

作成者: 想田 瑞恵

【5/25, 6/1,6/8 対話についての対話演習まとめ】

「自分の気持ち至上主義者」の言い分

1. 私は何をしてきたのか、何をしているのかという分析

「自分を肯定してくれないなら関係を切ってしまえなんて、何様のつもりだと思う」という指摘があった。そこで考えてみたのだが、思うに、私は法であり裁判官である。法とは自分の気持ちであるため、「自分の気持ち至上主義者」であるといってもよい。私の気持ちを害することはルール違反であり、すなわち罪なのだ。ゆえに、友人が盗難したから法で罰してくれと言うのは、別に飛躍ではない。一緒にいた友人であればこそ、「私の気持ちを害さない」というルールを破り、「裏切った」罪は大きい。さらに妄想をたくましくすれば、「私の気持ちを害した」奴なら、盗難をしても不思議はないという発想が見てとれる。

「自分の気持ち至上主義者」の特徴は、高すぎるプライドと弱すぎる自我を抱えていることである。彼らの自己肯定は、その都度その場面の空気や気持ちに沿って行われる。つまり、その時点での内発的衝動や欲求に基づいて行動できたことが、自己肯定につながるのだ。ゆえに、自分に刺激を与えてくれるもの（何らかの感情を引き起こすもの）を常に求めている。誤解を恐れず言えば、いじめすらそうした刺激の一つである。結果、彼らの自我は、刺激してくれる人や物に依存した、偶発的で、きわめて不安定で脆弱なものとなる。かつ、彼らは「本当の自分」への期待値が高いため、現状の自分に満足することは、己のプライドが許さない。よって自己肯定感はより薄くなり、「本当の私はこんなものじゃない」、「私だけにできることがあるはずなのに」、「周りはわかってくれない」と苦しむことになる。もし、ここで「あるがままでいいんだよ」という言葉に、完全な救いを見出すことができれば幸せである。けれどたいていの場合、高すぎるプライドが特別扱いを要求するため、その言葉をそのままうけいれることはできない。かくして「あるがままでいる私の内に、秀でたところも素敵どころもあるはず」と読み替えられてしまうのである。

ところで、「自分の気持ち至上主義者」の求める「本当の自分」とは何であるか。ここで自分とは、他人とは違う個性の持ち主のことだ。外界と関わる自分の、その内側にある純粋な個性こそが「本当」ということになる。急いで注意しなければならないのが、「純粋」の意味である。カントが言う「純粋」は、自らの感覚や経験が一切混じっていないことを指すが、「自分の気持ち至上主義者」の言う「純粋」はむしろ真逆で、その場の自分の気持ちが100%であることを意味する。自分を囲いこみ、内なる個性の純度を高めることで、「本当の自分」を見出そうとするのである。

サンデルの授業について檜垣先生が、「筑波の学生さんは、こういう風に当たり前の意見を言わないで、あえて奇抜なことを言おうとするよね」と話していたこと。また、「人に、よく変わっていると言われます」と自己紹介する若者たち。どちらも身に覚えがある私としては、これらも「本当の自分」思考に根ざしている気がしてしまう。つまり、「本当の（純

粹な)自分は、『普通(他の人)』と違うはずなのだから、変わっていると演出しなければいけない」という考えが見え隠れしているようなのだ。この発想は、視点がとても内向きで、誰もが違うことを感じ考えているはずだ、というところにまで思いがいたらない。

また、同じく檜垣先生が、哲学通論で「最近の学生さんは、好きな本や音楽はそれぞれ違っていても、一皮むくと同じような気がしてしまう」と、(私も含めた)リアクションペーパーに対してコメントしていた。先生がそう感じた理由も上記のようなものではないか。つまり、特別な自分を演出しようと、本や音楽などは他者と違うものを好もうとする。とはいえ、そうした違いなどたかが知れているうえに、たいていマスコミに踊らされている。そして肝心の、「本当の自分」あるいは個性だが、内側に閉じこもり他者と関わらないことでそれを確保してきたので、自分の個性のどこがどのように他者と違うのか、わかるはずがない。内側に抱えているだけではみんな似たようなもので、他者との差異は、表現と反応によりあらわになるということだ。

2. 「自分の気持ち至上主義者」の行き詰まり

上で確認したように、感情とは引き起こされるものなので、自分の気持ちを他者と切り離すことはできない。しかも、他者との比較で「特別」な個性を確認したいため、弱すぎる自我は、自らを支える人間関係を必要とする。しかし同時に、異質な他者は、自分の純粋さを阻害するものでしかない。この矛盾を解消するコミュニケーション法の一つが、「キャラ付け」である。これは、異質な他者へのいわばラベル貼りで、そうすることで、異質なものと対面する負荷を下げるができる。それでも対応できなくなれば、いわば相手を異物とみなし関係を絶ってしまえばよい。それが、「自分は自分他人は他人」の行き着くところである。つまり、自分で退路をたっているのだ。

さらにキャラ付けは、自らをより追い込むものである。空気を正しく読み、自分のキャラに合った言動を常にしなくてはならないなら、自然、外キャラは演技となり、内なる純粋な自分、すなわち「本当の自分」に救いを求めるしかない。そしてますます思いと言葉は一致しなくなっていく。まさしく悪循環である。

