

自己にとっての山という存在

北村 圭三

はじめに

一般的に心理学では、ジェームズ以来自我は主体として、自己は客体として理解されていることが多い。この自我と自己の関係が明らかになっていくのはエリクソンのアイデンティティの問題が核としての中心的課題となる時期である。いわゆる青年期であり、その始まりは思春期であるとされている。それは思春期になると、それまでは超自我とエスを巧みにコントロールしている大人の自我に守られて安定していた生理的存在である子どもは、外界に向かってひたすら行動化に専念できていたが、思春期になると、生理的変革が活発になり、超自我とエスの関係の調整に悩む毎日が続くようになる。その過程で自己と否応なく向き合わなければならない。そして自己を明確にして外界に対して、どのような自己で生きていくかを選択しなければならない。しかし、それまで比較的安定した大人の自我に守られてきた一定の枠の中で培われてきた子どもの自我は柔軟に対応できるだけの選択肢をもつ自己を培ってきているわけではない。

したがって、思春期に入った青年は現実を前にしてひ弱な自己を嘆いたり、自己を嫌悪したり、逆に自己を誇張したり、自己とよく似た他者の自己を探し、自己を強化したり、ひ弱な自己を守ってくれる、それまでの大人とは異なるが、外界に対して強い武器としての自己を有している大人を求めて、そ

の大人が示すマニュアルを手に入れることに一生懸命になる場合もある。あるいは、それまでの自己と全く異なった自己に惹かれたりするようになる。その結果、自信をなくして不登校に陥ったり、ストレスを感じると、アトピーなどの身体症状がひどくなったり、理想の自己を追い続けようとして拒食症に陥ったり、自分を育てた親を恨んだり、自己を変えようとして真面目な自己を否定して一気に非行の真似をしたり、非行に走ってしまったり、ある宗教に自己を委ねてしまうこともある。その逆にそれまでの自己を唯一の武器だと信じる形で自己の頑ななまでの強化に専念したりする。そして大抵の青年は仲間とバンドを形成したり、日記をつけたり、詩や小説、絵などに没頭したり、そこまでしなくてもファッションを追いかけたりする。いずれの場合もアイデンティティの揺らぎを示す現象から生まれる自我による行動化である。

このようにして青年期に入った青年はその後生きていく限り死ぬまで自己のあり方を問い続けるようになる。したがって、アイデンティティの確立として確固たるものはない。自分の磨いてきている自己が、自分の帰属している社会の中でどの程度認められているかによって、アイデンティティの揺らぎが大きくなったり、小さくなったりするだけである。そして、人間は病気や加齢による身体的衰え、子どもの誕生、伴侶の死、定年、経済の変動などを経験するたびにアイデンティティの揺らぎを自覚させられる。そのたびに、人間の自我はアイデンティティの揺らぎのなかで自己を見つめ直し、外界に対応できる自己を磨こうと努力する。そして、そのあり方は上記のように個人によって異なる。

そこで、本論では、青年期のアイデンティティの揺らぎを乗り越え、一応それなりに社会的なアイデンティティを獲得してきたが、中年期になり、自己のあり方において、それまでの生き方を問い直さざるをえないアイデンティティの強い揺らぎを覚えた中年男性が、高齢を迎えるまでに、どのよう

な過程を経てアイデンティティの揺らぎを生き抜き、自己を問い直していったかを事例という形で提示する。その際、その過程で山という懐の深い自然が果たした役割と、山への導き手を担った同年代の人物の重要性を中心に述べることにする。

山と中高年

現在60歳代半ばのBが山に登り始めて20年の歳月が経つ。深田久弥の百名山も知らず知らずのうちに60山を越えるまで登っている。この間に山で出会う人のタイプによって、その人と山との関係が異なるのではないかと思う気持ちが強くなっている。

このところ中高年の山登りが目立って多いのは事実である。今年の夏に東北の山に出かけたが、観光化されている磐梯山、蔵王山で出会ったグループは中高年が9割を占めている。西吾妻山、早池峰山でも8割以上が中高年である。大朝日岳はアプローチが大変なので登山客そのものが少なく、ましてグループでの登山客には全く出会わなかったが、数少ない登山客の中で30代の男性に出会ったのは5人だけであった。20代の若者は一人もいなかった。5人のうち3人は沢歩きをしているいわゆる山男たちであり、残りの2人のうち1人は朝日連峰を縦走する男性であり、他の一人は日帰りの大朝日岳登山の男性であった。残りの登山客は中年というより高年の夫婦が大半であった。

ちなみにBが山登りを始めた40歳代半ばの頃は中高年よりも20代の若者が圧倒的に多かった。しかも元気な若者たちだけに歩くスピードが速く、彼らは北アルプスを駆け上がるように山を登っていた。とりわけ単独登山の若者のスピードは実に速かった。

