

「プレゼンス」の技法

—ハコミの「ラビング・プレゼンス」概念から—

小室 弘毅 関西大学*

The method of “presence” :
the examination of the concept “loving presence” in Hakomi

KOMURO Hiroki

I. はじめに

—「プレゼンス」をめぐる問題—

「プレゼンス」は心理療法における重要なテーマの1つとなっている¹⁾。その発端となったのが、カール・ロジャーズの晩年1980年の著作『人間尊重の心理学』である。そこでロジャーズは「変性意識状態 (altered states of consciousness)」という節を設けて、「プレゼンス」について論じている。興味深いことにロジャーズは、1986年、死の前年に公刊された論文の中でも、その箇所をほとんどそのまま再録している。そこではいわゆる「治療的人格変化の必要十分条件」として「純粋性、真実性、一致性」、「無条件の肯定的配慮」「共感的理解」を挙げた上で、「もうひとつの特徴」として、上記の引用箇所を載せている。その箇所は以下のようなものである。

グループのファシリテーターであろうとセラピストであろうと、私が最もよく機能しているとき、私はもう一つの特徴を備えていることを発見するのである。私自身の内

面の自己、直観的な自己に私が最も接近しているとき、あるいは自分の内面にある未知の領域に何かしら接触しているとき、あるいはまた、それはおそらくその関係のなかで軽い意識変容状態 (altered state of consciousness) にあるということであろうが、そういう状態のときには私が何をしようと、それがそのまま十分に治療的になっているように思われる。そんなときには、私がそこに存在している (presence) というだけで、クライアントにとって解放的であり、援助的になっているのである。どうすればこうした経験をすることができるのかはわからないが、リラックスして自分の超越的な核心 (transcendental core) に接近していられるとき、その関係のなかで私は奇妙で衝動的とも思えるような行動をとっているようである。そして、それについては私自身、合理的な説明がつけられないし、それは私の思考の過程とは関係がないのである。しかしこの奇妙な行動は不思議なことに、後になってから正しかったことがわかってくる。このような瞬間においては、私の内面の魂が相手の内面の魂にまで届き、それに触れているように思われる。私たちの関係がそれ自体を超越し、もっと大きな何かの一部になって

* 〒590-8515 大阪府堺市堺区香ヶ丘町1-11-1
関西大学人間健康学部 hkomuro@kansai-u.ac.jp

いくのである。そこには深い成長と癒しとエネルギーが存在するのである。

……私たちの体験は明らかに超越的で、記述不能な霊的なものを含んでいる。私自身、他の多くの人々と同様に、この神秘的で霊的な次元の重要性を軽視してきたことを認めざるを得ない（ロジャーズ、2001、pp.165-166）²⁾。

ここでロジャーズは、自身がセラピストとして最もよく機能しているときの状態を、「内面の自己、直観的な自己に私が最も接近している」、「内面にある未知の領域に何かしら接触している」、クライアントとの「関係のなかで軽い意識変容状態（altered state of consciousness）にある」と表現している。そしてそのようなときには、「そこに存在している（presence）」だけでクライアントに対して援助的になっているのだという。さらには、「私の内面の魂が相手の内面の魂にまで届き、それに触れているように思われ」、「私たちの関係がそれ自体を超越し、もっと大きな何かの一部になっていく」とまで述べている。ロジャーズ自身が述べるように、「プレゼンス」の問題は「神秘的で霊的な次元」の話として語られている。ロジャーズによるこの主張がなされた時、多くのロジャーズ派の臨床家たちは当惑し、あるいは拒絶したという。一方でソーン（1992）のように、これを「第四の条件」とする見方もあり、受け取られ方はさまざまである。ソーン以外にもメアーンズ（1994）、岡村（2004、2010）が「プレゼンス」の重要性について論じている。たとえば、岡村は、「プレゼンス」に「いま-ここに-いること」という訳語を当てて考察を加えている³⁾。

このような、ロジャーズ自身「どうすればこうした経験をすることができるのかはわからない」と述べるような「変性意識状態」の体験を、

どう理解したらいいだろうか。それが本論の課題である。

たとえば、フォーカシングを考案したジェンドリンは、「人とワークすることの本質は、生きている存在としてそこにいること（to be present）です」（ジェンドリン、1999a、p.28）と述べ、「プレゼンス」の重要性を主張している。また、「セラピーで、第一に重要なのは関係（その中にいる人）であり、第二が傾聴で、ようやく三番目にくるのがフォーカシングの教示なのである」（ジェンドリン、1999b、p.497）とも述べている。それを受けて池見は、「プレゼンス」とは「クライアントに感じられてくるべきものが感じられてくるような治療者の存在のあり方」（池見、2005、p.11）であると定義し、「フォーカシングやリフレクションなどの方法は心理療法の本質ではなく『共にいる』ためのひとつのあり方であると解釈できるだろう」（池見、1999、p.64）と述べている⁴⁾。

本論では、ハコミの「ラビング・プレゼンス」概念を検討することを通して、「プレゼンス」について考察していく。本論では、ハコミはロジャーズのいう「プレゼンス」の状態へと至るための技法⁵⁾を「マインドフルネス」と「ラビング・プレゼンス」と名付け、セラピーの中核に位置付けていると捉える。「マインドフルネス」とはハコミでは、「いまここ」という現在の体験に焦点を当て、「ゆっくりと心を静めて、注意を内側に向け、自分の中に起ってくることを、ただそのままに観察しようとする心の状態」のことである。「ラビング・プレゼンス」とは、「愛をもって他者とともにもいまここにいる」こととされる。本論では、特に後者の「ラビング・プレゼンス」に焦点を当て、それを「プレゼンス」に至るための技法と捉え、考察する。本論の構成は以下のものである。まず、ハコミの特徴と構造を明らかにし、クルツが「癒しの関係性」と呼ぶセラピストとクライアントとの

関係性に焦点を当てる。そのことによりハコミが二人称の心理療法⁶⁾であることを明らかにする。その上で、「ラビング・プレゼンス」を心理療法の技法としての側面とセラピストの人格的成長のための技法としての側面に分けて考察し、その機能を明らかにする。そして、「ラビング・プレゼンス」を支えているハコミの、「有機性」と「ユニティー」という原理と、「トラッキング」と「コンタクト」というテクニックについて検討し、「ラビング・プレゼンス」の全体像を明らかにする。そのことにより、「プレゼンス」は二人称の視点で理解する必要があることを明らかにし、そしてそれは、「神秘的で霊的な次元」ではなく、関係性の次元で、技法として語られうるものであることを明らかにする。

Ⅱ. ハコミの構造

(1) ハコミの特徴

ハコミは、アメリカ人のセラピスト、ロン・クルツにより開発された「心と身体の間接性を重視する体験指向の心理療法」（高野、2001、p.63）である。

クルツの来歴は以下のようなものである。大学時代物理学を専攻し、システム理論に傾倒。1960年代初めに大学院で実験心理学とロジャーズ派の心理学を学ぶ。そしてゲシュタルトセラピーを学び、セラピストとして開業するに至る。その後、バイオエネジェティクスをワークに取り入れ、ハコミの基礎を築いていった。一方で、学生時代からヨガを学び、タオイズム、仏教といった東洋思想にも関心を寄せていた。あわせて身体への関心も高く、マクロビオティック、センサー・アウェアネス、フェルデンクライス・メソッド、ロルフィン等々を学んでいる⁷⁾。上記のようなクルツの来歴から、ハコミには3つの背景があるとされる。1つは、ロジャーズ

