

暗闇への探究

—そこで失われるものともたらされるもの—

竹 中 菜 苗

1. はじめに

暗闇とは太古の昔から存在するものであり、火を用いることによって人類に文明がもたらされたという事実からも明らかなように、私たちの生活は暗闇を照らし出すことによって発展してきた。そして今や夜になっても至るところで煌々と明かりが灯され、暗闇は姿を消すばかりである。特に都会に住むものにとって、現実存在する暗闇はもはや馴染みのないものになってしまった。

Freud (1919) は、「孤独・静寂・暗黒」などから受ける無気味な印象とは、単純に「知的不確かさ」に起因するのではなく、「空想と現実とのあいだの限界が消し去られる時」に生じるのであり、「無気味なもの」とは「心的生活にとって昔から親しい何ものであるかであって、ただ抑圧の過程によって疎遠にされたもの」と述べている。また河合 (1976) は、「ものを見ることができない」暗闇の中で、「人は自分の全存在がおびやかされているのを感じる」と述べるが、これをFreudの指摘と合わせて考えたとき、何も見えないという暗闇の特徴は、単に外界の知的把握を困難にするということの意味するわけではないことが考えられるだろう。

私たちは普段から外界に存在するものを客観的に知覚可能な範囲だけで見ているとは言い難く、そこに主観的な意味を付加して把握している。たとえば一枚の絵（図版）をもとに物語を作ることによって、その人の人格特徴を明らかにしようとするTAT検査には、まったく白紙の図版が存在する（図版16）。被検者は白紙の図版を前に物語を作成することが求められるのだが、何も思い浮かべることができないなどということは「問題視されてよい」反応（鈴木, 1997）であり、白紙を前にしても人はそれなりに何かを思い浮かべ、物語を作成する。これはインクの染みという曖昧な刺激に対する反応から、被検者の人格像を描こうとするロールシャッハ・テストについても言えることである。曖昧な形をした図形に対しても私たちはそこに何らかの形や意味を見つけ出すことができる。これらのことから、暗闇という客観的には「何も見えない」状況においても、私たちはそこに何かを見出そうとするのではないかと考えられる。では、私たちは暗闇の中に何を見ようとし、そこでどのような体験をするのだろうか。

ここでまずは、暗闇が現実生活から姿を消す一方で、さまざまなイメージを託されるメタファーとして、今でも確かに息づいているということに着目しておきたい。「暗闇」あるいは「暗黒」「黒」という言葉を用いた表現は多く、例えば深く悩んでいる状態を「まるで暗闇にいるようだ」とか「暗中模索」と表現することがあるし、善悪の区別を「白と黒」として、「黒」に悪の意味を込めて用いることもある。あるいは、隠された部分を示すときに「闇」「暗黒」という言葉を用いることも多い。また「暗闇」というメタファーは、意識という明るく照らし出されたものからは隠された無意識を扱う心理療法の場面にも馴染みやすい。筆者自身、セラピストとしてクラ

イベントと向かい合っていないながらも、どうしてもその人が見えないと感じたり、心の奥に広がる暗闇を垣間見てしまうように感じたりすることがしばしばある。そこで、暗闇における体験について考えることは、心理療法を考える際に何らかの意味を持つということも予想される。

本研究は、暗闇の中で私たちはどのようなことを体験するのか、そこに何を見ているのかという観点から、暗闇について考察することを目的とする。その際には、先に指摘したような暗闇と心理療法との類似性から、暗闇における体験について考えることによって心理療法場面についても何らかの考察が得られるのではないかとすることを視野に入れつつ、検討を進めたい。

II. 暗闇での体験—暗闇体験に関する調査から

1. 予備調査

(1) 問題

先にも述べたように、暗闇は非常にイメージ豊かに用いられるメタファーでもあり、私たちはそれを現実の状況としても、イメージの世界においても体験することができると言える。原田(1998)によると、イメージの中での暗闇体験は、“暗闇における不安”“暗闇に潜むものへの恐怖”“暗闇による癒し”“未知の暗闇に対する好奇心”という4つに分類できるとされる。一方、実際に体験される暗闇については、1950～60年代に多く行われた感覚遮断の実験を除けば、あまり研究は行われていない。感覚遮断の実験では、視覚のみならず聴覚・触覚などの感覚もすべて遮断されるので、暗闇という状況とは若干質が異なると考えられよう。ここにおいて、実際の暗闇の中で人はどのような体験をするのだろうかという疑問が浮かぶ。そこでまずは予備調査として、イメージと実際という2つの条件での暗闇体験について、感想を集めることを試みた。なお、実際の暗闇体験については、光が完全に遮断される4畳程度の部屋を用意し、そこに被験者が1人で20分間入室するという形を取った。ここで20分と設定したのは、長時間になり過ぎた場合の被験者の心理的負担への考慮から、あらかじめ数名の被験者を対象に暗闇体験をしてもらったところ、20分程度であれば心理的負担が大きくなり過ぎないことが推察されたためである。ただし、この体験には非常に大きく個人差が反映されるということも同時に見て取られており、個別に調査状況を調整する柔軟性が必要であることも念頭に置いた。