近年中高年の人の登山が多くなっているといっても、どちらかといえば定年を迎えた高年者の登山客が多い。ついで50歳代後半の人が多く、いわゆる40歳代の現役バリバリの人は少ない。そこには文明社会に必死に適応してき

た人が定年を目前に控えたり、定年を迎えたときに、心の深いところで引き継がれてきている縄文文化、弥生文化のゲノムに目覚めて自ずと自然回帰の道を辿ろうとする気持が湧き起こるのではないかと思われる。そこには無意識下で眠っていた宗教性が先人たちの山岳信仰に見られるように奥の深い山への畏敬の念となって作用しているのではないか。

そのような高齢者の山登りの姿は、子育てを終え、会社人間としての勤めも終わりに近づき、高齢化社会をこれからどのように生きていくかというアイデンティティの揺らぎと重なっているなかでの行動化のひとつとして宗教性に通じる自然への回帰を選択した現象でもあろう。そこには直接的に宗教性を求めて古寺巡礼する高齢者の心境とどこかで通じるものがあると思われる。

団体登山

ここでの中高年による団体による登山とは、いわゆる観光化されたツアーとしての登山もしくはそれに近い団体による登山を指している。リーダー以外の登山客に遭遇すると、その大半の人たちの反応は神社仏閣の観光ツアー客と似ている。ただひたすらリーダーに引率されて行動しているが、そこに、いかほどの各個人の自己のあり方への問い直しに役立っているかは疑問である。リーダーはいつも時計を見ながらツアー客を次のルートに誘導することに神経を使い、ツアー客はいつしかリーダーの指示を待つようになる。極端な言い方をすれば、リーダーの判断が甘ければ、ツアー客は命を落としかねない。余程自然としっかり向き合う姿勢を持っていないかぎり、ツアー客の判断力は殆んど磨かれないままになっている。

したがって、これらの中高年の団体登山客の特徴は、専らリーダーに引率された仲間と一緒にいることに意味があり、その場が必ずしも山である必要性がないかもしれない。しかし、リーダーに引率されて山を登り、奥深い山

の自然の一端に触れたという実感は無意識下における宗教性に通じるものがあると思われる。そして、どうしても利害関係が優先する現実社会と離れた“山歩きの会”という団体に所属することによって高齢社会におけるアイデンティティの揺らぎをできるだけ最小限にしたいという願望が働いていることは明らかであろう。そのような場合、ツアー客が山の自然と直接対峙して対話するという域になかなか到達することができないで、ツアー仲間と世間話に花を咲かせていたとしても仕方がないことである。それでも、ツアー登山によって、アイデンティティの揺らぎが少しでも軽減されるならば、そこに意味があるといえる。

山とパーソナリティ

20年間も山を登っていると、その間に山で出会う個人のパーソナリティに特徴的なものが見られることにBは気づいた。ここでは男性に限って、その特徴を見ると、単独で山歩きをしている人は、その大半の人がやや細身で頭髪は黒髪もしくは白髪であっても薄毛ではなく濃毛で豊かである。前述の大朝日岳で出会った単独登山の2人の若者も細身で豊かな黒髪であった。もっとも何人かのグループでの登山者の中にも細身で豊かな黒髪の人はいく人も存在する。

一方、ふっくらした体型の男性の単独登山者には、皆無といってよいほど出会わない。その殆んどの人が2人以上のグループに混じって山歩きをしている。

クレッチマーによると、細身の人に分裂気質の人が多く、肥満の人に躁鬱気質の人が多くいることを指摘している。この特徴を登山者に応用すると、単独登山をする人に分裂気質の人が多く、2人以上で登山する人に躁鬱気質の人が多くいえる。

また、単独登山をしている人と山小屋で話をする機会があるとき、彼らに

共通していることは自分から話し掛けてくることはなく、こちらから話し掛けると、口数は少ないが、決して飾ることなく、しかも饒舌にならずに自分の考えていることや気持ちを正直に語ってくれる。その根底にシャイな雰囲気漂っていて好人物である。しかも、相手の反応に左右されることなく、山についての的確な情報を教えてくれる。相手にどのように思われるかについてはむしろ関心がない。その意味でマイペースである。

これに対して、2人以上で登山をしている人でふっくらした体型の人は、見るからに人懐っこく話しかけてくる。口数が多い。ときに饒舌になることもある。相手の反応を見ながら話すが、相手の気持ちを尊重しているようであるが、実際は自分が相手にどう思われているかに重きが置かれている。したがって、相手の反応を気にする傾向が強い。山と向かい合っているというより、仲間に囲まれて山に登っているという印象が強く、単独登山者には、ほとんど見受けられない現象である。

