

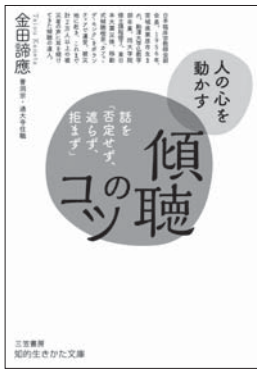
今月の1冊

『傾聴のコツ』

話を「否定せず、遮らず、拒まず」

金田諦應／著

三笠書房 二〇一八年 七四八円（税込）



「聞く・聴く・訊くはみんな効く」などと戯言のように話すことがありますが、「聴く」は別格です。「聴き方がなっていない」と叱られ続けた青年期。「夢違観音と百済観音。どちらの『聴く』姿勢にも心の中を空っぽにしたくなる」などとしたり顔して法隆寺の山門を後にした壮年期。懐かしく思い返しながら、今なお「聴く」の奥深さに迷うことしきりです。

傾聴を主題とする書籍は多数発行されています。しかし、本書のように著者がお坊さんというのには珍しいのではないのでしょうか。東日本大震災後、移動式傾聴喫茶「カフェ・デ・モンク」をボランティアで運営され、二万人以上の被災された方々の声に耳を傾け続けられている方です。

「モンク」とはお坊さんの意味です。店名は「お坊さんもあなたの『文句』を聴きながら一緒に『悶苦』します」という意味で名付けたそうです。被災地のあまりの惨状に「いまま

で学んできた教義や、宗教的な美しい言語はどこかに行ってしまった」と述懐します。ひたすら「聴く」姿勢を貫き通し、被災された方々と向き合っただけで済んだのです。

避難所の入り口に、「マスクミ進入禁止」と並んで「心理カウンセラーお断り」の張り紙があったとの報道に接したことがあります。「まるで同化できたかのように偽って、『わかるよ、わかるよ』といってもうまくいきません」と著者は述べます。筆者がさっきまで添削していた学生の論文にも「一番危険なのはわかった気になって中途半端に寄り添うこと」とありました。カウンセリングの「欺瞞性」に不信感を抱いた女子学生の言葉です。

「傾聴とは」などと問うと、「何を今さら」と冷笑されるかもしれません。「聴」のつくりには「十四の心」「真心」「十分目を使つて一心」等、諸説あるようですが、要は「しっかりと耳を傾けること」と教えられました。「相手の言葉にじっくり耳を傾け心の声を受け取る」。本書にもそうあります。しかし、ご住職を務められる著者の解説は一味も二味も違います。

「聞思修」。仏法の学びの順番を表す言葉だそうです。「まず聞（聴）く。そして自分の中でよく考えて（思）、そして考えたことを実行（修）に移しなさいという意味」と説明されます。「施無畏」とは「安心感を与える」ことで、傾聴の最後の段階といえます。このような「傾聴」活動に一貫して流れる「聴き手」の共感の姿勢。著者はこれを「慈悲」と呼び、こう結びます。「結局、『傾聴』の極意は『慈悲の心』です」。

神田外語大学客員教授 嶋崎政男