派に始まり、ゲシュタルトセラピー、バイオエネジェティクスとつながる心理療法とヨガ、フェルデンクライス・メソッド、ロルフィン等のボディワーク。これがハコミを、目に見える形で構成している。もう1つはタオイズムを中心とした東洋思想。これがハコミを「無為（nondoing）」を理念とするプロセス志向のものにしている。また「ノンバイオレンス」という基本原理の1つもここから来ている。そして3つ目が、クルツが大学時代から関心を寄せている物理学、特にシステム理論である。つまりハコミとは、ボディワークに影響を受けた心理療法の技法を基盤にし、そこにタオイズムとシステム理論が思想的な背景となっている心理療法と言えるだろう。

ハコミの特徴は、セラピーの中でマインドフルネスという意識状態を利用するところにある⁸⁾。クルツ自身、ハコミのユニークさを「マインドフルネスをセラピーの道具として、ノンバイオレンスをセラピストの基本的な情緒的態度として、上手に組み合わせさせて使っていく点」（クルツ、1996、p.105）にあるとしている。クルツは、マインドフルネス導入以前のセッションで、身体の中のブロックを解放し、感情を意識にもたらずバイオエナジェティクスのテクニックを激しすぎると感じ、ハコミの基本原理の1つである「ノンバイオレンス」という概念に至る。ノンバイオレンスとはクルツによれば、クライアントに対して何かを引き起こそうとして、押し付けたり、プレッシャーを与えたりせず、辛抱強く待ち、自然の流れに任せ、必要なことが自発的に起こってくるのをサポートする姿勢のことである。そこから同じくハコミの基本原理の1つであるマインドフルネスと、「プローブ」⁹⁾や「テイクオーバー」¹⁰⁾と呼ばれる「小さな実験」をセッションに導入するようになっていった。これがハコミにおける大きな飛躍となったという。クルツはウィルバー

(1995)の理論を援用し、マインドフルネスの導入を単に新しいテクニックが付け加わるような平面的な発展ではなく、それ以上の立体的な飛躍であり、ハコミに深さを与えるものであったと述べている(クルツ、2005b、p.24)。マインドフルネスの状態で行うことで「体験を呼び起こし、呼び起こされた体験のコントロールをテイクオーバーすること」がハコミを「セラピーの新しいメソッド」としている特徴だとしている(クルツ、2005b、p.17)。

1990年代以降、ハコミはもう一つの立体的な飛躍をとげる。それが「ラビング・プレゼンス」である。「ラビング・プレゼンス」とは、セラピーのプロセスにおいて、クライアントが安心してマインドフルネスの状態に入っていけるような関係性を構築するために、セラピストが自身の意識状態を導く技法である。これ以降クルツは、従来のハコミを「オリジナル・ハコミ」と呼び、新たなものを「洗練されたハコミ(Refined Hakomi)」と呼んでいる¹¹⁾。オリジナル版と洗練版のそれぞれの特徴はクルツによれば、以下のようなものである(Kurtz、2008)。

オリジナル・ハコミ

1. 性格戦略
2. 身体(特に姿勢と構造)を読む
3. 実験
4. マインドフルネスの使用
5. ノンバイオレンス
6. トラッキングとコンタクト
7. プロープ
8. テイクオーバー
9. 感情的滋養物の提供
10. コンセプト: コア・ビリーフ、無意識、顕在意識と防衛

洗練されたハコミ

1. ラビング・プレゼンス
2. アシスタントの使用
3. 指標(Indicators)の探索と利用
4. 自己探求の援助として

- ワークを捉えることへの運用上の変更
5. 適応的無意識に合わせること
 6. 苛立たせること
 7. 流れについていくこと(following)
 8. 待つことによる沈黙の必要性の尊重
 9. タッチとなくさめ
 10. 追加されたアイデア: a 暗在的なビリーフ(信念) b 6つのスキルセット c 適応的無意識と手続き記憶 d プロセスを前に進める e 精神的・感情的な癒し f 物事を自然な流れに任せる g 癒しのプロセスを呼び起こす h 流れについていく i 統合への不可欠な要素としての心地よさ

これを見ると、「ラビング・プレゼンス」の導入の他にも、アシスタントの使用、「苛立たせること」や「タッチ」等新しい要素が加わると同時に、「性格戦略」と「身体を読む」ことは「指標の探索と利用」という形になり、また「流れについていくこと」や沈黙の必要性の強調など、もともとあった要素も洗練され、ハコミは常に変化しつづけてきたことがわかる。

(2) ハコミの構造

ハコミには「有機性: リビングシステム」、「マインドフルネス: 意識の通り道」、「ノンバイオレンス: 生命の尊厳」、「心と体の統合: ホリズム」、「ユニティー: 参画する宇宙」という5つの基本原理が存在する。その基本原理の上に、「癒しの関係性(healing relationship)」、「方法論(method)」、「テクニック」という3つのレベルが存在する。具体的な技術としてのプロープやテイクオーバーなどは「テクニック」と呼ばれ、セラピーのワークを構成する基本的要素の階層構造のなかの最も浅いレベルに位置づけられる。「テクニック」の次のレベルが「方法論」である。「方法論」はセラピー全体を秩序づける、「いつ、どのテクニックを使うかを教えてくれるさまざまなルール」(クルツ、2005b、p.98)

とされ、このレベルでは、いかに全体的視野に立って「テクニック」を使っていくかということが課題となる。そしてその次のレベルが「癒しの関係性」である。クルツは以下のように述べている。

方法論はセラピストとクライアントの関係をその基盤としているので、方法論の有効性はこの関係性によって左右されるのです。このレベルでは、セラピストの人格的成長 (emotional growth) が大きな要素となります。ここでは自己の全人格 (full ourselves)、人間性そのもの (human-beingness) を道具として使います (クルツ、1996、p.84)。

「癒しの関係性」のレベルにおいて、セラピストは自身の全人格、人間性そのものを道具として使うという。このレベルではセラピストの「プレゼンス」が問われるのである。そして、最も基底のレベルに5つの基本原理が位置づき、この原理は「癒しの関係性」を構築するために必要なものとされる。つまり、ハコミでは最も重要なセラピストとクライアントの「癒しの関係性」の構築を中核に基本原理がそれを基底から支え、その上に「方法論」、「テクニック」が派生するという構造になっているのである。

先に見たように、「オリジナル・ハコミ」から「洗練されたハコミ」へと展開していくなかで、ハコミは「テクニック」の次元から関係性の次元、つまりは「プレゼンス」の次元へとその力点を変化させてきた。目に見える形での「テクニック」の次元においては、それほどの変化はないが、力点が関係性の次元に移ることによりその内実は大きく変化することになった。クルツはそのことを、以下のように述べている。

マインドフルネスとノンバイオレンスの

原則は、ハコミのユニークさの始まりであり、最後の立体的な飛躍は、セラピストの魂の成長のトレーニング (spiritual practice) だったのです (クルツ、2005b、p.31)。

セラピストとクライアントの関係性に焦点を当てることにより、ハコミは、マインドフルネスというクライアントの意識状態を問題とする一人称の心理療法から、セラピストの全人格や人間性そのものを道具にして、クライアントとの関係性を構築するという二人称の心理療法へと変化していった¹²⁾。

この「癒しの関係性」とそれを構築するための「セラピストの魂の成長 (spiritual development)」が、本論の主題となるものである。「ラビング・プレゼンス」はその具体的な展開として位置づけられる。次に、「癒しの関係性」と方法としての「ラビング・プレゼンス」について見ていくことにする。