そこで今回単独登山を青年期時代から続けている分裂気質の60歳代の男性Aと中年になって、その男性と同行登山を続けている躁鬱気質の60歳代の男性Bにとっての山登りが、それぞれの自己との関わりにおいて果たしてきている役割について考察してみたい。とくに、中年の危機を迎えたBにとって、Aとの出会いが自己を見つめ直し、それまで磨いてこなかった側面の自己(ユングの唱える影)を磨き、アイデンティティの大きな揺らぎから少しずつ脱していく過程を中心に述べることにする。

AとBの最初の出会い

Aは長男でありながら東日本から京都の大学に進み、それ以来実家は妹たちに任せて関西に住み続けている。Bは末子であり、実家は長男が継いでおり、京都の大学に進み、それ以来Aと同様に関西に住み続けている。AとBの出会いはAが勤めている大学にBが40歳少し前に勤めるようになってから

である。AはBより2歳年長である。二人は職種の違いもあり、お互いをよく知る間柄ではなかった。

ところが、当時大学では昼休みにテニスコートに必ず数人が集まってテニスを興じることが盛んであった。元来スポーツが好きなBは徒歩通勤の行き帰りに必ずテニスコートの横を通るたびにAたちがテニスに興じている姿を見るにつけ、自分もテニスをやってみたい気持ちが日増しに強くなっていった。もっとも、それまでのBにとって、軟式テニスのわずかな経験しかなく、硬式テニスは高貴な人たちがするスポーツという印象を抱いていたが、あまりに気軽に硬式テニスに興じる同僚の誘いもあり、昼休みにテニスコートへ足を運ぶようになった。このようにしてAとBは他の同僚と同じテニス仲間として知り合うようになった。

AとBはテニス仲間になったとはいえ、テニスコートを離れてお互いが個人的に話す機会はなかったし、AもBも、その機会を作ろうとすることもないままに月日が過ぎていった。そこには、Aはテニスにのみ興じていたが、Bはテニスのほかに野球チームにも参加しており、自ずとAとBの交遊関係に違いがあったことも影響している。さらにAは自分から相手に積極的に話しかけることをしない寡黙な性格であった。一方、Bは積極的に相手に話しかける多弁な性格であった。したがって、分裂気質と躁鬱気質という性格の違いもあり、お互いに馬が合うという関係に発展しにくい要素がそこにあったことも事実である。

BからAへの接近

Bは次女と9歳離れた末子であり、小さいときから大人に囲まれて育ち、何事も自分で体験して危険から自分を守る術を身に付けるというより、危険な体験をさせないという親の過保護のもとに育った。それゆえに自分の体験に基づく判断よりも大人の価値観によって物事を判断するという依存傾向が

強かった。

一方、Aは職人気質の父親のもとに何事も体験を通じて自分で判断することを優先する環境で育った。したがって、他者に依存することより独立傾向が強かった。

またBはテニスや野球という球技を好み、つねに相手の動きや置かれた状況を考慮して判断することが得意であった。それはマイペースでテニスや野球を楽しむあり方とは、ほど遠いあり方であった。そのため野球や初めて参加した硬式テニスでも、Bは、運動神経に恵まれていたこともあって、そこそこの上達があり、それなりに周囲から認められていた。仕事面でも、恩師をはじめ、上司、先輩に支えられて頑張り、それなりの実績を認められていた。しかし、淡々としたマイペースを貫けないため、つねに肩凝りが烈しく、扁桃腺の炎症をたびたび起こしていた。

それに対して、Aは野球といった団体球技の一員として、しかも監督の支配下で行動を共にするというあり方を好まず、マイペースで自分の能力を試し、磨くことに生き甲斐を見出すあり方をつねに貫いていた。したがって、与えられた仕事を淡々とこなし、周囲の反応を気にするよりも自分のことは自分で管理することをモットーにしていた。健康管理も同様であり、そのためときに風邪を引くことはあっても、しんどさを訴えることは殆んどなかった。弱音を吐く姿を見せなかった。

絶えず周囲の反応を気にしながら仕事やテニス、野球に熱中し、そこに自分の存在を見出そうとするBは、肩の凝りがますます烈しくなり、心身ともに疲れが溜まっていった。それは40歳半ば前の頃であった。まさに中年の危機であり、アイデンティティの揺らぎを強く覚えるようになった。そして、Bは心の深いところで、これまでの自分の生き方を変えなければと思っていたのだろう。なぜか、ふとAのもとを訪ね、「どこかハイキングに一緒に行きませんか」と声を掛けた。これがAとBとの、その後長く続いている

出会いの始まりである。

さて、Aにとっての山は、Bとの出会いのはるか以前から、すなわち学生の頃から親近感を持って登っている存在であり、Bがハイキングの誘いを持ちかけた時点において、Aはすでに北アルプスの高い山のいくつかを登っていた。しかも自ら計画し、単独での登山をしている。そのようなAは仕事と私生活を見事に使い分け、仕事の世界では淡々と仕事に従事しているが、私生活では自分の世界を大事にして生きている。山はAにとって自分の大事にしている世界のひとつの対象であり、Bとの出会いの時点では、すでに山はAの自己のあり方の一部として大きな位置を占めていた。