(2) 方法

実施期間：2001年7月

被験者：大学生22名(男子 12名, 女子 10名; 年齢19～28歳, 平均年齢21.8歳)

手続き：「暗闇」のイメージについて自由記述で回答。その後、上述した暗室に20分間入室し、そのときの体験についての感想を再び自由記述で回答してもらった。

(3) 結果

集められた暗闇イメージと実際の暗闇体験の感想を「身体・時間感覚」「感情」「思考」「暗闇についての描写・比喩」という4つのカテゴリーと、それぞれについて①安定の方向性を持つもの、②不安定さを背景にしているもの、③その他という3つに分類し、表1として示した。

暗闇イメージに関する記述では、恐怖感や孤独感、非日常的な状況など、私たちの安定を打ち破るようなものを思い浮かべたものが多かった。また「暗闇についての描写・比喩」に分類されるものが多かったことも特徴的であり、暗闇という言葉がメタファーとしてイメージ豊かに用い

表 1 暗 闇 イメージ (I) と 実 際 の 暗 闇 体 験 (A) の 感 想

		安定	不安定	その他
身体・時間感覚	I	眠っているようだ	寒い 吸い込まれてしまいそう 長時間は耐えられない 距離感の喪失	視覚以外が敏感になる
	A	寝る前のような気分になる	息苦しくなる 平衡感覚がなくなる	身体を動かしてみる 聴覚が鋭くなる <u>無理に見ようとするので目が疲れる</u> 時間の経過が早い・遅い
感情	I	自分を取り繕わなくていい 本当の姿がわかる場所 包み込まれる	孤独・背後が怖い・焦る 何かが潜んでいそうで怖い 本能的恐怖・絶望 追い詰められる 目的を失ってしまう	これを超えると大きくなれる
	A	意外に落ち着く 冷静だった 悩みなどを忘れていた 2人より1人で良かった	孤独・苦痛・背後が気になる 悲しいことを思い出した 怖いことを思い浮かべる 夢も希望もなくなりそう 光が欲しくなる	光が見えた
思考	I	精神統一が出来そう	思考の統制が取れない	
	A	日常的なことを考える 将来のことを考えた 何も考えなかった	思考がまとまらない 何もできない	頭の中で生きているような感じ 部屋の広さが気になる
暗闇についての描写・比喻	I		先が見えない感じ 出口がない 死・悪・裏・獣・拡散	夜・森・田舎・ <u>無（無音・無限）</u> 大きなもの・永遠 他者の不在・ <u>密度がある</u> 非日常的な世界
	A	宇宙のことを考えた 田舎の夜を思い出した	幽霊が出そうだと思った	宇宙のことを考えた 田舎の夜を思い出した <u>「無」ではない</u> 地下にいたい

注) 表中, 下線を引いたものは本文で取り上げたものに対応している。

られることが、ここにおいても実感された。一方、実際の暗闇体験では、入室中ずっと不安を感じていたと報告した者は2名のみであり、それ以外のものは、入室後すぐには不安を感じるが、慣れてくると徐々にそれが安心に変わると報告した。暗闇の中にいた間に考えたことも、「楽しいことを考えた」「悩んでいたことを忘れていた」などという記述が多く、暗闇をイメージで体験した場合とは方向性の異なる感想が目立った。

(4) 考察

イメージの場合では不安を喚起するような体験が多く報告されたが、実際の暗闇体験では安心感を報告するものが目立ったことから、イメージによる暗闇と実際の暗闇とで、それらが被験者にもたらす体験は必ずしも一致しないということが見て取られた。むしろ同じ暗闇でも、イメージによった場合と実際の場合とでは、対極かのように見える体験が生起する可能性が示されたと言える。それでは、そのような違いは何に由来するのだろうか。

ここで、今回の感想の中から「暗闇についての描写・比喩」に分類した感想に着目したい。暗闇イメージでは、「無」あるいは「無限」「無音」ということが強調されたが、実際の暗闇体験ではそのような感想は聞かれなかった。このことから、イメージの中で暗闇は無限に広がりうるが、今回、実験状況として作られた暗闇は無限のものとしては体験されなかったということが推察される。いずれも暗闇であることには違いないが、どこまでも果てしなく続く暗闇と、ある特定の空間の中に存在する暗闇とでは、それが人にもたらすものは異なるものになるであろう。そこで、両者の違いをより詳細に検討することによって、暗闇における体験をさまざまな次元で捉えることが可能になるのではないだろうか。また、そのように性質の違うものとして体験されてはいても、そこには何か通底する暗闇の性質があるとも考えられるのではないだろうか。