Ⅲ. 技法としての「ラビング・プレゼンス」

(1) 「癒しの関係性」

クルツは、「ラビング・プレゼンス」導入以前、セラピーを続ける中である種の壁のようなものを感じていたという。そしてセラピーの中で現れてくるその困難さは、テクニックとは別次元の、クルツ自身の「個人的な限界や不完全な人間性の結果」であるということに気づく。それは「エゴであり、尊大ぶる態度であり、人を理解できないということ」であり、「自分自身の中の何かを理解していなかったということであり、人と関わるができないということ」だったという (クルツ、2005b、p.26)。そのことに気づいたクルツは、セラピストとクライアントとの関係性に焦点を当て、セラピーがうまくい

くときのそれを「癒しの関係性」と名付け、その構築のための理論を模索していく。

セラピーの中にマインドフルネスを導入することは、必然的にある種の困難さがつきまとう。マインドフルネスになるということは、「意図的に、自分を敏感な、傷つけられやすい状態にする」ということである。そのような状態にクライアントをいかに導くかが問題となるのである。クルツはその答えを、クライアントをトレーニングするという方向ではなく、セラピストとクライアントの関係性、さらには関係性の中でのセラピストの人間性に求めた。ハコミでは、セッションの場におけるノンバイオレンスと、クライアントが感じる安全感が、クライアントをマインドフルネスの状態に導く不可欠の要素であると考えた。そのノンバイオレンスと安全感のある場が「癒しの関係性」であり、そのための具体的な技法が「ラビング・プレゼンス」なのである。

しかし、「癒しの関係性」が構築されるためには、安全感だけでなく、「無意識の協力」が必要だとされる。クルツは以下のように述べる。

癒しの関係が起るためには、安全だけでなく、無意識の協力が必要でした。そのためには、無意識レベルでの関係、個人と個人との深いつながりが要求され、しかもそれは、双方からのかわりでした。しかも無意識の協力が必要だということを学ぶだけでなく、私がそれに値するようにならなければならない、ということ学びました（クルツ、2005b, p.26）。

ここでクルツは、無意識の協力を得るための関係は双方向のものであるとしている。セラピストとクライアントとの無意識レベルの交流を目指そうとするのである。そのためには無意識の協力が必要だということを学ぶだけでなく、

セラピスト自身がクライアントの無意識の協力を得るに値する存在にならなければならないとしている。それでは、そのような存在になるためには、何が必要なのだろうか。クルツは以下のように述べる。

まず、セラピストは、自分がクライアントから信頼されるに値し、クライアントを「あなたは～だ」「あなたはそれではだめだ」などと決めつけることのない共感的な存在であることを、実際に示さなければなりません。そして、今ここにいて心から耳を傾け、その人に今起こっていることを本当に理解しているということを、実際に示さなければなりません。セラピストは、一貫してこれらのことをその人に示すことができれば、無意識の協力を得ることができるでしょう（クルツ、2005b, p.27）。

ここでは、3つのポイントが挙げられている。セラピストがクライアントから信頼されるに値すること、共感的な存在であることをクライアントに実際に示すこと、そして今ここにいて心から耳を傾け、クライアントに今起こっていることを本当に理解していることを実際に示すことである。一言で言ってしまうと、「癒しの関係性はクライアントとともにいまここにおいて、共感と理解を通して無意識の信頼と協力を得ることにより構築される」と要約することができるだろう。しかしここでは2つの点に注目したい。それは「実際に示す (demonstrate)」と「理解」である。「実際に示す」とはどういうことだろうか。クルツは以下のように述べている。

本当は、癒しの関係をもたらすのはテクニックではなくて、私は今起こっていることをわかっているという事実、私が共感的

であるという事実なのです。…あなたは、共感的であるように見せかけることはできません。相手の無意識をそんなに長くあざむくことはできません。あなたは、本当に共感的になる必要があります（クルツ、2005b、p.100）。

無意識の信頼と協力を得るためには、「今起こっていることをわかっているという事実」と、「共感的であるという事実」が必要だというのである。クルツは、理解と共感をセラピストの主観的な問題ではなく、あくまでセラピストとクライアントの関係性の問題として捉えるのである。それゆえ、ここで用いられている「実際に示す」という語は、クライアントと切り離れた状態で、セラピストがクライアントに示すといった意味で理解すべきではない。二人称の、セラピストとクライアントの関係性の中の、事実の上に成り立つ「実際に示す」なのである。

次に「理解」である。何を理解するのか。クライアントの話の内容ではない。「その人に今起こっていること」を理解するのである。「無意識の協力を得るために基本となるのは、直接それと関わる能力」だとクルツは言う。その能力とは具体的には「無意識の信念や態度、無意識がその時体験していることなどを示す兆候を読み取る能力」と「これらの兆候に適切に応答する能力」だとされる（クルツ、1996、p.90）。身体心理療法であるハコミでは、無意識の声は、感情、姿勢、声の調子、ペース、顔の表情などから伝わってくると考える。それを読み取り、適切な形で応答する能力が「癒しの関係性」のためには必要とされるのである。これはテクニックの次元では「トラッキング」と「コンタクト」と呼ばれる。クライアントの話の内容を理解しようとする、セラピストはクライアントとの関係性の中での「いまここ」から離れてしまう。クライアントの、そしてセラピストと

クライアントの関係性における「いまここ」にいるために、クライアントの話の内容ではなく、体験そのものへの「理解」が必要とされるのである。ここでの「理解」とはそういった能力のことである¹³⁾。

このように、「癒しの関係性」をつくるためには、テクニックが必要とされる。しかしここでは当然、テクニックや方法論以上のものも要求される。それが1つ目のポイント、セラピストがクライアントに信頼されるに値すること、セラピストが「ある種類の人間である」ことである。クルツは以下のように述べている。

自然に共感的であり、完全に今ここにいることができ、相手に十分な注意を向けることができ、人の深いところを分かることができ、見えるものを理解することができる、そんな人である必要があるのです（クルツ、200b5、p.28）。

一見ただけで、これがいかに難しいかわかるだろう。共感的であることが自然にでき、完全に今ここにいることができ、相手に十分な注意を向けることができ、人の深いところを見て、理解することができる、そんな種類の人間。そのような人間になるためには、一体どうすればいいのだろうか。クルツは、以下のように述べている。

私は、豊かな人間的存在になるために私がしなければならないのは、心の状態、正しい心の状態をつくりだすことなのだ、と実感するようになったのです。そうすれば、このような理解と共感、すべてまったく自然に、努力することなく、起こってくるのです。そして癒しの関係は、努力することなくつくりあげられ、メソッドやテクニックはとても役に立ち、プロセスは

もっとすばやく展開するのです（クルツ、2005b、p.101）。

正しい心の状態になれば、理解と共感は自然と起こり、癒しの関係も努力することなく作りあげられるのだとクルツは主張する。その正しい心の状態とそこに至るための技法が「ラビング・プレゼンス」である。次に、具体的に技法としての「ラビング・プレゼンス」を見ていく。

(2) セラピーの技法としての「ラビング・プレゼンス」

まず、「ラビング・プレゼンス」がどのようなものであるのか、見ていくことにする。クルツは以下のように説明している。

ラビング・プレゼンスは、何よりもまず、今ここにあること、目の前に起こってくることに関係があります。それはあなた自身の体験と、あなたが一緒にいる人との体験として、今起こっていることに焦点が当てられます。それは、心を開くことであり、交流することです。それは考えや、言葉をすら超えたものです。それは、ふたりの人の神経組織の間に作られた情動的なつながりなのです（クルツ、2005a、p.62）。