一方、Bにとっての山はどうか。Bは中学時代の夏休みに先生の引率のもとに夜の伊吹山登山をしている。また学生時代に友達と信州に避暑で出かけたついでに長野出身の友達の案内のもとに運動靴で浅間山に登っているが、ハイキングのイメージしか残っていない。さらに20歳代後半に学生数人と白山の室堂まで登り、夜雷雨に遭い、翌朝頂上まで登らずに帰ってきたことがある。これら3回の登山のいずれもグループでのワイワイガヤガヤと騒ぎながら登っており、ハイキングの延長でしかない。したがって、Bにとって、山はいまだ親近感を抱くに至っていない存在である。だからこそ、BはAに「ハイキングに行きませんか」と気軽に声をかけたのである。

ハイキングに誘われたAは、何を思ったのか、いきなり「僕はまだ北アルプスの剣岳に登っていないので、剣岳に行こう」と言い、さらに剣岳の写真付のガイドブックをBに手渡し、「これをよく見ておくように」と言っただけで、他用でその場を離れた。その場に取り残されたBは剣岳のガイドブックの写真を数枚見て、全くといってよいほど木が生えていなく岩ばかりのような剣岳の山姿の写真に足が竦む思いだった。そこへAを仕事上でよく知っているAの同僚が来て、「剣岳は恐ろしく厳しい山だよ。それにAさんは若いときから単独でアルプスの山を登っているのだよ」と教えてくれた。

ところが、それまでAのことをテニス仲間としか思っていなかったBは、大変な人間に声を掛けてしまったと後悔したが、自分からハイキングに誘いを掛けた手前とテニスなどで見せる負けん気とが重なり、今更「怖いから止めましょう」とAに言えないまま日時が経った。しかもAによって剣岳行きの日程が決められたほかについては、AはBになにひとつアドバイスをしなかった。

実はハシゴに上れば膝がガタガタと震える典型的な高所恐怖症のBは、聳え立つ約3000mもの高さの剣岳の写真を見るだけで震えが止まらない夜を毎日過ごした。そして休みの日に山専門の装備を扱っている店に行き、ザックや軽登山靴などの必需品を揃えたが、Bにとって、登山靴がものすごく重く感じられた。Bは、出発の1週間前に歩くことが好きだと言っていた30代の男性を誘って近くの低い山越えを行なった。ところが山のことをまったく知らないBは、ゴール近くのバスの停留所を目前にして両足の大腿筋、脛脛筋とも痙攣発作に見舞われた。その体験はBをして剣岳登山に対する恐怖を一段と増幅させることとなった。

山との本格的な出会い

Aにとっての山はすでに馴染み深い親近感をもたらす存在なので、剣岳に対する不安はない。これに対して、Bは荷造りの仕方すら知らない。非常食に缶詰を入れるが、ザックの底に入れてしまう。セーターやシュラフといった軽いものをザックの下に入れる方が背負いやすいことがまだ分かっていないし、Aも教えていない。Bは出発の早朝ザックを背負うが、首が吊る感じで重さがズシリと応える。その上慣れない登山靴が一段と重く感じる。富山駅に近づくと、北アルプスの山々が見えるが、とても、あの山並みの中にある剣岳に登るのだという気持ちになれない。立山への道路をバスに揺られて阿弥陀が原を通過して、いよいよ室堂がそこに見え、立山が正面に聳え立って

いる姿を前にすると、不安と怖さばかりの心境に陥った。

Aは室堂に着くと、明日のためにと早々に寝付くが、Bはどうしても寝付けない。Bは寝不足のままAに促されるままにAの後ろを“牛に引かれて善光寺参り”の心境でトボトボと歩く。Bは両側に聳える立山連峰を見上げるたびに足が震えるのを覚える。それに先日の両足の痙攣発作がまた起こるのではないかという不安が増す。Aはすっかり怯えているBの姿を見ても、特に声を掛けない。そのAが剣御前小屋の前に辿り着いたとき、Bに対して一言「この小屋に泊まる？それとも向こうに見える剣沢小屋まで行く？」と声を掛けた。

Bは腕時計を見ると、正午までまだ2時間余もある。Bは内心不安で一杯でありながら、「まだ昼にも早いし、あの小屋まで行こう」と空意地を張る。Aはそれ以上何も言わずに再び先頭を歩く。そして、なんとか雪渓をトラバースして無事小屋に辿り着く。時間的に早いために誰一人いない。Bは窓際に寝ることにしたが、窓から前剣岳が垂直に聳えてっっているように見え、明日その山を登るのかと思うと、ものすごい高所恐怖症に陥り、翌朝まで一睡もできなかった。