さらに、暗闇イメージで聞かれた「密度がある」、実際の暗闇体験で聞かれた「「無」ではない」、「無理に見ようとするので目が疲れる」という感想からは、暗闇という客観的には何も見えない状況においても、私たちがそこに何かを見ようとしているということがうかがわれ、私たちが暗闇に何を見るのか、という先の問いが成立しうることを示している。

以上のことを踏まえて、次に本調査として、イメージと実際の暗闇体験を比較することによって、暗闇における体験をより明確に描写することを試みる。

2. 本調査

(1) 方法

実施期間：2001年11月上旬から下旬

被験者：イメージ群 大学生50名（男子23名，女子27名；年齢18－26歳，平均年齢21.3歳）

実際群 大学生43名（男子22名，女子21名；年齢18－28歳，平均年齢21.6歳）

手続き：予備調査で集められた被験者の「暗闇イメージ」、「暗闇体験」に関する自由記述、原田（1998）の暗闇体験尺度をもとにして、筆者が独自に40項目を選定し、暗闇体験に関する質問紙を作成した。回答は「あてはまらない」から「あてはまる」までを5段階で評定することとした。なお、これらの質問項目の呈示は、順序効果を防ぐために被験者間でカウンターバランスをとった。

- ・イメージ群 上記の質問紙冊子を配布し、回答後は設置してあった回収箱にて回収した。最初のページで自分が暗闇にいと想像してもらうよう教示し、その上で各項目

に回答してもらうこととした。

- ・**実際群** 20分間、予備調査と同様の暗室に一人で入室した後、その暗闇体験に関して、質問紙に回答を求めた。暗室入室の際には、退室後にその体験を踏まえて質問に回答してもらうということの他、暗室の外には常に調査者（筆者）が控えていること、20分が経過した時点で調査者が必ずドアを開けること、途中でしんどくなった場合にはいつでも退室が可能であることを説明しておいた。

(2) 結果

イメージ群と実際群でどのような種類の体験に違いが現れるのかを捉えるために、暗闇体験後に回答してもらった質問40項目について、各群の平均評定値のt検定を行った。その結果、40項目中22項目において有意な差（ $p < .05$ ）があった。それらを①イメージ群の方が実際群よりも有意に高い評定をした項目、②実際群の方がイメージ群よりも有意に高い評定をした項目、③両群の間に差が見られなかった項目に分類して表2に示す。

表2 イメージ群と実際群間の暗闇体験に関する質問紙のt検定結果

イメージ群＞実際群 (16項目)	暗闇に吸い込まれてしまいそうで怖い 視覚以外の感覚が鋭くなる 何かに触れていたいと思う 平衡感覚や方向感覚を失う 何の希望もなく絶望的だと感じる 何かが潜んでいそうで怖い 一人ぼっちでさびしいと感じる 邪悪なものがこもっていそうに思える 逃げ出したくなる 考えがネガティブな方向にすすんでゆく 暗闇がどこまでも広がっているように感じる 信頼できる人に一緒にいて欲しい	$p < .01$
	時間の経過を遅く感じる 光があれば救われるように思う 自分の存在があやふやに思える 時間が止まってしまったようだ	$p < .05$
実際群＞イメージ群 (6項目)	じつくりと何かを考えられそうに思う 一人になれてほっとする 落ち着く 精神統一が出来そう 日常的なことが思い浮かぶ	$p < .01$
	楽しいことを考える	$p < .05$
有意差なし (18項目)	身体を動かしてみようと思う ありのままの自分でいられるように思う 宇宙のことを思い浮かべる 息苦しくなる 何も存在していないようだ 自分の内面について考える どこか懐かしいような感じがする 時間に対する感覚がなくなる 優しく包み込まれているような感じ 何かで音をたててみたくなる 自分の身体の境界線がうまく把握できない 日常的な世界から遠ざかったように感じる 探究心が起こる わくわくする 思考の統制が取れず断片的になる 興味や好奇心が湧いてくる 静か 田舎のことを考える	

イメージ群 N = 50 実際群 N = 43

次に、有意差のあった項目について、暗闇の持つ諸側面を端的に説明しやすくするために、全被験者93名の回答を合わせて因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行った。その結果、3

因子が抽出され、それらの中から1つの因子に0.40以上の負荷を持ち、他のいずれの因子についても0.35以上の負荷を持たなかった19項目について、再び因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行った（表3）。その後、同様に因子負荷で項目を削除した結果、第一因子で幾つかの項目が新しく却下された以外はすべて安定した尺度構成となっていた。各尺度におけるCronbachの α 係数は、第一因子が0.84、第二因子も0.84、第三因子が0.75となり、いずれも信頼性に問題はないと考えられた。

