進んだ段階へ発展することができ
る。自己を見つめ直すことによって、経験が高められ、広げられ

る。そして、その経験によって、人生に大きな意味付与ができる。自己を見つめ直し、心の内を覗くことでさまざまな経験や感情を自己の中で整理できる。何が起こったか、どう感じたかということを考え直すことによって、すべてのことが明らかになっていく。自身の経験と感情がどのようなものか理解すればするほど、他者とその経験や感情を共有したくなるであろう。

ライフストーリーを語ることは、自らの経験を呼び起こし、その経験により大きな意味づけをすることである。自分自身の感情や考えを書くことで、今まで言葉にしてこなかった思いを言葉にすることができ、頭の中にあるだけでは、考えていることは極めて曖昧なままである。書くことや話すことで、たいていは、考えが明確になり、具体的になる。ライフストーリーの語り手は、わかっていると思っていた考えについて深い意味を求め、その意味を発見するのである。言葉に出して初めて、自分たちがわからなかったことに気づくのである。書くことは考えを実際に言葉にすることである。つまり、自分自身について語ってきたことを理解し、より明確な自己認識をするのである。そして、その自己認識によって人生に意味が与えられる。人生に意味を見いだせば出すほど、私たちは人生からより多くのことを得るのである。

人生を語り、人生で見出した意味を共有することによって、私たちは人類共同体に関係づけられることになる。そしてまた、ライフストーリーを共有することでお互いに知ることさえなかった人々との結びつきもできる。ライフストーリーを共有し聞いた後は、その

後お互いに会わなくても続くような関係が確立できるのである。

ライフストーリーを語ることによって、「自分とは何か」という自己認識の意識が明らかになる。経験を他者に語ることによって、自分自身に焦点があてられ、自分が何者であり、どのような過程を経て今の自分になったかを理解できる。ストーリーを語ると、自己イメージや自己評価もますます明確になるのである。

ストーリーを語ることは、ある種の重荷から自分自身を解放することの一つの手段にもなるかもしれない。内に抱え重荷となつていことがストーリーとして話され、別の人に聞かれて初めて解放されるかもしれない。その意味で、ストーリーを語ることは自己の経験を正当化するという重要な機能を果たす。ストーリーを別の人に語り、そのストーリーを聞いた人にとつても、そのストーリーは全く異質なものではなく、理解でき、関連づけられ、受け入れられるものであるとわかった時、自分自身だけが変つた存在ではないことに気づく。その時、自分自身が持つ個別的な経験にも正当な価値があり、ありのままに価値があるものとして捉えられるのである。自分自身の個別的な経験が実際には他者の経験と共通したものであると発見するのである。

ストーリーを語ることで、想像する自己のイメージに合うようにストーリーを「広げ」そして、「作りあげていく」ことに奇妙な気持ち、不快な気持ちになることを知るかもしれない。しかし、そのようなことを感じながら、自分自身のストーリーを他者がどこまで受け入れ信じるかを見極めることによって、個人的なものと社会的な

ものの境界がどこにあるかに気が付く。

しかしながら、ある人にとつては、「真実のライフストーリー」を語る行為自体が危機となることもある。例えば、アルコール依存症治療プログラムの一二段階の回復プロセスでは、ストーリーを語る事がその人の回復にとつて非常に重要な部分であり、治療プログラムの一部分として自らのストーリーを語ることが期待されている。何事も隠さず実際に起こったとおりにストーリーを語らずに、その人の完全な回復は起こらないであろうし、うまくいかないであろう。正直に話すことによって、グループに参加しているすべての人がそこで語られたストーリーを真実であると認識するのである。

正直に話されたストーリーはすべての人にも当てはまるからである。「真実のストーリー」はすべての人々にとって、最も正当化できるストーリーである。そして「真実のストーリー」はすべての人々に最も適合するので、お互い共感し結び付けあう。「真実のライフストーリー」を語ることによって、心の重荷の大部分が取り除かれるのである。

これらはストーリーを語る過程ですべて自然に起こることである。ライフストーリーを語る理由は楽しいからであり、楽しさを与えられたいからである。他の人々と本当に人間的な関係を作り、お互いに笑い、泣きあうこともある。ライフストーリーの語りは娯楽であり、まさに楽しみそのものである。

自分を他人に理解してもらいたいという思いからライフストーリーを語るのも、正当な理由である。多くの人は有名でもなければ、

人から知られるような存在でもないので、自分がどういう人間で、何をしてきたのかを本という形で伝えることはできない。しかし、他の人々に自らのストーリーを語りたいと思うし、当然、語るべきなのである。

すべての人々のライフストーリーは意味あるもので、多くの神聖な要素に満ち、他者と関係できるほどの正当性を持ち、価値あるもので、楽しいものである。ストーリーを語りたいと思うことは、人類の家族の一員になりたいということでもある。ライフストーリーを語るのは、ライフストーリーが私たちの重要な一部であるからである。自分自身について語ることによって、自分の人生を定義し、秩序づけ、人生を理解する見方を見つけることができる。また、ストーリーを語ることによって、「いまの自分」に影響を及ぼしてきたさまざまな要因を整理理解し、自分自身をよりよく捉え、最終的には自己を受け入れやすくなるのである。ストーリーを語ることで重要なことは、葛藤を乗り越えたら解決があるという確信を持つことである。どのような状況で実際どのようなように生きたかは問題ではない。意識変革は、実際に起きたことをそのまま受け入れる準備ができた時にいつでもやってくる。過去を変えることができる唯一の方法は過去の見方についての意識変革である。意識変革こそが、人生を理解し、過去を受け入れられる創造的な行為である。

ライフストーリーを語ることは、人生に意味を与え、意味づけを必要とする過去の出来事を癒し、自己を受け入れるもつとも重要な方法である。この語りを通して、私たちは解放、回復、解決、再生

という人間に普遍的にあるパターンを経験することができる。

自らのストーリーをよく理解することによって、自己理解、他者理解、人生の神秘性の理解、取り巻く世界の理解を深めるのである。自分の人生を誰でも理解できるものとしてとらえることは幸福への鍵であると言われている。その意味で、ライフストーリーは私たちを人類という一つの家族へと導いてくれるものである。ライフストーリーは、私たちが人生の中で残せる唯一のすばらしい遺産である。

次の章では変革のプロセスのいくつかの段階―自己のストーリーを持つことから起こる自己意識の芽生えで始まり、人生そして世界における私たちの役割を明確に提示し、また他の人々に、そのストーリーに宿る力を教えることで、その段階の頂点にいきつく―そのプロセスについて探っていくつもりである。