鼾をかいて朝までぐっすり眠ったBは、さあ登るのだという気持で元気に歩き出した。高所恐怖に陥り一睡もしていないBは外気が低いにもかかわらず汗をいっぱいかいていた。いよいよ一服剣に差し掛かったとき、AはBのひどい汗のかきかたを見て、「顔色が蒼白だよ、脂汗がひどいよ」とBに向かって言った。Bは目の前の前剣岳の垂直に見える壁を見て、恐怖で完全に立ち往生してしまい、「怖い、足が竦む」と弱音を吐かざるをえない状況に陥っていた。Aは、そのBの言葉を聞いて「止めておいた方がいいよ。ここで待っていてくれるかな、一人で登って帰ってくるから」と言い残して、瞬く間に前剣岳の壁に向かって登り、やがてBの前から姿を消した。

一人取り残されたBは怖さと寒さで震えるが、自分の横を颯爽と通過する

老若男女を見て、羨ましさ、情けなさ、悔しさ、悲しさの入り混じった気持ちになり、今にも泣き出したいのを必死に我慢した。そのうちに、このままAを待っていることに耐えられなくなったBは剣岳と反対方向に向かって歩き出し、眼下に剣沢小屋を見下ろしながら、剣御前への尾根を途中まで歩き、早月尾根に続く断崖絶壁を腰を引いて覗き込み、雲の発生する様子などを眺めていた。そこへAが戻って来た。オニギリを口にしたAは「どうする、小屋に泊まって明日大日岳を縦走する？」とBに聞いた。Bは剣岳に登れなかった悔しさがなぜか頭に強くもたげ「大日小屋まで行こう」と言ってしまった。Aは「それじゃあ急がないと日没までに小屋に着かないから」と早速歩き出した。

それからというものBは左眼下に見える室堂への斜面を見やると、身体が引き込まれていく恐怖を感じたりしながらひたすら歩き続けた。奥大日岳から中大日岳に向かう途中でAが「両側から沢の音が聞こえ、次第に2つの音が近づいている。尾根がなくなるかもしれない」と言う。しばらく歩くと、まもなく尾根がなくなり、2人は谷を跨いでいる壁に張り付いて次の尾根に取り付かねばならなくなった。Aが壁から出ている小さな小指くらいの太さの木を支えにして渡るように指示したが、幸いBはまだ体重を幼な木に掛けていなかったために、左手で掴んだ幼な木が抜けたが、深い谷に落ちないで済んだ。この経験はその後のBの山登りの貴重な体験となった。Bは、この体験から、木は重力によって支えられているのだから、重力に逆らって体重を掛けることは危険であり、むしろ重力の方向に体重を移動させることが危険を回避するコツであることに気づくことになったのである。

また中大日岳を縦走中にBは小さな岩から何気なしに一瞬跳ぶような姿勢になった。その途端にBは両足に痙攣発作を起こした。そして、その瞬間Bは、筋肉疲労を起こしているとき跳ぶなどの行動は一気に筋緊張をピークにしてしまい、痙攣発作に起こしやすくなるのではないかと考え、今後は筋肉

疲労を起こしているときは、決して跳ねるような動作はしないでおこうと思った。しかし、現に起こっている筋肉痙攣発作を鎮める方法をその時点でいまだ知らないBは立ち往生した。すると、この時、日没までに大日小屋に辿り着かないとまずいと思ったAは「荷物を持とう」とBに声を掛けた。このAの言葉を聞いたBは、気が小さいにもかかわらず負けん気だけは強いこともあり、A自身ザックを背負っているのに、これ以上自分のザックまでAに持ってもらうことは自分に許せないと考え、そこからは先頭に立って、痛い足を引きずりながら気力だけで小屋まで歩き、無事日没寸前に小屋に辿り着いた。勿論両足ともにパンパンになっていた。

思い起こせば、Bは、以前に家族を車に乗せ、峠の茶屋に上り込んで休憩をした後、靴の中に潜んでいたスズメバチに右足の親指を刺され、強烈な痛みを覚えたが、自分以外に運転する者がいないことを知っているBは自宅まで運転して帰ったという体験があった。

Bは翌日も気力で樗平まで歩いた。これがBにとって、山との初めての本格的な出会いであった。

ゲーム感覚の山登り

一般的には、高所恐怖症の初心者にとって、前述のような山の体験はトラウマとなって山登りは二度としたくない心境になっても不思議でない。しかし、Bは違った。Bには、それまでの自己を見つめ直したいという強い動機があり、高所恐怖症だからという理由で山登りを諦めたくなかったのである。そこでBはその後Aに本格的な山登りに同行したいと訴えた。勿論、Aは喜びもしない代わりに断りもしなく、山登りの計画を立てた。他方で、近郊の山歩きをしたい女性たちがAに働きかけて、誰でも自由に参加できる会ができた。その会はあらかじめ参加者を確定しないで集合時間のみ決めて、集合時間の10分後には自動的に出発するという形を採った。この会はその気楽