表3 暗闇体験に関する質問項目（削除後19項目）因子分析結果

		F 1	F 2	F 3	共通性	α 係数
恐怖因子	暗闇に吸い込まれてしまいそうで怖い	0.7690	0.0990	-0.0838	0.6404	0.8367
	邪悪なものがこもっていそうに思える	0.7315	0.0774	-0.0631	0.5717	
	何の希望もなく絶望的だと感じる	0.6278	-0.1609	0.2258	0.4376	
	時間が止まってしまったようだ	0.5923	-0.1560	0.0308	0.2676	
	平衡感覚や方向感覚を失う	0.5192	0.1014	-0.0717	0.3127	
	考えがネガティブな方向にすすんでゆく	0.4912	0.0560	0.1917	0.4150	
	逃げ出したくなる	0.4583	0.2843	0.2641	0.7134	
他者希求	信頼できる人に一緒にいて欲しい	-0.1884	0.9391	0.0317	0.7082	0.8395
	何かに触れていたいと思う	-0.3107	0.8608	0.0490	0.5137	
	光があれば救われるように思う	0.1331	0.6518	0.0502	0.5952	
	一人ぼっちでさびしいと思う	0.1722	0.6370	0.0623	0.6287	
自己回復	じつくりと何かを考えられそうに思う	0.0827	0.0787	-0.9452	0.7738	0.7475
	精神統一が出来そう	0.0553	-0.0504	-0.7367	0.5405	
	一人になれてほっとする	-0.1794	-0.2144	-0.4291	0.4690	
	日常的なことが思い浮かぶ	-0.0547	-0.0347	-0.4017	0.2013	
残余項目	視覚以外の感覚が鋭くなる	0.2906	0.2780	-0.2797	0.1987	
	何かが潜んでいそうで怖い	0.5427	0.3526	-0.0249	0.6359	
	自分の存在があやふやに思える	0.6979	-0.3565	0.0390	0.3045	
	暗闇がどこまでも広がっているように感じる	0.3377	0.2349	-0.1803	0.2100	

第一因子は「暗闇に吸い込まれてしまいそうで怖い」「邪悪なものがこもっていそうに思える」「何の希望もなく絶望的だと感じる」「時間が止まってしまったようだ」「平衡感覚や方向感覚を失う」「考えがネガティブな方向にすすんでゆく」「逃げ出したくなる」という7項目から構成された。これらの項目は、暗闇に「悪」を読み取り、そこに何もかもが呑み込まれてしまうかのような恐怖を感じていると考えられたので、恐怖因子と名づけた。第二因子は「信頼できる人に一緒にいて欲しい」「何かに触れていたいと思う」「光があれば救われるように思う」「一人ぼっちでさびしいと思う」という4項目から構成され、これらの項目は、暗闇において強い孤独感を感じ、そこから逃れようと他者の存在を希求する態度を示していると考えられ、他者希求因子と名づけた。第三

因子は「じっくりと何かを考えられそうに思う」「精神統一が出来そう」「一人になれてほっとする」「日常的なことが思い浮かぶ」という4項目からなり、他者から解放され、一人の状態を味わっている様子がうかがわれたので、自己回復因子と名づけた。なお、恐怖因子および他者希求因子はいずれも実際群よりもイメージ群の方が高い評定をした項目から、自己回復因子はイメージ群よりも実際群の方が高い評定をした項目から構成されていた。

(3) 考察

①恐怖因子

恐怖因子に関して、予備調査でも同様の傾向が見られていたが、評定値としては実際群よりもイメージ群の方が優位に高い評定をした項目から構成されているものの、実際群においても最初の数分は極度の恐怖感に襲われたと報告するものが多かった。しかしそれは大部分の被験者において、後続した体験にかき消されて、質問紙には表れなかったと考えられる。そのことから、筆者には「恐怖」はイメージ群のみの特徴としては考えられないという印象がある。Freud (1919) は、無気味なものが私たちの中に存在している"アニミズム的な心理活動"を刺激すると述べているが、今回恐怖因子として抽出されたものも、暗闇に対する私たちの本能的な恐怖とでも言うべきものを表しているのではないだろうか。

②他者希求因子

これは、小此木 (1979) が"自分と他者との区別=境界を否認し、相手との一体・融合の心理体験を得たいと願う欲求"と呼んだものに相当すると考えられる。ここには暗闇という孤独な状況において、一人になり、他者と切り離された状態への不安から、他者を求めようとする姿勢がうかがわれる。無限に続くかのように感じられる暗闇では、イメージの中の「他者」の存在までが曖昧になり、あたかも「私」しか存在しないかのような体験が生じていると考えられる。また、この因子を構成する質問項目から、暗闇において求められている「他者」には「光」や「(触れていたい) 何か」というあらゆる対象が含まれていることがわかる。

