

神は見ている ～人間の成熟とメタ認知

越 川 弘 英

奨励者紹介[こしかわ・ひろひで]

同志社大学キリスト教文化センター教授

[研究テーマ]キリスト教の実践神学(礼拝、宣教、牧会)

あなたがたは神に選ばれ、聖なる者とされ、愛されているのですから、憐れみの心、慈愛、謙遜、柔和、寛容を身に着けなさい。互いに忍び合い、責めるべきことがあっても、赦し合いなさい。主があなたがたを赦してくださったように、あなたがたも同じようにしなさい。これらすべてに加えて、愛を身に着けなさい。愛は、すべてを完成させるきずなです。

(コロサイの信徒への手紙 3章 12—14 節)

「神は見ている」

今回の「神は見ている」というタイトルは、神学館の2階にある学生ラウンジの入り口に貼ってあったステッカーを見て思いついたものです。そこには傘立てがあり、その上のところにステッカーが貼ってあって、傘に手を差し伸ばしている図が描かれており、ちょうど駐車禁止のようなマークが入っている上に、「神は見ている」というフレーズが入っているのです。誰が作ったのか知りませんが、もう1年以上は貼ってあるので、神学部としてお墨付きのステッカーなのでしょう。

私はこれを初めて見たとき、ふたつ驚きました。ひとつは神学部ではそれほど傘泥棒が頻発しているのかという驚き。もうひとつは神学部では神を傘泥棒の見張り番程度のものと考えているのかという驚きです。

昔、信仰の発達理論というのを勉強したことがあります。幼少年期には、神さまを白いひげの生えたおじいさんという印象で捉え、子どもたちのすることなすことを監視し、悪いことをすると厳しく罰する存在というイメージで理解するというような説を読んだことを思い出しました。確かにそういう神観念や神学もありといえばありでしょうが、神学部出身の私としては、いささかというか、かなり残念な思いを持っているというのが正直なところです。シャレになることとならないことがあると思うのですが、まあそれも人によって基準が違うということでしょう。

それはともかくとして、せっかくですから、「神は見ている」というフレーズだけいただいて、今日の話を進めていきたいと思います。

コロサイの信徒への手紙の勧め

ただいま、新約聖書の中からコロサイの信徒への手紙の一部を読んでいただきました。これは初期のキリスト教の指導者のひとりだったパウロが、現在のトルコの西の方にあるコロサイという町の教会に向けて書いたとされる手紙です。この手紙は、前半でキリスト教という宗教の教えの内容について記し、後

半ではキリスト教を信じる人がどのように生きるべきかという倫理について説いています。

読んでいただいた部分にも、「憐れみの心、慈愛、謙遜、柔和、寛容」など、いろいろな美徳が挙げられており、その後、「愛を身に着けなさい。愛はすべてを完成させるきずなです」という勧めに繋がっていきます。

こういういろいろな美徳は、たしかに大事だよなあ……とは思いつつも、抽象的な言葉、概念だけを続けて書かれると、どうもよそよそしいというか、「はいはい、分かりました」みたいな感じで読み飛ばしてしまうことが多いのですが（少なくとも私はそうなのですが）、ちょっと立ち止まって、じっくり考えてみると、たしかに大事なことだなあと思うし、まじめに考えなければいかなあと思います。

私は、最近、これらの言葉の中で、とくに「憐れみの心」とか「寛容」といった言葉に惹かれるというか、考えさせられることが多くなってきました。思えば、そういう心や姿勢が自分に足りないと感じることがしばしばあって、反省することが多いからだろうと思います。

未成熟の指標

先日、賀来周一さんというクリスチャンのカウンセラーの書いた本を読んでいて、「パーソナリティーの成熟と未成熟」について書かれている部分に興味を持ちました（『キリスト教カウンセリングの本質とその役割』キリスト新聞社 2009年）。パーソナリティーは「人格」と訳しても良いのですが、皆さんもご承知のように、私たちの周りには、同じ年齢でも、よい意味で「大人だなあ」と感じる人もいれば、悪い意味で「子どもみたいだ」と感じる人もいます。私が読んだ本では、そうした人間の「成熟と未成熟」についていくつかの指標が挙げられていました。

例えば、「未成熟」の指標として次の7つが挙げられていました。

- (1) 未成熟な人間は自己中心的である。自己絶対化する。言い換えると、他者を認めない。多様な価値観を認めないということです。
- (2) 非寛容である、「寛容」の反対ですね。異なる価値観を認めないので、そうならざるをえないと言えるでしょう。
- (3) 審判的である。異なる価値観を持っている人たちを裁く、攻撃する。他人を評価するより先に批判したり非難するという感じでしょうか。
- (4) 情緒不安定である。自我が安定していないということでしょう。
- (5) 偏見を持つ。ものごとの見方が一面的だということでしょう。
- (6) ありのままだが苦手、素直さを拒否する。他者を意識し過ぎることの裏返しであり、自我が定まっていないことの結果ということでしょうか。他者の前で率直に自分自身でいることができない。人前でわざと演技をする、仮面をかぶる、自分を作ることに繋がっていくといいます。
- (7) 個人差を認めない。世の中にはいろいろな人がおり、得意なことや不得意なこと、好みや感覚も異なるのですが、それを認めない。自分の物差しで、全部を測ろうとする。