さゆえに数年間続いた。しかし、自分に付いてくる者は拒まないが、参加者の機嫌を取ることを決してしないAは、やがて岩登りを始めたり、スイスの山歩きに出掛けたり、山を極めようとする姿勢が鮮明になり、Aに依存することで満足していた会のメンバーは次第にAに付いていけなくなり、会は自然消滅となっていったが、Bはいつしか無意識のうちに、このようなAの行動がB自身の自己を見つめなおすために必要な人物であると感じるようになり、時間の許すかぎりAが計画する百名山（深田久弥）歩きに参加した。

山登りを始めた頃のBは、テニスや野球も平行して行っていた。あるとき野球の試合に熱中し、その勝利の美酒に酔った翌朝5時に六甲山全山56km縦走に参加した。Bは前日あれだけ運動していて筋肉疲労を起こしているにも拘らず、女性たちに負けては恥だとばかりに浅はかにも最初から飛ばして先頭を切って歩いた。ところが摩耶山の天狗道の登りにかかったとき、突然両足の脹脛・大腿の筋肉痙攣発作を起こし、一步も歩けない状態になった。後から来た同行者たちはBの痙攣発作を心配したが、Aは何も言わずにBの苦痛に歪む顔を見ていた。しばらくして気力で摩耶山頂に辿り着いたBに対して、Aは一言「ケーブルで下りるか？」と言った。この一言にBは言葉こそ返さなかったが、内心で「最後まで絶対に歩いてみせる」と心に決め、再び痛い足を引きずるようにしてゴール地点まで歩いた。

その後数年間の山登りに関して、Bの山登りのスタイルに若干の変化が見られたが、一貫して負けん気が前面に出ている山登りであった。Aが長次郎の雪渓から裏剣岳を登り、剣沢雪渓を下って水平歩道を経て樗平まで歩くコースを計画したときも、雪渓でのアイゼンの装着に手間取り、迷惑をかけたと思ったBは、その後先頭を切って雪渓を登り、下ってきたのである。南アルプスの荒川三山、赤石岳を登ったときも同じであった。そのあり方はBにとって、まさにテニスや野球と同じゲーム感覚の山登りであった。

山との対話

しかし、Aと山登りを繰り返すうちにやがてBは山の体験と、テニスなどの体験とは、何かが違うことを身体で感じるようになった。その違いは山登りが“勝った・負けた”という感覚を超えた、個々人が山と対話しながら、その体験を“共に分かち合う”感覚であることにBは気づいた。そして、その頃には、Bはもはやテニスや野球に誘われても関心を示さなくなっていた。Aもテニスをしなくなっていた。Bは次第に山の植生に興味を覚えるようになり、緯度が上がるにつれてブッシュがなくなり、オオカメノキなどが目立つようになり、コナラからシラカバ、ブナ、ダケカンバ、シラビソ、コメツガへと変化していく様相、沢近くではミズナラ、カツラ、サワグルミなどの高木が中心になっている様相、屋久島などでは巨木になるヒメシャラも丹沢山系では小木のヒメシャラしかない様相、ハンノキも高山ではミヤマハンノキという低木の群落を形成していること、スミレは3000mの高山でも健気に咲いている様相などに興味と関心を向けるようになった。山はBが山に問いかけるたびに山が応えてくれるので、そのことがBにとって山歩きの楽しさを噛みしめさせてくれるようになった。そして、Bは、次第に山に対して構えることが少なくなり、このルートは無理をすると危ないと感じると、その気持ちを山に伝え、山が「そうだそうだ、無理するな」と返してくれるので高所恐怖症であっても、恐怖そのものに直接怯えることが減じていった。Bは、おぼろげながらもロジャーズの唱える“経験の一致”とは、このようなことを指しているのではないかと思った。同時にBはアイデンティティの揺らぎを揺らぎとして受け止めることに抵抗がなくなっていくつつあった。

そうすると、Bは先頭を切って山登りをするよりも、最後から山と対話しながら歩くことの楽しさを覚えるようになった。そのようなBの変化を目の当たりにするにつれて、Aは、それまで距離を置いて見ていたBが語る山の植生に興味を示すようになり、「僕はいつか山を楽しみたいと思っていた。