③自己回復因子

「他者」の見えない状況において自己を回復するという、実際の暗闇の中で強く見られた体験は、小此木 (1979) の、青年には"孤独を求める心理"があり、それは"孤独になることによって、自分をとりもどしたり、孤独の中で自分の自律を守ったりすることができるから"という指摘からも納得されよう。ここにおいては、イメージ群の他者との融合を求める体験とは対照的に、自分と他者との間の境界を改めて確認することによって安心を覚えるという動きが存在している。このことは、私たちが普段、いかに「他者」に晒され、その中で「私」を曖昧に保っているのかということを示しているように思われる。暗闇の中で現実的な他者から離れることによって、改めて「私」を確認し、安心感を覚えるのであろう。ただしこのような体験に、今回の調査で用いた暗闇の性質は大きく関係していることが考えられる。そこで次に、イメージ群と実際群の体験の違いを生起させた要因として、今回の調査で用いた暗闇の特徴について検討を加える。

④イメージ群と実際群との違いの要因

「暗闇がどこまでも広がっているように感じる」という項目への平均評定値は、イメージ群の方が実際群よりも有意に高くなっていた ($p<.01$)。このことは、予備調査から考えられたように、イメージにおける暗闇が無限に広がりうるものとして体験され、今回の調査で用いた暗闇が有限

のものとして体験されたという捉え方が妥当であることを示唆している。それでは、有限のものとして暗闇が体験されるとは、どのようなことを意味するのだろうか。

イメージ群の他者を強く求める反応からは、暗闇の中での"空想と現実とのあいだの限界が消し去られる" (Freud, 1919) かのような体験がうかがわれたが、実際群の体験ではそこまでの反応は見られなかった。このとき、暗闇が身体という実体を伴って体験されたこと、部屋の広さや入室時間、暗室の外に控える調査者などによって暗闇体験の構造が明確にされていたことなどが、被験者を現実には繋ぎ止め、空想と現実との間の境界を守り、暗闇を有限のものとして体験させたと考えられる。

ここで心理療法における「枠」について言及しておきたい。心理療法場面では、クライアントやセラピスト、ひいては面接の場全体を"「守る」という意味と「縛る」という両方の意味" (馬場, 1999) を持つものとして、「枠」ということが重視される。それは面接の日時や場所・料金という外的なものを含めた、セラピストやクライアントとの関係性の中で構造化される。このことを今回の実際群の体験に照らし合わせると、実際群においては「枠」に守られた有限の暗闇が体験されていたとすることができるのではないだろうか。部屋の広さや入室時間、被験者自身の身体や調査者の存在などさまざまなものが重なって、暗闇の中に自身を取り巻く「枠」として機能し、そこで実際群は、自分自身を解放し、安心感を体験することができたと考えられる。

⑤イメージ群と実際群に共通する暗闇の特徴

それでは最後に、イメージによる暗闇体験と実際の暗闇体験との共通性について述べて、次章につなげることにしよう。イメージによる暗闇体験では、一人であることを回避し、他者を希求する動きが強く見られ、実際の暗闇体験では、逆に一人であることによって自己を回復する動きが強く見られた。これらのいずれにも共通する暗闇の特徴として、暗闇は「私」という存在に目を向けさせるものであるということ、そこにおいては「他者」の存在が重要になってくることが挙げられる。そこで次章では、暗闇の中で体験される「私」と「他者」ということについて検討し、暗闇に私たちは何を見ているのかということについての考察を行う。

Ⅲ. 暗闇に何を「見る」のか

Freud (1905) は幼児の暗闇恐怖を、闇の中で愛する人が視界から消えてしまうことに起因し、"愛する人の手を握ることができれば"暗闇の中でも安心することができると捉えている。幼児にとって、母親が「見えない」ということは母親が「存在しない」ということを意味し、それは、あたかも「私」が消失してしまうかのようなこととして体験されることが考えられる。

このように「他者」との関係性の中で「私」を定位するということは、幼児にのみ当てはまることではない。木村 (1983) は、"他者が自己ならざるものとして出現してこないかぎり、自己はそれ自身を「自己」として限定することができない。しかし一方、この他者も、自己が自己として限定されないかぎり、自己にとって「他なるもの」として限定されることはありえない"と述べる。「私」という存在と「他者」という存在とは、決して切り離すことのできない「図と地」のような関係にあり、主体が「私」という存在に確信を持てるとき、その背景には「他者」の存在があると言える。先の調査から、暗闇が視覚的に捉えられる他者のみならず、イメージの中に存在する「他者」の存在まで奪い去ることが考えられた。つまり、私たちは暗闇の中に

「他者」を見ようとし、そこに「他者」の不在を「見る」のであり、このことは同時に、私たちが暗闇に「私」を見ようとし、そこに「私」の不在を「見る」ということだと言える。

