

母と私——鏡の中を覗いて

——『生まれ変わる女』より——

ナタリー・ロジャーズ著

坂川雅子訳

訳者より

1. これは、ナタリー・ロジャーズ (Natalie Rogers) の、“Emerging Woman”の一部 (第6章のPart One 169ページから182ページまで)を、訳出したものです。

“Emerging Woman”は、1980年に Personal Press — Point Reyes, California から出版され、6章 (全197ページ) から成っています。

即ち；

1) The Right To Be Me !

Confronting Sex Role Expectations.

(期待された女性の役割を忠実に果していた結婚生活。失われていた自己を取り戻したいという欲求の芽生え)

2) Uprooting And Rerooting : A Transit.

(離婚、カリフォルニアへの移住。過去との訣別)

3) Solo ; A Midlife Choice.

(依存から独立へ)

4) On Love, Loving, And Lovers.

(夫 — 子供達の父親 — を求める態度から、^{パートナー}対等な伴侶を求める態度への変化)

5) Opening.

(開眼 — 意識下の自己の発見。宇宙との一体感)

6) The Impact of Women on My Life.

(影響を受けた女性たち)

Part One

Daughters and Mothers / Mother and Me : A Look Into the Mirror.

Part Two

My Changing Attitudes Toward Women / Women as a Source fo This Book.

2. この一節は、自分の娘との関係を考える上で興味深く、日本語にしてみたくなり、翻訳しました。

原書直接注文方法

1. 出版社住所 PERSONAL PRESS 1515 RIEBLI RD SANTA ROSA, CA 95404 USA
2. 航空便(2週間) \$ 8.50 + 6.50 (米ドルにて送金のこと)
3. 船便(6週間) \$ 8.50 + 2.50 (全 上)

母と私——鏡の中を覗いて

私自身はたいした困難もなく生まれてきたらしいのですが、母は、私を生んだ直後に、ひどい出血を起したのだそうです。1928年当時は、まだ輸血が行われていなかったので、母はとても危険な状態に陥りました。母の命が私の誕生とひきかえに失われそうになったという事実は、私達母娘それぞれにいろいろな影響を与えていたのではないのでしょうか。「お母さん、あなたは、生まれ出る私のために、もう少しで命を落とすところだったのですね」私の中のこの重い意識は、もしかしたら、ずっと二人のあいだにあった、あの〈親和と反発〉の関係を象徴するものであるかもしれません。

大学時代、誕生日に父からもらう手紙には、私をととても愛していること、そして、私の生まれた日が、非常に嬉しいと同時に恐ろしい一日であったこと、がいつも書いてありました。なにしろ、最愛の妻がもう少しで死ぬところだったのですから。何度かそのような手紙をもらったあと、私は、血腥い産後の話をくわしく聞かされるのはもう勘弁してほしい、と父に頼んだのでした。

今までに二、三度、出生時のことを思い出せそうな気がしたことがあります、そのたびに私はその感覚をふり払いました。まだ、それを追体験するのが怖かったからです。

我が家では最初が男の子だったので、女の子の誕生は両親を喜ばせました。上が元気のよすぎる子供だったから、それ程手のかからない女の子が生まれて、ほっとしたわ、と母はよく話してくれました。女の子だったら、炊事や洗濯を手伝わせたり、買物と一緒に連れていったりできるということも、母にはとても嬉しかったようです。私はクッキーを焼くのを手伝ったり、マングル・アイロン（シーツのしわを伸ばすローラー。シーツのしわを伸ばすのですよ！）をやらせてもらったりしたことを、懐かしく思い出します。母が裏庭で衣類を陰干しするのも、よく手伝ったものです。

近所の友達と屋根裏部屋へあがって、かび臭いトランクの中をかき回し、衣装を身につけて遊んだことがありました。私は母のハイヒールを履き、長いビーズ玉のネックレスをつけ、古いレースのカーテンを後ろへ長くなびかせてヴェールの代りにし、口紅もちょっとつけて、〈大人の女〉の真似をしました。大好きな母のようになりたかったのです。

母は、私の人形の服をいろいろこしらえてくれましたが、ある年のクリスマスには、私が身につけるサザン・ベル風のラッフルのついたフープ・スカートとパンタロンとポネットを、知らないうちに非常に手間をかけて作ってくれ、私の長い間の望みをかなえてくれたのでした。母は私を「女の子」として可愛がり、大事にしてくれていました。

1977年、私は母のために一つの詩を書きました。その詩は広々とした浜辺に立っていたとき、私の内面から湧き出てきたものでした。その時私は、幼かった頃は母を愛していたのだということ思い出したのでした。