一人で山を登っていると、どうしても早く目的地に辿り着きたい気持ちが強くなり、山を楽しめなかった」と語った。さらにAは「Bさんに野球やテニスと山が違うことを身体で知ってほしかった」とも言った。この頃には、Bはすでに、それまでのAが山で苦しむBを突き放して見ていたことの真意を理解しており、BはAに対して「Aさんが僕の性分を見抜いて対応していたことを強く感じるようになり、そのことに気づいた僕は、これでは少しも己れの自己課題と対峙していないと考えるようになり、山ではゲーム感覚で対応しきれない奥の深さがあることを日増しに痛感するようになりました」と脱帽し、改めてAに感謝した。

その後鳥海山の大雪渓でガスに巻かれて身動きが取れなくなったことがあった。しかし、このときもAが雪渓の周囲を歩き、活路を見出そうとする一方で、Bは小高いところに立ってガスの状況を観察し、ガスは必ず一瞬間間を見せることを信じてガスが動くのを待った。そして、一瞬ガスが移動し、Bはそこに雪渓の始まりの場所を見出した。Aにそのことを伝えたときには、再び辺りはガスに覆われていたが、Bの頭にはしっかり渡れる場所が記憶されていたので、無事大雪渓を回避して下山できた。AとBは暗黙のうちにそれぞれが果たすべき役割を分担していたのである。

こうしてAとBは数年に及ぶ二人での山登りの過程において、それぞれのそれまでの自己のあり方を無理に変えようとしないうでいたにもかかわらず、いつしか次第に徐々にお互いに異なる生き方の自己を尊重し合う形で山登りを楽しむようになっていったのである。この頃にはBの肩凝りは嘘のように消失していた。

その後も二人の山登りは続き、今日に至っている。そして、今夏の大朝日岳・早池峰山登山でAとBの二人の間で次のようなやりとりが見られた。これまでAは、Bがたとえ急用や体調不良でAが計画した山へ直前になって行けなくなっても、一人で出発していた。ところが、今夏の大朝日岳登山に際

して、Aは「あの山はアプローチが大変だから、予定日近くになって急に行けなくなったと言わないでほしい」と珍しく弱気な発言をしてきた。それを聞いたBは、それまでと異なり、大朝日岳に関する情報を詳しく調べて、大朝日岳へのアプローチがもっとも容易と思われるコースを提案し、AはそのBの提案をすんなりと受け入れた。これはAにとっても、Bにとっても初めての体験であった。

また、早池峰山でもBがルートを探し、地元の宿の人の意見を参考にし、さらに天候を考慮して、急坂に加えて岩場であるルートを早朝に登り、緩やかなルートを下ることを提案したところ、Aは大朝日岳のときと同様にBの提案を受け入れた。そして、早池峰山の山頂で休憩しているときに、BがAに対して「僕は今になっても一人で山登りすることがどうしてもできない。安心感が必要なのです。これまでも申し上げてきたが、改めてAさんのお蔭です。有難うございます」と話した。すると、Aは「僕は他人と話すのが下手だから、それなら一人の方が気楽だからと思い、一人で登ってきた。しかし、今は一緒に登れることが嬉しいです」と返してきた。いまや、BにとってのAの存在の重要性だけではなく、AにとってもBの存在が重要な意味を持つようになっていたのである。

次の瞬間Bは思わず紺碧の青空のもとに鎮座している山頂の神社に向かって感謝の合掌をした。このときBは、お互いの異なる自己を結びつけたものは、A、Bのそれぞれの自己のもつ課題への問いかけによる努力もさることながら、二人を山登りに導き、それぞれの自己の課題に取り組む機会を賦与してくれた普遍的な宗教性によるところが大きかったのではないかと思っていた。

そして、今夏の山登りの帰りの電車において、Aは、Bと別れるときに、いつもは「ありがとう、奥さんによろしく」と言うところを「ありがとう、これからもよろしく」と言った。このAの言葉を聞いたBは万感の思いで胸

が熱くなった。

人間の自己と山

本事例を通して、生き方を異にする二人の人間にとって、自己を見つめ直す大きな機会を与えた奥の深い山登りの意味をまとめてみることにしたい。二人で山登りをするようになって30年の間でもっとも意味があったことは、長い年月をかけて、二人がそれぞれにおいて、それまで磨いてこなかった側面の自己をゆっくりと磨いてきたことである。

しばしばカウンセリングによって、人格変換が起こると言われたりするが、それはカウンセリングによってそれまでの人格がすっかり変わることを意味するものではないということである。実は、それまでに磨いてきた自己だけでは直面する現実に対応できなくなったので、いまだ磨いてこないままになっていた側面の自己をカウンセリングを通して磨いたことにより、人格にゆとりができ、そのことが一見したところ人格変換が起こったように映るだけである。

しかし、そのようなことは、一朝一夕のカウンセリングで成し遂げられるものではないことは明らかである。それは、経験豊かなカウンセラーがクライアントの自己の世界を侵襲することなく、適度な距離を置いて、しかも時間をかけて、場を共有し続ける努力の積み重ねの過程で一步一步成し遂げられていくものである。