それでは「他者」あるいは「私」の不在を「見る」とは、何を意味するのか。暗闇の中に「他者」を、そして「私」を見出せないと気づいたとき、それでもなお、主体はそこに何を見るのか。このとき、主体はただ、暗闇を「見る」と言うことができるのではないだろうか。「他者」を探そうと試み、失敗し、「私」という存在への確信が揺らいだ主体の前に、何との相対性にも依存しない暗闇が絶対的な力を持って立ち現れる。予備調査において、暗闇は「無」ではない、「密度がある」ものとして体験された。ただ「ある」暗闇はあまりにも絶対的であり、不確かな「私」は圧倒され、まるでそこに呑み込まれるかのように感じる。そのことが、主体にとって、耐え難い恐怖として体験されるのではないだろうか。

このように考えたとき、先の調査の中で実際群が体験した暗闇における「枠」の重要性が痛感される。無限に広がる暗闇の中、「枠」の存在が主体にもたらす安心感は計り知れない。それは主体にとって「他者」として機能し、それによって、主体は「私」を暗闇に溶け出させずに保つことが可能になる。イメージ群と実際群の体験の比較から、そのような「枠」を自分自身のうちに見つけるためには現実的な他者や外的構造の存在が大きな役割を果たすということが見て取られるが、調査において少数ではありながらも実際の暗闇で恐怖を持続させたものがいたということから、ここで「枠」という言葉が示しているものが、あくまで主体に内的に体験される「枠」を意味していることは明らかである。自分自身の中に暗闇を区切る「枠」を見つけられるとき、暗闇は主体を回復させるものとして体験される可能性に開けると言える。

IV. 暗闇と心理療法—あるクライアントが描いた「暗闇」の検討

暗闇においては「私」が消失してしまうかのような不安が体験されること、そこでは「枠」が非常に重要な役割を果たすということが考えられたが、ここにおいて、暗闇と心理療法場面との類似に改めて気づかされる。そこで本章では、ここまでで得られた暗闇における体験に関する知見をもとに、筆者がセラピストとして出会った、ある思春期女子（以下Aと表記する）との面接（1/1W, 50分）を取り上げ、心理療法場面について論を進めたい。以下で具体的に述べることになるが、本事例では面接過程の中で、Aが筆者に「暗闇」を描いて見せてくれるという非常に印象深い出来事が生じる。本研究では事例の全体的な流れについてではなく、その意味についての検討を中心にするため、プライバシーへの配慮から、事例に纏わる具体的な事柄は極力省略して記述することを了承されたい。

(1) 事例の経過—「暗闇」を描くまで

最初、Aはむっつりと黙っていることが多く、筆者が話しかけても頷いたり首を振ったりするという程度しかコミュニケーションを取ろうとはしなかった。しかししばらくすると次第に打ち解けた態度を示すようになり、笑顔も交えていろいろと話をしてくるようになった。その中では怖い話やホラー映画、霊のことなどを自分自身も怖そうにしながら話すということが目立ち、筆者はAの背後に、Aが囚われている暗い世界の存在を感じるが多かった。

Aと出会って3ヶ月が過ぎようとした頃、Aが「この前怖い夢を見た。すごいやつ!」と、その夢を語った。その夢は、ホラー映画に出てくる無気味な女の子の幽霊が3人横に並んで、み

んながじっとAの方を見つめている、というものであった。「確か奥のほうに井戸みたいなのがあって、その前に3人が並んでた」と、思い出すだけでも恐ろしいという表情を浮かべながらも、画用紙にその情景を描いて筆者に見せてくれた。顔が長い髪の毛で覆われ、だらりと腕を前に垂らした女性が3人、等間隔に並んで描かれる。しかしどこかコミカルなタッチになってしまい、Aも「なんかキャラクターみたいになった」と少し物足りなさげに言う。

その翌週、再びその夢について話しながら、同じ幽霊の絵を描く。前回よりも迫力が増している。筆者が「こわいー」と顔をしかめると、Aが「怖い？そんならこうすればいい」と、顔を覆った長い髪の毛の左に少し曲線を加える。するとそれが顔の輪郭のように見え、無気味に顔を覆っていたはずの髪の毛が、単に長い後ろ髪に一転する。その突然の変化に筆者が思わず声を上げて笑うと、つられてAも一緒に笑い、そこに2人でさらに羽や口を描き加え、笑顔の天使の後ろ姿にする。その絵が完成した後、唐突にAが「暗闇描いたげよっか？」と言い、画用紙に「暗闇」を描き始めた。真ん中に黄色のマジックで女の子の後ろ姿を描き、その周囲を黒のマジックで猛烈な勢いで塗りつぶしてゆく。インクがところどころでかすれるが、そのたびにマジックを握り替え、インクが出るようにする。黒い線はときに少女の後ろ姿をかすめる。筆者がその勢いにただ圧倒されて見守っていると、やがて塗りつぶすのを止め、「もうこれでいいや、はい、暗闇」と言って、無造作にその絵を筆者に渡した。筆者には、その絵がまさに今、Aが一人で暗闇の中をさ迷い歩いているということを語っているように思われた。