つまり、「ラビング・プレゼンス」とは、二人の人が「いまここに共に」いて、考えや言葉を超えて情動的につながり、心の交流が行われている状態のことだと言える。そしてこれは、セラピストがセラピーという関係の場において、マインドフルネスの状態になることを意味している。マインドフルネスとは「いまここ」という現在の体験に焦点を当て、「ゆっくりと心を静めて、注意を内側に向け、自分の中に起こってくることを、ただそのままに観察しようとす

る心の状態」（クルツ、2005a、p.18）のことであり、「意志をもって受容的になること」（クルツ、1996、p.46）であるとされる。マインドフルネスの状態では、感受性が高まり、敏感になり、心理的にオープンで傷つきやすい状態になる。セラピストはクライアントとの関係の中で、自らをそのような状態にもっていくのである。そしてこのセラピストのマインドフルネスは、通常の意味のマインドフルネスよりも少しだけ操作的なものである。セラピストはクライアントとの関係の中でマインドフルネスになる。その上で、以下のような手順で「ラビング・プレゼンス」の状態をつくっていく。

- ①興味、喜び、共感などをあなたの中に呼び起こすような、相手についての何かを探し、それを見出し、それに注意を向ける。
- ②関係の中に肯定的な情動的雰囲気をつくりだす。
- ③アイ・コンタクト、声のトーン、顔の表情を使って、あなたのラビング・プレゼンスの感じを伝える（クルツ、2005a、p.100）。

「ラビング・プレゼンス」では、セラピストは相手に何かを提供するのではなく、まずは相手から自分自身を満たす何かを受けとるということから始める。そのことにより、セラピストはそれを与えてくれたクライアントに対して、感謝や友愛の念が自然とわきあがり、肯定的な感じを持つようになる。そしてそれがクライアントに伝わり、安全とサポートの感覚をつくりだす。この、与えるのではなく、受け取るという逆説的な発想と、セラピストの意識状態がクライアントに与える影響への着目が「ラビング・プレゼンス」の特徴である。

自分自身を満たすような何かのことをクルツは「エゴ中心でないナリッシュメント

(non-egocentric nourishment)」あるいは「スピリチュアル・ナリッシュメント (spiritual nourishment)」と呼ぶ。「ナリッシュメント」は、セラピーの場に固有のものではなく、日常生活の中で誰もが得られるものである。しかしセラピーにおいて、セラピストの「ナリッシュメント」の源はあくまでクライアントであり、セラピストはクライアントの中に「エゴ中心でないナリッシュメント」を探さなければならないとクルツは主張する。「ラビング・プレゼンス」はセラピストの意識状態を問題にするのであるが、その意識状態はクライアントと無関係に調えられるものではないのである。

セラピーにおいて「ラビング・プレゼンス」は上記のような方法で、「癒しの関係性」をつくり、クライアントをマインドフルネスの状態に導く環境を調べていく。しかし、「ラビング・プレゼンス」はセラピーの技法としてのみ機能するものではない。セラピストのスピリチュアルな成長のためにも機能するのである。

(3) スピリチュアルな成長のための「ラビング・プレゼンス」

ここまで、セラピーの技法としての「ラビング・プレゼンス」を見てきたが、しかし、これをハコミの構造、原理と切り離して理解してしまうとその本質を捉えそこなうことになる。なぜなら「ラビング・プレゼンス」は、先に見たようにテクニックのレベルでは語られていないからである。「ラビング・プレゼンス」は、「洗練されたハコミ」の要とも言える「癒しの関係性」のレベルに位置づけられている。関係性のレベルに位置づく「ラビング・プレゼンス」は、道具としての人間性、セラピストの「スピリチュアルな成長」と同じものとして捉えなければならない。

先に見たように、クルツは、セラピストはクライアントの無意識に信頼されるに値する人間

にならなければならないと主張する。そしてそのためにセラピストは「エゴ中心でない」心の状態である必要があるという。クルツは、クライアントとワークする時にセラピストは、エゴ中心の習慣からできるだけ自由になる必要があると主張する。そしてこのことは、セラピストがどんな人間なのかという、セラピストの存在のあり方の問題であり、さらにはセラピストの意識の問題なのだという。このことがハコミに、先に述べた二つ目の飛躍をもたらすことになった。クルツはこの飛躍は「たんにマインドフルネスやノンバイオレンスを使うことを超えたもの」だったという。なぜならそれはセラピストのスピリチュアルな成長を含むからである。クルツは以下のように述べている。

それ（セラピストのスピリチュアルな成長：筆者註）は人間性の成長であり、日常的、合理的、客観的なレベルを超えた意識のレベルへと理解と洞察が広がることでした。このようなより高い意識のレベルをもち続けるためには、一つの土台、インスピレーションの源が必要なのです。魂の喜びを与えてくれるような (spiritual)、あるいは「エゴ中心ではないナリッシュメント」の源を見だし、認め、育て上げる必要があるのです。その源としっかりとつながることによって、自信、静けさ、理解、共感が自然におこってくるのです。このような心の状態を「ラビング・プレゼンス」（愛をもって今ここにいる）と呼んでいます（クルツ、2005b, pp.28-29）。

ここでクルツはセラピストの人間性を「スピリチュアル」という次元で捉え、「日常的、合理的、客観的なレベルを超えた意識のレベル」を問題にする。ロジャーズが「奇妙で衝動的とも思えるような行動をとっている」、「合理的な

説明がつけられない」と述べる変性意識状態のレベルである。クルツはそれがセラピストの人間性の成長につながるというのである。そしてそのような高い意識のレベルをもち続けるために土台としての「インスピレーション」、「エゴ中心でないナリッシュメント」の源が必要だという。その源とつながることによって「自信、静けさ、理解、共感が自然におこってくる」「ラビング・プレゼンス」の状態をつくることができるのだというのである。

ここでは「魂の喜びを与えてくれるような、あるいは『エゴ中心ではないナリッシュメント』を見いだし、認め、育て上げる」という箇所に注目したい。セラピストが日常持っているエゴ中心の習慣からできるだけ自由になる、そのことによってセラピストはクライアントの無意識の信頼を得ることができるようになる。クルツはそう考えるわけだが、そのためにクルツはセラピストに「エゴ中心でないナリッシュメント」をクライアントの中に見いだしさせようとするのである。「ナリッシュメント」は「心の糧」とも訳されるが、具体的には以下のようなものが挙げられる。

柔らかさ、しなやかさ、真っ直ぐさ、力強さ、穏やかさ、素直さ、やさしさ、暖かさ、公平さ、軽やかさ、明快さ、聡明さ、優雅さ、明るさ、可愛らしさ、誠実さ、真摯さ、謙虚さ、寛大さ、穏やかさ、我慢強さ、たくましさ、若々しさ、躍動感、成熟性、俊敏さ、地道さ、元気さ、積極性、落ち着き、自由さ、正直さ、慈悲深さ、こだわりのなさ、思慮深さ、慎み深さ、賢明さ、みずみずしさ、透明感、などなど（高野、2001、p.77）。