本事例においても、山登りの経験豊かなAは高所恐怖症でゲーム感覚のカウンセラーであるBに対して、奥深い山を舞台にしての山登りはゲーム感覚だけではどうにもならないことを淡々とした態度でBに体験させた。そこからBは一つ一つの体験を積み重ねながらゲーム感覚の人間関係を越えた自然との対話を楽しむという自己を磨いていったのである。そのようなBの成長は同時に山登りではBの指導者であったAをして孤独に生きるだけでなく他

者と喜びや辛苦を分かち合うという自己を磨くことへと導いたのである。この時点でAとBはいずれもがカウンセラーであり、クライアントでもあると言えよう。

カウンセリングにおいても、長い時間をかけた後における真の意味での終結時点では、カウンセラーとクライアントはいずれがカウンセラーでクライアントであってもおかしくない状況にあると言っても過言ではないと思われる。

ところで、AとBのあいだで、お互いがそれまで磨いてこなかった自己を磨き合うようになるに至らしめたものは何であったのか。

ひとつには、AとBが思春期の頃のように“一心同体的（河合隼雄）”な山登りを決してしなかったことである。それはAとBが山登りの場を共有し始めた時点で、すでにA、Bともに職種は違ってもお互いにそれなりの社会的なアイデンティティを確立していたことによるところを多としているであろう。

また、Aが分裂気質のパーソナリティであり、Bが躁鬱気質のパーソナリティであり、お互いが自分中心の考えで関係を持つと、双方ともに傷つけあいかねないことを知っていたことである。それに加えてAとBの職種が異なっていたことにより、二人の間に利害得失が直接生じる関係でなかったことである。この点はカウンセラーとクライアントの関係にも通じるものがあると思われる。

さらには、AとBが山登りで共有してきた場が、奥深い山であり、勝った・負けたのゲーム感覚の世界を超えた、ひとつ間違えれば命に関わりかねない真摯な態度を余儀なくされるという場であったことである。

これらの要素があったからこそ、AとBは、山登りにおいて、お互いがそれまで生きてきたそれぞれの自己を侵襲しないで、それぞれが自分の自己と向き合い、ほどほどの距離を維持できたのである。

そして、なによりも忘れてはならないことは、Bのそれまでの自己を見つめ直したいという強い動機があった点である。このBの強い動機がなければ、奥深い山を舞台にした山登りでのAとBの出会いとその展開は成立しなかったことは明らかである。

これはカウンセリングにも通じることである。クライアント自身の、自分の苦しみをなんとかして解決したいという強い動機をもってカウンセラーを求めてきたとき、たとえその苦しみのなかに大きな問題を抱えていても、優れたカウンセラーのもとにあって、時間をゆっくりかけて取り組めば、苦しみはクライアントのその後の開かれた自己のなかに統合されていく過程と相通じるものがある。

最後に、以上の要素の複合的作用を可能ならしめ、ハーモニー的に二人を結びつけた、もっとも大切な点は深山での山登りに共通するそれぞれの自己の無意識下に流れている宗教性であると思われる。宗教性を言葉として用いると、俗っぽい印象を与えかねないが、やはり目に見えない形で二人の異なる自己を尊重しながら結びつけるという崇高な宗教性がそこに働いていたと考えられる。勿論、そのような宗教性は受動的にご利益を願って求めても得られるものでないことは、本事例が示していることから明らかである。

謝辞

筆者にとっての山歩きの同行者であり、師でもある鈴木信一氏が本論文の執筆を快く承諾してくれたことに対して深く感謝します。

参考文献

- ① 深田久弥著「日本百名山」新潮文庫 1964
- ② 河合隼雄著「ユング心理学入門」培風館 1967
- ③ 河合隼雄著「大人の友情」朝日新聞社 2005
- ④ 河合隼雄著「ユング心理学と仏教」岩波書店 1995
- ⑤ E.H.Erikson : Child & society : W.W.Norton & Company, INC. NewYork 1963 (E.H.エリクソン著 仁科弥生訳「幼児期と社会」みすず書房 1977)
- ⑥ E.H.Erikson : Identity and The Life Cycle : W.W.Norton & Company 1980
- ⑦ 伊東博編訳「サイコセラピイの過程」ロジャーズ全集4 岩崎学術出版社 1987
- ⑧ 伊東博編訳「クライアント中心療法の最近の発表」ロジャーズ全集15 岩崎学術出版社 1987
- ⑨ E.クレッチマー著 相場均訳「体格と性格」文光堂 1969
- ⑩ 村山正治編訳「人間論」ロジャーズ全集15 岩崎学術出版社 1989
- ⑪ 梅原猛・安田喜憲著「森の文明・循環の思想」講談社 1993