(2)「暗闇」の中でAは何を体験しているのか

ここではAが語ってくれた「怖い夢」をもとに、暗闇におけるAの体験について検討を加えたい。この夢の中で、3人の幽霊の背後にある「井戸」は非常に印象深い。山（2000）は「井戸」の象徴性について、それを“下界への入り口”とし、日常的な世界の背後に広がる「異界」へ通じる接点であると捉えている。Aは今、暗闇の中をさ迷い歩きながら、異界へ通じる扉にたどり着いた。しかしその前には3人もの無気味な幽霊が立ち塞がり、容易にはAを先へと進ませない。「異界」には“創造”と“破壊”の可能性がある、それと関わるということが“つねに死が隣合せであり、命懸けの仕事である”（山、2000）ということを考えてとき、ここでAが無気味な幽霊に遭遇するということももっともだと言えよう。異界へと進み、新たなものを創造するためには、この無気味な幽霊を乗り越えなくてはならない。

しかしその翌週、早くもAは無気味な幽霊を笑顔の天使に変化させる術を身につけている。しかもそれがたった一本の描線でなされたことに、筆者はAに対する畏敬の念のようなものを覚えずにはいられなかった。無気味な幽霊は、たった一本の線で美しい天使に変わる。幽霊の中にも天使の要素があり、天使の中にも幽霊の要素がある。両者は対極に位置するもののようでありながら、実際は一つのものに含まれている。このことは「幽霊と天使」を「暗闇と光」に置き換えても言えるであろう。暗闇の中にも光が存在し、その逆もまた然りであるということが、まさに今、暗闇を歩くAによって教えられたように感じた。

(3) 暗闇における「見る」―「見られる」関係性

夢に現れた「幽霊」は、Aにとって自分を見つめる「他者」として体験されており、Aは幽霊の視線に怯えるものとして、かろうじて「私」の存在を確認していると考えられる。ここで「かろうじて」と述べるのは、この夢では、Aはむしろ「見られる」側におり、「見る」主体として

のAの弱さが感じられるためである。その夢の情景がコミカルにしか描けなかったことは、それが直視するにはあまりにも恐ろしいものであったということを示しているのではないだろうか。先にも検討したように、暗闇の中にまさに暗闇を「見る」とき、主体は「私」の危機に晒されることになる。そのことを考えれば、Aが暗闇の中に、たとえそれが幽霊という恐ろしいものであっても、暗闇ではないものを「見る」ということがいかに重要であるかが推察される。

翌週、Aはその幽霊をなんとしても見ようとするかのように、再びそれを描こうと試み、前回よりも迫力の増した幽霊を描く。そしてその後、筆者を圧倒するような勢いで、「暗闇」とそこを歩くA自身かと思われるような少女の絵が描き出される。ここにおいて、Aは幽霊を「見る」こと、そしてその自分を後ろから支えるかのようにさらに「見る」ことに成功する。Aは暗闇の中に、ただある絶対的な暗闇を「見る」のではなく、また、ただ一方的に「見られる」のでもなく、そこに「見る」－「見られる」という関係性を築く。

以上のことから、暗闇においては「見る」－「見られる」という関係性が非常に重要な役割を果たすことが見て取られる。「他者」との相対性の中で定位される「私」にとって、「見る」－「見られる」という関係性は必要不可欠なものだと考えられるのではないだろうか。私たちがそこにただある暗闇を「見る」とき、その視線は暗闇に紛れ込み、返って来ない。ここでは「見られる」という体験が不足することによって、「見られる」べき「私」が暗闇に呑み込まれてしまうかのように感じられるのであろう。つまり「私」と「他者」との間には「見る」－「見られる」という関係性が均衡を保って体験されていることが必要であり、暗闇においてはその関係性の均衡が崩れ去ると考えられる。しかし暗闇から目を背けることなく、むしろ目を凝らして暗闇を見つめ、そこに「見る」－「見られる」という関係性を持ち込んだAの姿は、暗闇の中にも私たちは何らかの「他者」を見出し、「私」という存在を再び獲得する可能性が存在していることを示しているように思われる。