このように要素として「ナリッシュメント」を挙げてしまうと誤解を招きやすくなるだろ

う。クルツの力点はあくまで「エゴ中心でない」に置かれていることを理解しなければならぬ。これをエゴのレベルで理解し、受け取ってしまうとそれは「ラビング・プレゼンス」ではなくなってしまう。「ラビング」にはなるかもしれないが、「プレゼンス」ではなくなってしまう。「ラビング・プレゼンス」の「ラビング」は「プレゼンス」の修飾語であり、「プレゼンス」の状態を説明するものである。本来は「プレゼンス」の一語で表現するものを、その技法的側面を強調するためにあえて「ラビング」をつけたと理解すべきものなのである。そう理解した時に、クルツがのちに「スピリチュアル・ナリッシュメント」と呼び換えた「エゴ中心でないナリッシュメント」の「エゴ中心でない」には大きな意味があると考えられる。「エゴ中心でない」、「エゴ中心の習慣からできるだけ自由になる」とクルツは、ハコミのワークにおいて、エゴ中心でない状態をつくりだそうとしている。それが「癒しの関係性」をつくるために必要なセラピストの意識状態だからである。冒頭で引用したロジャーズの記述では、「プレゼンス」の状態では「私たちの関係がそれ自体を超越し、もっと大きな何かの一部になっていくのである」とされていた。エゴを中心としたあり方から離れていくのである。「ラビング・プレゼンス」ではそれを意図的にねらうのである。

クルツは、セラピストを「エゴ中心でない」心の状態に導くために、技法としての「ラビング・プレゼンス」を開発した。それは、先に見たような、セラピーのための技法であると同時に、それを超えてセラピストの人格的成長をねらうものなのである。クルツは以下のように述べている。

私は、人々にテクニックやメソッドだけを教えることはできないと実感しました。私は、魂の成長を含めた人間性を定義し、認

識し、教えなければなりません。あるところまでは、私たちセラピストみんなにとって、個人的な成長と普通の感情的なワークが必要です。しかしそれだけでは不十分です。特に他の人々の援助をしたいと思う時に、自然に必要な次のステップは魂の成長なのです（クルツ、2005b、pp.30-31）。

セラピストの「魂の成長」のためにも「ラビング・プレゼンス」は開発されている。そのための仕掛けが「エゴ中心でない」なのである。クルツは、「ラビング・プレゼンス」のコツを「相手の人の中に美しさを見る」（クルツ、2005b、p.106）、「相手の人の中に宇宙を見ること」（クルツ、2005b、p.107）といった表現でも語っている。このような表現をすることで、セラピストをエゴ中心の習慣から解放しようとするのである。さらにクルツは、「ラビング・プレゼンス」を仏教の修行に重ねて語る。

これ（「ラビング・プレゼンス」：筆者註）は、すべての人の中に仏の種子を探す仏教者の修行にとってもよく似ています。……これは自己の雑音を消して、他者を魂として見る、ということなのです（クルツ、2005b、pp.28-29）。

「ラビング・プレゼンス」はセラピストがクライアントに何かを与えるのではなく、むしろクライアントから何かを得ることを優先するという逆説的な発想であり、つい何かをしようとしてしまうセラピストの心の働きを抑えるための仕掛けである。そのことについてクルツは以下のように述べている。

ハコミのトレーニングにやってくるたいいていの人々は、他の人たちの問題解決の援助

の仕方を学ぶのだ、と思いこんでいます。かれらは、何かをしなければいけないと思っています。クライアントのために何かを引き起こしたいのです。その結果、かれらは一生懸命になりすぎます。何かを引き起こそうと必死になります。このように何かをしなければならぬ、何かを引き起こさなければならぬ、ということにばかり注意が向くと、ラビング・プレゼンスから離れてしまいます（クルツ、2005a、p.22）。

「何かをしなければならぬ、何かを引き起こさなければならぬ」と思うのはエゴである。何かをしようとしてしまうエゴの働きをどのようにして抑えるのか。それが課題となる。そのためにハコミでは、「しない」ということをしようとする。そのための技法が「ラビング・プレゼンス」であり、そのための仕掛けがクライアントの中に「エゴ中心でないナリッシュメント」を探すことなのである。ハコミでは、セラピストはクライアントに「エゴ中心でないナリッシュメント」を見いだすようにするトレーニングを行う。それは、クライアントに対して何かをしようとしてしまう自らのエゴの働きを手放すトレーニングでもあるのである。クライアントとの関係の中で、何かをしようとするのではなく、ただただそこに存在する、そのためのトレーニングである。それは、マインドフルネスのトレーニングでもある。クルツはマインドフルネスを「意図的にコントロールを手放そうとすること」であり、「明け渡しを練習する方法」（クルツ、2005a、p.57）であるとしている。クライアントをそのような状態に導くためには、クライアントの目の前にいるセラピスト自身がそのような状態でなければならないと考えるのである。そして単にセラピストがマインドフルネスの状態にいただけでは十分ではなく、

エゴの働きを手放したマインドフルネスの状態でありながら、その状態へとつながるインスピレーションの源をクライアントから得ようとするのである。そうすることにより、セラピストのマインドフルネスはクライアントと切り離されたものではなく、クライアントとの関係性の中でのマインドフルネスになるのである。クルツは以下のように述べている。

ラビング・プレゼンスの中で私たちは、エゴ中心の喜びからエゴ中心ではない喜びに移行します（クルツ、2005a、pp64-65）。

これまで見てきたように、「ラビング・プレゼンス」はただ単にセラピストの人間性や人格的成長の重要性を主張する理念でも、誰もが使えるようなテクニックでもない。「ラビング・プレゼンス」はハコミにおけるマインドフルネス同様、理念であると同時に明確な技法でもあるのである。

そしてハコミの構造の中核である「癒しの関係性」のレベルに位置づく「ラビング・プレゼンス」は、基底レベルの5つの基本原理と表層レベルのテクニックに支えられることによって成立している。次に、ハコミの原理とテクニックにより支えられている「ラビング・プレゼンス」を考察する。

Ⅳ. 「ラビング・プレゼンス」の構造

(1)原理に支えられた「ラビング・プレゼンス」

ハコミにおいて原理とは、セラピーの現場に表立って現れることはないが、セラピー全体を方向づけ、色調づける基礎となるものである。これらの原理はセラピーの基底をなし、あらゆる側面で働いているとされる。それは「ワークの理論から方法論、テクニック、教え方に至るまで、またその実践、そしてセラピスト自身の

意識のあり方」(クルツ、1996、pp.33-34)にまでも及ぶ。そしてセラピストにおいてそれは、「基礎的人生観となる」(クルツ、1996、p.41)とまで言われる。ここでは5つの原理から特に「ラビング・プレゼンス」に大きく影響を与えている有機性の原理とユニティーの原理を考察する。

「有機性：リビングシステム」

有機性とは、「生命体の中にあつて、創造活動、維持、進化をつかさどるもの、すなわち自己組織化を推進する原動力を備えている」(クルツ、1996、pp.42-43)ことであるとされる。クルツは、有機性の原理の着想を、プリゴジンの散逸構造理論、マトゥラーナとヴァレラのオートポイエーシス概念、ヤンツとラズローの自己組織化の理論と、そしてタオイズムから得たと述べている。そこからハコミでは、生命体とは「自己組織的であり、自己創造的であり、自己保全的であり、さまざまな方法で自身の進化を方向づけるもの」(クルツ、1996、p.43)という見方をとる。

それではセラピーにおいて、有機性の原理とはどのように働くのだろうか。クルツは、有機性の原理を身につけるとセラピストは、セラピーにおいて、自然なプロセスを探し出し、それに従おうとするようになるという。「プロセスに対して自分なりの構造やシナリオを持ち込んだりしなくなり、むしろプロセスの動向や成長の起源を探し、それを援助する」(クルツ、1996、p.43)ようになるのだという。有機性の原理を理解することは、セラピストにとって、エゴ中心の習慣から離れることにつながる。クライアントをプロセスの型に嵌め、それをコントロールするのではなく、むしろその逆をすること、さらに言えば、セラピストがプロセスをつくりだしているのではなく、むしろセラピストはその展開していくプロセスの小さな一部分