私はこの詩を、人間性心理学会年次総会の「讚えたい女性」という婦人達の集まりで、母を前にし

て読みました。母娘の合同発表になるように、私は前以てこの詩を母に送り、母にもそれに対する答を準備してもらってありました。この分科会では、自分の人生における特別な女性を讃えようとする発表者が沢山いました。私が読み上げたのは次のようなものでした。

私はよく「カール・ロジャーズのお嬢さんですか」と訊ねられます。

このような女性の集まりをいくつか経て

私の意識も高められ、

その質問に対して適切な答が出来るようになりました。

すなわち、「ええ、ヘレンとカール・ロジャーズの娘です。」

という答です。

1977年 8月28日

ヘレン・エリオット・ロジャーズへ

お母さんへ

最近私は、いろいろな女性と

母娘問題を、話し合っています

こういう言葉を聞きました

「私の母はいつも塞ぎこんでいて、私を愛してくれなかった」

「私の母は忙しすぎて、私を構ってくれなかった」

「私の母は愛しかたを、知らなかった」

「私の母にとって、私は邪魔者だった」

「私の母は私に対して、過保護だった」

そのほか、いろいろ聞かされました。

私のお母さん

私があなたに感謝していることを、今ここで述べたいと思います。

子供のころ、あなたは優しくしてくれました

あなたに寄り添うと、いい匂いがしました

転んで膝をすりむくと、キスをして

痛みをなくしてくれました

あなたはいつも、手を差し伸べてくれました

台所からは、いい匂いがしていました

私たちに、おいしいものを食べさせるのが、あなたの喜びでした。

あなたは惜しみなく、愛と慈しみを与え

害悪から守ってくれて、しかも、束縛はしませんでした

私が必要とされ、大事にされていることを、私は知っていました

私が不器用に含羞しているとき、

あなたは、真直^{まっすぐ}立って誇りをもつように
私を勇気づけてくれました
あなたが、私の美しさを認めてくれたお蔭で、
私も自分の美しさを知りました
あなたの許^{もと}を離れるとき
いつでも戻って来られるのだという気持ちを
抱かせてくれました
あなたの生き方を見て、
母親になることが、女性にとって生きる喜びの一つであることを
教えられました
そういったことのすべてが
私の中に受け継がれています
そしてそのことを、私は感謝しています
あなたは私を、そして多くの人々を
愛し、慈しみ、育ててくれました
それは次つぎに受け継がれていくでしょう
あなたは 美しく整えられた落ち着いた家庭をつくり出します
あなたは 美術作品によって 美を生みだしてきました
あなたはいつも助力を惜しまず
あなたの夫と子供を支えています
あなたは 妊娠の可否と時期を選ぶ女性の権利を
唱道してきました
あなたは 外国人 友人 親類縁者 子供や孫達に
何の条件もつけないで
時間やお金を惜しみなく与えてきました
あなたは自分の子供や夫が、
十分に自己を開花させられる環境をつくるよう
長年 努めてきました
あなたは 誇りと 強さと 威厳を備えた
類^{たぐい}まれな 素晴らしい女性です
あなたは 世界中の讃えられたことのない女性の象徴です
今ここに
心から
あなたの功績を 讃えたいと思います

ナタリー

私にとって、この詩が心のなかに浮かんでくるようになるのには、長い時間がかかりました。呑気だった子供時代から現在までの間に、私はいろいろと母に対して腹を立てました。やがてほとんどの怒りは消え、私は次第に感じ取れるようになった母の心の痛みを、自分でも感じるようになったのでした。そういうわけで、子供時代の尊敬から思春期以降の反発を経たあと、大人の理解に達して、再び最初の状態に立ち戻ったとき、この詩が生まれたのでした。

母がそれに対して、その会の出席者——半円を描いて坐っている 80 人の女性達——の前で読んでくれた答は、より現実的なもので、私達の意見や価値観が違っていたことを認めるものでした。次に掲げるのが母の答です。

可愛い娘のナタリー

私に対するあなたの素晴らしい賛辞を、非常な感謝と愛をもって読ませてもらいました。あなたはとても言葉巧みに、そして非常な配慮を示しながら、この年月、私があなたにとってどういう存在だったかということ、明らかにしてくれました。あなたはひとりの人間として私を見て、それを語ってくれましたが、そんなにも細やかな心づかいを以てこんなふうに表示してくれる——或いは表わすことができる——娘をもった母親は、ごく僅かしかいないでしょう。私は胸が熱くなりました。心からの愛をもって私はすべてを受け入れます。あなたの言うとおりでと思います。