(4) 暗闇と心理療法－セラピストに求められること

それでは、これら一連の流れの中で、筆者の存在はどのような役割を担っていたのだろうか。Aが幽霊や暗闇を描くとき、筆者は時には感動し、時には圧倒されながら、ただその隣でAを見つめ続けた。筆者は、Aがこれらの絵を筆者に「見られる」中で描き、完成した絵を筆者とともに「見る」ことによって、Aの暗闇における「見る」－「見られる」という関係性はさらに安定したものとなったのではないかと考えている。筆者に見られながら、画用紙という枠の中に暗闇を歩く自分の姿を描いたことは、Aが筆者を巻き込みながら、暗闇の中に自ら「枠」を作り出そうとしていることを表しているように思われる。このようなAの行為は、今がまだ井戸を降りる時期ではなく、そのための準備として「枠」を頑丈にすることが必要であることを語っているようにも思われた。

悩みを抱えて心理療法場面に訪れるクライアントは、「まるで暗闇にいるよう」な体験をしており、そこでは「他者」との間の「見る」－「見られる」という関係性が容易には成立しないことによって、「私」という存在への確信が揺らいでいる状態だと考えることができる。この事例では、そのように暗闇を歩くクライアントに対して、セラピストには一体何ができるのかということへの一つの答えが示されているように思う。無限に広がる暗闇の中に「枠」を作り出すこと、「私」を在らしめる「他者」の存在をクライアントに体験させること。もちろんそれはセラピス

トが構造的な枠を明確にし、それを固持したからといって可能になることではなく、あくまでも主体が自らのうちに見つけ、体験する「枠」でなくては意味がない。そしてそれは、暗闇の中、必死に目を凝らすクライアントの視線をセラピストが掬い取り、受け止め、見つめ返すという動きを繰り返す中で、おのずから醸成されてゆくのではないだろうか。セラピストには、クライアントのうちに広がる暗闇の中に、クライアントとともに「見る」－「見られる」という関係性による「枠」を作り出し、それを守ることが求められているように思われる。

V. おわりに

暗闇における体験を検討し、心理療法場面におけるセラピストの役割にまで論を進めてきたが、最後に今一度、本研究の原点に立ち返り、暗闇の意味について述べ、まとめとしたい。

暗闇において、主体は「私」という存在への確信が揺らぐという、言わばこれまでの「私」の象徴的な「死」を体験すると言える。しかし先に検討した事例において、Aは決して「私」を「死」に至らしめる暗闇から逃げようとせず（あるいは逃れられず）、確かなまなざしを持ってそこをさらに進もうとしているように見えた。そのようなAの姿は、Aが暗闇を進んだ先にあるものが「死」だけではなく、「再生」の可能性をも秘めていることを知っているのではないかと思わせる。暗闇の中には「死」のみならず、「再生」への可能性が内包されている。それならば、大切なのは暗闇を駆逐し、光によってすべてを照らし出すことではない。大切なのは暗闇の中に分け入り、その中に光を見出すことである。

文献

- 馬場禮子(1999)：精神分析的な心理療法の実践－クライアントに出会う前に 岩崎学術出版社
- Freud, S. (1919)：Das Unheimliche (井村恒郎・小此木啓吾・懸田克躬・高橋義孝・土井健朗訳 (1969)：無気味なもの フロイト著作集3所収 人文書院)
- Freud, S. (1905)：Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie (中山元 編訳 (1997)：性欲論三篇 第三篇 思春期における変化 エロス論集所収 筑摩書房)
- 原田(慶澤)華(1998)：暗闇体験についての心理学的考察－暗闇に潜む物語 京都大学大学院教育学研究科臨床教育学専攻修士論文
- 河合隼雄(1976)：影の現象学 思索社
- 木村敏(1983)：自己と他者 (「分裂病と他者」(1990) 弘文堂 所収)
- 小此木啓吾(1979)：青年期の孤独 青年心理vol.17 pp.16-28
- 鈴木睦夫(1997)：TATの世界－物語分析の実際 誠信書房
- 山愛美(2000)：内的世界における「異界」との関わりについて 箱庭療法学研究vol.13 no.1 pp.13-

Searching for Darkness: What Is Lost and Brought There

TAKENAKA Nanae

This study attempts to comprehend darkness from the viewpoint of what is seen and experienced there. From the investigation, it is found that the existence of 'others' is a main cause of anxiety that we feel in the darkness. Namely, in the infinite darkness, we often fail to see the 'others', and this lack causes us to feel as if the existence of 'I' is being lost, as it lives within the relativity to the 'others'. On the other hand, it was observed that, when a 'frame' is brought in the darkness, our experience within it has the function to recover the 'I', which is excessively exposed by 'others' in daily life. Considering these, I examined my real case on the assumption that the experience in the darkness in some senses overlaps with what the client was actually facing. The result is that, between 'I' and 'others', there exists relations of 'see' and 'seen', and going through this with balance is very important for us. It seems that such experience helps one build a 'frame' in the darkness, which enables the person not to completely lose sight of 'I' there, and even leads to the possibility for the rebirth of 'I'.