にすぎないことを有機性の原理は教えているのである。セラピストは、この有機性の原理を頭で理解するのではなく、基礎的人生観となるまで体得する。そのことにより、「ラビング・プレゼンス」で重視されるエゴ中心の習慣から自由になりやすくなるのである。

「ユニティー：参画する宇宙」

上記の有機性の原理は、ユニティーの原理に基づいている。ユニティーとは、「宇宙は本来に関係性が織り重なったものである。すべての様相、要素は全体から切り離せないものであり、分離独立しては存在しえない」（クルツ、1996、p.55）という原理である。クルツは東洋の宗教的伝統から、「ユニティーこそが真の現実であり、私たちがそれぞれ独立した存在であるという見識こそが幻想なのだ」とし、「根本的かつ最も破滅的幻想は、自己と他者とを区別するという過ち」（クルツ、1996、p.53）であるという。ハコミが関係性の構築を最優先課題とするのもこの原理から来ている。しかし、通常我々は宇宙をいくつかの異なるレベルに分断してしまっている。クルツはウィルバーの『意識のスペクトル』を引き、そのことを指摘する。自己と他者、心と体、ペルソナとシャドウ、これらひとつひとつの分断レベルで、全体性や統合、調和が失われているという。たとえば、「心と体のユニティーを破壊すると、正しく体験する能力を失って」（クルツ、1996、p.54）しまう。そして、心理療法の仕事は、この分断されたもの同士のコミュニケーションを回復させることなのだとして述べている。分断されていた部分がコミュニケーションを再開するようになると、プロセス自体が動き出し、自律的に最も無理のない、効果的な形態へと統合していく。この合一への衝動が癒しの力であるとクルツは言う。

このユニティーの原理を基に有機性の原理は成立している。生命ある有機システムは、「た

くさんの部分からなる、ひとつの全体」であると考え。クルツは、「有機的であるということは、それらの部分はその全体の中でコミュニケーションしている、ということです。部分間のコミュニケーションが行われていると、その有機システムは、自己指示的、自己修復的であり、複雑さと基本的な予測不可能性という特徴を持つ」（ヨハンソン+クルツ、2004、p.101）と述べている。

セラピーの中では、この原理は「（1）クライアントの体験に対するセラピストの言葉を超えた理解と共振、（2）セラピストの心の状態がクライアントのプロセスに及ぼすとても大きな影響」（クルツ、2005a、p.197）となって現れる。またユニティーの原理は、「クライアントが感じていることをセラピストが感じ、セラピスト自身の心の状態によってそれを受けとり、それに対応する」（クルツ、2005a、p.197）ということの中にも現れるという。

ハコミではこのような原理がテクニックや方法論の基底に存在している。「癒しの関係性」と「ラビング・プレゼンス」もこの原理の上に成り立っている。「ラビング・プレゼンス」における「エゴ中心でないナリッシュメント」を探すという技術もセラピストがこの原理を基礎的人生観としているからこそ可能となるのである。それゆえ、クルツは「原理を理解し、体得することは、テクニックを覚えることよりもはるかに重要です。原理さえ知っていれば、テクニックは自動的に出てきます」（クルツ、1996、p.61）と述べるのである。次にテクニックである「トラッキング」と「コンタクト」について見ていく。

（2）テクニックに支えられた「ラビング・プレゼンス」

他者と「いまここに共にいる」状態であり、そのための技法でもある「ラビング・プレゼン

ス」は「トラッキング」と「コンタクト」いう、「テクニック」の次元の技術によっても支えられている。「トラッキング」も「コンタクト」も共に「ある種の能力でもあり、また基本的な仕事」でもあるとされ、また「5つの基本原理の表現」(クルツ、1996、p.117)とされる。

「トラッキング」とは、「クライアントが話をしている間に起こるあらゆること、特に話に登場していないことに気づき、それをきちんと把握しておくこと」(クルツ、1996、p.132)であるとされる。それは、具体的には相手の行動の非言語的な側面、顔の表情やしぐさ、からだの姿勢を注意深く見ることである。これは「相手と一緒にいつづける方法であって、セラピストの深い興味と好奇心から生まれる行為」(クルツ、1996、p.117)であるとされる。クルツはこれを「相手の体験の内容とその流れを追っていく能力」と定義し、そのためには「自分自身から抜けでて、相手の感情や言動に留まりつつづける力」が必要であると主張する(クルツ、1996、p.117)。

「コンタクト」とは、セラピストがクライアントに「相手がその瞬間に『何をし、何を感じているか』を理解していること」(クルツ、1996、p.120)を示すことであり、二人が「いまここに共にいる」という関係の表明であるとされる。コンタクトの目的は、クライアントとの関係性の構築と維持、そしてクライアントに安心感を与えることにある。コンタクトは、テクニックのレベルでは、セラピストがクライアントに投げかける言葉として表現される。クライアントとの関係性を築くために、相手を理解しているということをセラピストはクライアントに示すのである。その際、セラピストは、トラッキングした「そこで確かに起こっているにもかかわらず、話に(つまりは、意識に)上っていないことがら」(クルツ、1996、p.130)にコンタクトする。そのことによって、コンタク

トは、クライアントがまだはっきりとは意識していない「いまここ」の体験に焦点を当てるのを助けるのである。

言葉で表現されないことは、身体を使って表現される。ハコミではそれを、無意識からの直接的なメッセージと捉える。身体心理療法であるハコミは、無意識の表現である指標の領域、クライアントの生きた体験である「いまここ」での行動や非言語的表現へと注意向け、トラッキングすることによって、それとコンタクトし、やりとりする道を開く。話の内容の世界ではなく、クライアントが体験している「いまここ」の世界に焦点を当てる。セラピストはクライアントの話の内容を理解していることを示すのではなく、クライアントの「いまここ」での体験を理解していることをコンタクトによって示すのである。「ムードや感情や体験について何か言葉を返すことで、それらを話し合いの題材へと引き上げ、その人の内面で起こっているプロセスと話の内容を一致」(クルツ、1996、p.126)させる。そうすることで、コンタクトはプロセスを動かしていく。それは結果として、クライアントの「いまここ」の体験であるマインドフルネスを導くと同時に、クライアントの無意識の協力を得て「癒しの関係性」を確立することにつながるのである。

しかしここで、トラッキングを単なる意識レベルでの観察と捉えると、ことの本質を見失うことになる。クルツは、トラッキングを「何かを達成することに重きを置く行為というよりも、オープンで繊細なマインドフルネスに近い意識状態を保つこと」(クルツ、1996、p.134)としている。観察を「しよう」とすると、エゴが働き、マインドフルネスの状態からは離れてしまう。セラピストはエゴを使って観察するのではなく、マインドフルネスの状態で、自身の感度を上げるという形でトラッキングを行うのである¹⁴⁾。

セラピストにとって、トラッキングとコンタクトのテクニックは、クライアントをマインドフルネスに導き、セラピーのプロセスを動かすためのテクニックであると同時に、クライアントの話の内容に引きずられず、クライアントの体験とともに「いまここ」にいるための技術でもあり、さらには、エゴ中心の習慣から離れ「ラビング・プレゼンス」の状態に入りやすくするための技術でもあるのである。そしてこの、トラッキングとコンタクトのテクニックを学ぶことは、他者とともに「いまここ」にいることによるセラピストの人格的成長をも導くものなのである。