皆さんの場合、こうした7つの項目でいくつ該当するものがあつたでしょうか。残念ながら、私の場合、けっこう当てはまっていました。とくに大学生だった頃の自分を振り返ると、全部当てはまるというのが実感でした。

成熟の指標

さて、未成熟の反対である成熟についても賀来さんは指標を挙げています。こちらも7つあります。

- (1) 成熟した人間は、どこにいても自分らしい。
- (2) 成熟した人間は、温かい人間関係を作る。
- (3) 情緒が安定している。
- (4) 自己受容ができる。
- (5) 現実的に問題を解決できる。
- (6) 自分を対象化している。
- (7) 委ねることを知っている。

おおよそ未成熟の反対の状態を挙げていることが分かるでしょう。ひとつひとつ考えていくと、いろいろなことを教えられますのですが、時間が足りないので、今は「(4) 自己受容ができる」と「(6) 自分を対象化している」と「(7) 委ねることを知っている」という三つの指標を取り上げて考えてみたいと思います。

まず「自己受容」。自分をきちんと受け入れられるというのは簡単なことではありません。完全な自己中心の人間でもない限り、私たちは自分の欠点や弱点を意識しますし、うぬぼれたり傲慢になることがあるのを知っています。自己受容の反対は自己否定であり、こうしたことは自尊感情にも直結する問題です。賀来さんは次のように書いています。

「人は誰でも、自分のいやな面を持っていて、それを見たくはないものです。それもまた自分自身であるとして、自分の責任でそれを抱えることのできる人は、成熟した人です」(同145頁)。

そんなふうに自分という存在のいろいろな面を全体的に捉えることができるというのは、自分という存在を外側から見ている・見ることができるということを意味します。それが「メタ認知」ということで、「メタ」というのは「超越した」とか「高い次元の」という意味で、この場合、より高い位置から自分を見つめると、外側から自分を知ることを指しています。未成熟な人間が自分の内側に閉じこもり、自分中心で外を見るのに対して、成熟した人間は第3者的な位置から自分自身を見つめ、自分を「対象化」して、自分の欠点や弱点も認めながら、自分を受け入れることができるというのです。

自分自身をよく知り、自分を受け入れることができる。賀来さんはそれが成熟のしるしだというのですが、さらに「委ねることを知っている」という指標をこれに加えています。賀来さんによれば、私たち人間の生きている現実というものは相対的であり、変化するものであって、有限であり、絶対というものがないといえます。そうした根本的に不安定な世界の中で生きるために、私たちは自分を委ねることができる何か絶対的で不変のもの、永遠なるものを必要とするのであり、それができるのが成熟のしるしだというのです。賀来さんはクリスチャンなので、こうした絶対的で永遠なるものという時に、自然とキリスト教の神を想定しているのですが、広い意味でとらえれば、キリスト教に限ったことではなく、他の宗教とか哲学のようなものも考えられるし、もっと違った何かかもしれません。ともあれ、私たちの存在を丸ごと委ねることができる何か、逆に言えば、私たちの存在を丸ごと受け入れてくれる何かと出会うことが、どのような事態に身を置いたとしても、私たちが生きていく土台となり、人間の成熟の指標であるというのです。

神と共に自分を見る

先ほど言った「メタ認知」は、ある意味で、私たちが自分を丸ごと委ねている何ものかの側に立って、自分を見つめてみることだと言ってもいいかもしれません。キリスト教であれば、外側に立った私が、神さまと肩を並べて、この世界であくせく生きている私という人間を見つめているというイメージを想像してみてください。そういう時に、神さまと自分が、「どうもこいつはいろいろ問題あるなあ」「でも少しは良いところもあるじゃないですか」「まあ、40 年前よりは多少ましかもしれないけどね」などと言っている感じでしょうか。

「神は見ている」。

しかしそれは傘泥棒を警戒して監視するようなものとしてではなく、愛をもって、私たちを見守っていてくださるということです。

そして、このような神と共に自分を見つめる。自分を甘やかさず、見捨てもせず、長い目で見ながら、ともかくどこまでもこの自分と付き合い続けていくんだという感覚……。そうしたイメージが、賀来さんの文章を読みながら浮かんできました。成熟するというのは、そういうふう to 一種のユーモアを交えながら、自分と、他者と、この世界を、温かい目で見つめること、憐れみの心を持ち、寛容であること、そうしたことなのかなと、最近、考えています。

いずれにしても、人間が成熟していくのにはずいぶんと時間と手間ひまがかかるようです。時々、自分自身の外側に立って、神と共に、自分を見つめ、自分を叱り、自分を赦し、自分を受け入れ直していく中で、知らず知らずのうちに、そうした成熟ということが起こるのでしょう。パウロが語っている、「愛を身に着けなさい。愛はすべてを完成させるきずなです」というときの「愛」も、恐らくそうした成熟のプロセスの中で芽生えてくるもののように思うのです。

2022年6月 22 日 今出川水曜チャペル・アワー「奨励」記録