しかも、「本当の自分」は救いになりえない。それを求めようとする限り、高すぎるプライドが自分のみを特別とするため、他者に価値を見出せない。そうした低価値な他者による承認では、自己肯定感も薄い。また、現状の自分に納得がいかず、自尊心も育たない。

3. 唯一の解決策である対話とその実践を阻むもの

こうした「自分の気持ち至上主義者」の行き詰まりの唯一の解決策が対話である。対話により、自分の内容や個性だと思っていたものやキャラが否定されても、居場所がまだあると知ることができる。「こういうキャラだから」「こういうことが言えるから」居場所があるのではないという、無条件の自己肯定感を得るには、やはり対話しかないだろう。また対話を通して表現と反応が繰り返され、他者との差異も見えてくる。それはかつて渴望していた個性ではないが、自分にとって大切なものであることにはかわりはない。

ただ、「自分の気持ち至上主義者」は考える。対話における「相手が思っていることなん

て聞かなければわからない」や「自分の思っていることがどう思われるかなんて、言ってみなければわからない」のような、ある意味気楽な態度は、相手の気持ちに無神経であり、相手の言葉をつぶすものとならないか。「言わない・言えないあなたが悪い。それは同意である」が基本姿勢でも、「言わない・言えないあなた」の切捨てにならないように気をつけねばならないだろうと思う。

この煮え切らなさは、別の箇所にも現れている。「心の中でただ思っているだけというのは卑怯である」とまで言っておきながら、「私をさえぎってくれると信じて話を進めますね」という前置きを用意しているのだ。本当に卑怯だと思っているのなら、周りの人を信じてとっととズバツと話し始めればいいのに、それができない。なぜなのだろうか。

おそらく私は、「人を傷つけない、傷つきたくない」と、どうしようもなく願ってしまうのだ。そして対話は、人を(自分も含め)、確実に傷つけるものであると思っている。しかし同時に、何が人を傷つけるかは、対話をして相手に確かめてみないとわからない、とも知っている。けれど確かめることで、相手を傷つけ自分も傷つくことが嫌なのだ。この葛藤とどう向き合えばいいのか。それとも結局、「自分の気持ち至上主義者」には、対話はできないのだろうか。

4. 「自分の気持ち至上主義者」のジレンマ解決

自尊心を獲得できないようなコミュニケーションをとることで、「自分の気持ち至上主義者」は行き詰まっていた。しかし、「とにかく傷つくのは嫌だ」と主張するくらいに自分のことを愛しくかわいく思えるのなら、それはもうある意味自尊心ではないか。対話で獲得されるような自尊心とは違い、ひどく薄っぺらなものではあるが、一応自尊心と言えないこともないだろう。「自分の気持ち至上主義者」はこれでは満足できないのだろうか。なぜ彼らを救う唯一の方法が対話なのだろうか。

ここでもう一度、「自分の気持ち至上主義者」の特徴をおさえておきたい。彼らは、キャラとしてならともかく、独我論者にはなりえなかった。独我論者の基本は自己完結であるが、「自分の気持ち至上主義者」は、自分で「充足している」と感じられることはもちろんとして、客観的にもそう思われたいし、そのことを確かめずにはいられないのだ。ここから見えるのは、やはり弱さである。プライドや自意識は肥大化しているのに、それを抱えられるだけの力がないのだ。また、「自分の気持ち至上主義者」は、原理上、自分の気持ちを触発してかつ、その場の空気をともに作り上げる他者がどうしても必要である。

ならば、脆弱な自我にプライドを抱えられるだけの体力を与え、他者の承認が価値あるものであると思えるような営み、すなわち対話が、やはり「自分の気持ち至上主義者」の行き詰まり解決のための、唯一の道である。

では、どのようにしてジレンマを解決していけばいいのか。まず、「自分の気持ち至上主義者」が対話をしようとするときに、一番のネックとなっている言葉「無神経」が、対話側には存在しないということをおさえるべきだろう。対話という違う営みを試みるのだから、「傷つくか・傷つかないか」という「自分の気持ち至上主義者」側のものさしをもちこん

ではない。どこかで思い切らなければいけないだろう。次に、「(傷つけない・傷つかないために) 空気を読まなければならない」という根本命題が、単なる「自分の気持ち至上主義者」の前提に過ぎないと知り、しかもその前提が、対話においては、「気持ちは回復できるもの」なので、合意される前提ではないと知ることである。そして最後に、自分の感じ方に基づいた前提が合意されなくとも、それは自分が空っぽになるわけではないと理解することだ。自分の前提が合意されないということは、当然相手の前提も自分のものと違うということである。そこで、新たな前提を、対話を通して作ってあげればいいのだ。納得できるそれを作れたことは、自我が、プライドを支えられるほどの体力持つために役立つ、安心感を伴った自己肯定感へとつながるだろう。

参考

土井隆義

『友だち地獄―「空気を読む」世代のサバイバル』(ちくま新書)

『キャラ化する／される子どもたち―排除型社会における新たな人間像』(岩波ブックレット)