V. おわりに

あらためて、冒頭のロジャーズの引用に戻ってみる。ロジャーズは「私がそこに存在している（presence）というだけで、クライアントにとって解放的であり、援助的になっている」と述べていた。クルツは、「ラビング・プレゼンス」の状態を以下のように語っている。

もしセラピストが、ただラビング・プレゼンスの状態にいてまったく介入しなくても、クライアントの癒しは、それでもさらに深まり、長く続くでしょう（クルツ、2005b, p.106）。

共にいて、敏感であり、クライアントの情動的な要求に応えることができるような心の状態でただそこにいてだけで、ワークの90パーセントは行われているのです（クルツ、2005b, p.74）。

クルツのこの言明は単なるレトリックとしてではなく、クルツの体験から来る事実として受け取られるべきものである。そして、これはク

ルツの名人芸的な、特殊な体験とするのではなく、クルツが体得してきた原理、方法論、テクニックの総合として理解しなければならない。これまで見てきた、技法としての「ラビング・プレゼンス」は、クライアントとの関係を築き、クライアントのマインドフルネスを促進するための土台であり、またセラピストの人格的成長を促すためのものであった。しかしこれは、あくまで上記のような「ラビング・プレゼンス」の状態をつくりだすためのものである。クルツは、自らが至った境地、ロジャーズが「神秘的で霊的な次元」として語り、「どうすればこうした経験をすることができるのかはわからない」と述べるような境地に、我々を導くために、「ラビング・プレゼンス」という技法を開発しているのである。クルツは、「プレゼンス」という「神秘的で霊的な」意識状態を、神秘のままにも、また単なる理念として抽象化することもせず、セラピストとクライアントとの関係性の中で、具体的な技法の次元でそれを実現しようとするのである。それを可能にするのが、「有機性」と「ユニティー」という原理であり、「癒しの関係性」という二人称的視点であり、セラピーの、そしてセラピストの人格的成長のための技法としての「ラビング・プレゼンス」なのである。このように、「プレゼンス」は、一人称の視点ではなく、二人称の視点から見ることにより、その神秘性に対して一定の理解が可能となるのであり、また技法としても語る事が可能となるのである。¹⁵⁾

注

1) 筆者が専門とする教育学でも、聖人教師論の陰に隠れて表立って論じられることは少ないが、大きなテーマである。特に日本では、明治末から大正期にかけて、修養主義、教養主義の隆盛もあり、人格主義が唱えられ、教師の人格形成の問題が論じられた。また「人格の感化」という言葉で教師の影響力についても語られた（たとえば中島（1911）

- 『教育者の人格修養』目黒書店)。
- 2) 引用に当たっては、翻訳があるものはそれを尊重し、変更、補足は最小限にとどめた。
 - 3) 「プレゼンス」にどういった訳語を当てるかは大きな問題である。「存在感」、「人となり」、「居方」、「あり方」、「たたずまい」等様々な訳語が考えられる。岡村は直訳として「現存」、「現・存」といった訳語も当てている。「居方」、「あり方」、あるいは岡村のように「いま・ここに-いること」と訳すと、「プレゼンス」の技法的側面やその瞬間の状態が強調されすぎないように感じられる。一方で「存在感」や「人となり」と訳すと、個人的属性といったニュアンスが強調されすぎないように感じられる。おそらく「プレゼンス」はその両方を含むものであろうし、それ以上のものを含意するものであろう。「プレゼンス」をどう日本語に訳すかは「プレゼンス」をどう理解するかという問題に大きくかかわってくる問題であり、日本文化においてそれをどう考えるかという問題にもつながる。これについては別に稿を立てて論じたい。
 - 4) ジェンドリンの「プレゼンス」についての言及は下記を参照。コーネル/マクギヤパン (2002)、日笠 (2003)、池見 (1999、2002、2005) など。ジェンドリンにおける「プレゼンス」との対比は稿を改めたい。
 - 5) 本論では「技法」という用語を、誰もが使える技術・方法としてではなく、その「技法」の使用者固有の身体性(本論では「人間性」)に基づいた諸技術・諸工夫の集積したものという意味で使用する。それは、技術か人間性かという二元論によって抽象化されえない実践のリアリティを捉えるための視座である。ハコミの開発者であるクルツは、「テクニクは、セラピストの自然な行動の延長として使う時にもっともよいものとなるのであり、誰でも取りあげて使えるねじ回しのようなものではないのです。とにかくそれは、セラピストの個人的な要素の自然な延長であるべきなのです」(クルツ、2005b、p.95)と述べている。
 - 6) 二人称の心理療法に関して、たとえば、久保はソマティック心理学に人称の視点を導入し、二人称の視点は、「内面的で間主観的な」見方であり、「対話的、合意的、共感的」であるとしている。そして「二人称的アプローチとは、たとえば、共感を重視する心理療法や文化的儀礼、世界観など、間主観的体験を通じて探求できます」(久保、2011、p.23)と述べている。
 - 7) ロルファーでもあるプレステラとの共著で出版された『からだは語る ボディ・リーディング入門』は、彼らの両親、偉大なる教師である「存在(Infinite)」と共に、アイダ・P・ロルフとウィルヘルム・ライヒに捧げられている。
 - 8) 『ハコミセラピー』の訳者である高尾は、「訳者あとがき」の中でハコミの特徴として「抵抗の支持」「マインドフルネスによる穏やかさ」「インナーチャイルドワークによる癒し」を挙げている(クルツ、1996、p.324)。高尾はハコミを、『『今ここで』の体験と同時に、その体験を創り出している『コア・マテリアル』(一種の人生脚本)に注目し、からだの諸感覚などもうまく活用しながら、それを変容させること」(クルツ、1996、p.322)に焦点を当てるものだと述べている。
 - 9) 「プローブ」とは、探りの言葉をクライアントに投げかけることである。そのことによってセラピストは、「何か習慣的で、無意識に眠ってしまっているようなことがらをクライアントの意識上に浮かび上がらせよう」とする(クルツ、1996、146頁)。
 - 10) 「テイクオーバー」とは、「プローブ」と同じく「小さな実験」の「テクニク」である。防衛や抵抗を扱うやり方の一つで、クライアントが無意識に行なっている、自らの体験をコントロールしようとする行為を、セラピストが文字通り「肩代わり」することによって、セラピーのプロセスの自然な展開を促すものである(クルツ、2005b、p.11)。ハコミでは抵抗とたたかうことをしない。むしろ抵抗をサポートすることによってプロセスを進展させていくのである。
 - 11) 本論では、従来の「オリジナル・ハコミ」と「洗練されたハコミ」とを特に区別せず「ハコミ」と呼ぶことにする。「オリジナル・ハコミ」も「洗練されたハコミ」も相互に影響し合っており、全くの別物とは言い難いからである。
 - 12) 久保はハコミを「二人称的な体験(共感)の場での働きを意識的に重視している心身アプローチ」(久保、2011、P311)であるとしている。
 - 13) メアーンズ (2000) は、「プレゼンス」を論じる中で、クライアント中心療法において、クライアントの話の内容を理解することが強調されすぎていると述べている。
 - 14) もちろん、これははじめからできるわけではない。単なるマインドフルネスの状態とトラッキングができることは別のことである。それゆえハコミセラピストになるためのトレーニングでは、ボディ・リーディング等、トラッキングの、意識的な観察を行う。徹底的な訓練を経てはじめて、トラッキングはマインドフルネスに近い意識状態へとなりえるのである。
 - 15) 本論では、二人称の視点から半ば強引に「プレゼンス」を技法として読み解いてきた。しかし、技

法として到達可能な「プレゼンス」の状態と、「ふいに到来する」としか言いようのないその状態とを全く同じものであるということは難しいだろう。著書に「存在 (Infinite)」に捧ぐと記したクルツがそのことを意識しなかったはずはない。この問題については稿を改めて論じることとする。

参考文献

- アン・ワイザー・コーネル/バーバラ・マクギャバン (2005)『フォーカシング・ニューマニユアルーフォーカシングを学ぶ人とコンパニオンのために』大澤美枝子/上村英生訳、コスモス・ライブラリー
- Gendlin,E (1990) The Small Steps of the Therapy Process. Leuven University Press (ユージン・ジェンドリン/池見陽『セラピープロセスの小さな一歩』池見陽/村瀬孝雄訳、金剛出版.1999a)
- Gendlin,E (1996) Focusing-Oriented Psychotherapy. New York, Guilford Press (ユージン・ジェンドリン『フォーカシング思考心理療法 上下巻』村瀬孝雄/池見陽/日笠摩子監訳金剛出版1998・1999b)
- ユージン・ジェンドリン/池見陽 (1999)『セラピープロセスの小さな一歩』池見陽/村瀬孝雄訳、金剛出版
- 日笠摩子 (2003)『セラピストのためのフォーカシング入門』金剛出版
- 廣瀬幸市 (1999)「ロジャーズにおける“presence”に関する一考察」『京都大学大学院教育学研究科附属臨床教育実践研究センター紀要』3、138-150
- 池見陽 (2002)「プレゼンス・実存と空間—かかわりとしての体験過程療法—」村山正治編『クライアント中心療法と体験過程療法—私の実践との対話—』ナカニシヤ出版、215-234.
- 池見陽(2005)「フォーカシングとクライアント中心療法」伊藤義美編『フォーカシングの展開』ナカニシヤ出版3-18
- Johanson,G /Kurtz,R (1991) GRACE UNFOLDING Psychotherapy in the spirit of the Tao-te ching. Bell tower. (グレッグ・ヨハンソン/ロン・クルツ『ハコミセラピー タオイズムと心理療法』手塚郁恵訳、春秋社、2004)
- 小室弘毅 (2009)「関係性の技法—身体心理療法『ハコミ』の『ラビング・プレゼンス』概念を中心に」『京都大学GCOE〈心が活きる教育のための国際的拠点〉2009年度研究開発コロキウム論文集『人間形成における「超越性」の問題—自己変容・ケア・関係性—』41-48
- 久保隆司 (2011)『ソマティック心理学』春秋社
- Kurtz, R /Prester,H (1976) The Body Reveals What your body says about you. Harper&Row (ロン・クルツ/ヘクター・プレステラ『からだは語る ボディ・リーディング入門』中川吉晴訳、壮神社、1993)
- Kurtz,R(1990) BODY-CENTERED PSYCHOTHERAPY The Hakomi Method. Life Rhythm.(ロン・クルツ『ハコミセラピー』高尾威廣・岡建治・高野雅司訳、星和書店、1996)
- ロン・クルツ『ハコミ・メソッド』手塚郁恵訳、春秋社、2005a
- ロン・クルツ『ハコミを学ぶ』手塚郁恵訳、春秋社、2005b
- Kurtz,R (2008) The Evolving Vision. Ron Kurtz Training, Inc.
- Kurtz,R (2010) Readings in the Hakomi Method of Mindfulness-Based Assisted Self-Study. Ron Kurtz Training, Inc.
- Mearns,D (1994) Developing Person-Centered Counselling. Sage Publications of London (デイク・メアーンズ『パーソンセンタード・カウンセリングの実践』諸富祥彦監訳、コスモス・ライブラリー、2000)
- 中島力造 (1911)『教育者の人格修養』目黒書店
- 岡村達也・保坂亨 (2004)「プレゼンス (いま—ここに—いること) —治療者の『もう一つの態度条件』をめぐって」村瀬孝雄・村瀬嘉代子編『ロジャーズ—クライアント中心療法の現在』日本評論社70-92
- 岡村達也 (2010)「プレゼンス—いま—ここに—いること」岡村達也/小林孝雄/菅村玄二『カウンセリングのエチュード 反射・共感・構成主義』遠見書房50-67
- Rogers, C.R (1980) A way of Being. Houghton Mifflin. (カール・ロジャーズ『新版 人間尊重の心理学—わが人生と思想を語る』畠瀬直子監訳、創元社、2007)
- Rogers,C.R. (1986) Client-centered therapy. In: Kutash, I. L. & Wolf, A.(Eds.): Psychotherapist's Casebook: Theory and Technique in the Practice of Modern Therapies. Jossey-Bass. (H.カーシェンバウム、V.L.ヘンダーソン編『ロジャーズ選集 (上) —カウンセラーなら一度は読んでおきたい厳選33論文』伊藤博・村山正治監訳、誠信書房、2001)
- 高野雅司 (2001)「ハコミセラピー」諸富祥彦編著『トランスパーソナル心理療法入門』日本評論社63-94
- Thorn,B.(1992)Carl Rogers. Sage Publications of London (ブライアン・ソーン『カール・ロジャーズ』諸富祥彦監訳、コスモス・ライブラリー、2003)
- Wilber,K(1977) The Spectrum of Consciousness. The Theosophical Publishing House. (ケン・ウィルバー『意識のスペクトル 1・2』吉福伸逸/菅靖彦訳、春秋社、1985)
- Wilber,K (1995) Sex, Ecology,Spirtuality Shambhala Publications,Inc.(ケン・ウィルバー『進化の構造 1・2』松永太郎訳、春秋社、1998)

抄録

本研究は、心理療法において重要なテーマの一つであり、ロジャーズが「神秘的で霊的な次元」、あるいは「変性意識状態」と呼ぶ「プレゼンス」の問題について、ハコミの「ラビング・プレゼンス」概念を検討することを通して考察している。まず、ハコミの特徴と構造を明らかにし、クルツが「癒しの関係性」と呼ぶセラピストとクライアントとの関係性に焦点を当てた。そのことによりハコミが二人称の心理療法であることを明らかにした。その上で、「ラビング・プレゼンス」を心理療法の技法としての側面とセラピストの人格的成長のための側面に分けて考察し、その機能を明らかにした。そして、「ラビング・プレゼンス」を支えているハコミの、「有機性」と「ユニティー」の原理、そして「トラッキング」と「コンタクト」というテクニックについて検討し、「ラビング・プレゼンス」の全体像を明らかにした。そのことにより、「プレゼンス」は二人称的視点から理解される必要があり、関係性の次元で、技法として語られうるものであることを明らかにした。

Abstract

This study explores the issue of "presence" in psychotherapy which Carl Rogers called "mystical and spiritual dimension" or "altered states of consciousness," through examining the concept of "loving presence" in Hakomi. First, by explicating the characteristics and structures of the Hakomi, the therapist and client relationship which Ron Kurtz called as "healing relationship" is examined, and thereby the Hakomi is clarified as a psychotherapy of second-person approach. Then, the function of "loving presence" is clarified through analyzing it both as a psychotherapeutic technique and as a development of psychotherapists' personhood. Finally, two main principles of Hakomi, "organicity" and "unity", as a foundation of "loving presence," and two techniques of "tracking" and "contact" are examined to elucidate the whole picture of "loving presence." It was shown clearly that "presence" needs to be understood from the viewpoint of the second-person approach and can be told as a method in the dimension of relationship.

Key Words

presence, Hakomi, loving presence, healing relationship, mindfulness