私自身の考えを二、三つけ加えて、私も弱い人間であることを明らかにし、自分の本当の姿を描き出したいと思います。

私は、あなたの言うことを心から聞いてあげなかったこともありました。

高飛車に私の価値観をあなたに押しつけようとしたこともありました。

あなたが成長し、親の与える規範や影響から抜け出して、別の道を歩もうとしているのを見たとき、反対したこともありました。

あなたが私に対して感じたように、私も、あなたに誤解されていると感じたことがありました。

ひどく批判的になって、後悔するような事を言ったこともありました。

私は、思ったことをいつもはっきり口にするので、ときどき問題をひき起します。

私は自分に正直でありたいのです。

でも、自分の考えをもっとよく吟味してから口にすればよかった、と思ったことが何度もあります。

自分という人間にまったく自信を失ってしまったこともあります。配られた札カネを使うことが出来ない、という気持になってしまうのです。特に病気の体をもてあます時など

.....

こういうことをいうのは、必ずしも私がいつも勇気に満ちた人間ではないこと、あなたが挙げてくれた素晴らしい特性と同時に、多くの人間的な弱点を備えていること、を思い出し

てもらいたいからです。

あなたは、多くの“讃えられたことのない女性のひとり”という言葉を使いましたが、本当に私はその一人でしょうか。もし“讃えられたことがない”というのは、賞状や勲章やメダルを授与されたことがないという意味ならば、確かに、私はそういうものを何も手にしてはいません。

けれども、私は自分のやりたいことをずっとやってきたと思っています。私は選択することが出来ました。そして、自分が選びとったものそれ自体によって、私は大きく報われているのです。

私が非常に誇りに思っている二人の才能ある素晴らしい子供達を育てたこと、

私の大事な夫を助けたこと — 彼はその目的を達成し、その専門の分野で重要な存在になりました —

これまで関わりをもった人々に、私という人間を、ごく一部にせよ、分かち与えられたように感じることに、これらのことは、それ自体で、私にとっては大きな報酬なのです。私の生命が絶えることなく続いていくように感じさせてくれるのです。

この五十三年間、夫のカールと私が共にした多くの素晴らしい旅行、適切な決断、楽しい経験のことを考えると、また夫や子供達や孫達、それに友人達が、私に示してくれた配慮と愛情のことを考えると、私は自分が“讃えられたことがない”とはどうしても思えません。豊かな報いを与えられている私は、すべての女性が、同じように、実りある人生を送ることができることを望んでいます。

長い年月の間に、あなたに対する私の愛も、私に対するあなたの愛も、次第に深められてきました。今後もそうあり続けることを、私は確信しています。

多くの感謝をこめて

母より

私にとって一番嬉しかったのは、「私はすべてを受け入れます。あなたの言うとおりでと思います」という箇所を母が読んだ時でした。聴衆は思わず一斉に拍手しました。それは、ほとんどの女性は、自分の個人的な長所を受け入れたり表明したりすることが滅多にない、ということを表わしているように思われました。

母について、私が一番いやだったのは、その自己卑下だったと思います。特に、中年から晩年にかけてそうでした。それがいつ頃から始まったのかはわかりません。それは、母が生きていく上で期待されていた役割のひとつだったのです。私の生活においてもそうだったように。

母に対する子供時代の素朴な敬愛の念は、思春期になると、変化しました。すぐ咎めたり、お説教したりする、というふうを感じ始めたのです。十代の私は、「知らなければ、とやかく言うことはできないはずだ」と考えました。そこで、私は多くのことを母に知られないようにしました。

母は、政治面では進歩的で、マーガレット・サンガーの計画出産を勧める運動に参加したりして

いましたが、私のことになる、あまり理解があるとは言えませんでした。

けれども、よく面倒をみてくれる母親でしたから、反抗しようとする、はっきりしたものはないのです。それで私は、何も相談せず、何も知らせないことによって、母親の束縛から逃れることにしたのでした。

私は 16歳になる時点で大学に入学したので、丁度成人する時期は、両親と離れて暮していました。

自分の生き方について悩みを抱いて帰郷するようときには、私は父と二人だけで話すことを望みました。母が自分の意見を押しつけてくるのに反して、父は私が自分で結論に達するようにしむけてくれることを、知っていたからです。

私が結婚すると、出産の時にはいつも母が来てくれて、産前産後の面倒をみてくれました。母は家族を結びつける中心でした。最初に、母のほうから手紙や電話をくれて、兄の家族や私の家族に、ロジャーズ一家のニュースを教えてくれるのでした。誕生日やクリスマスが来ると、母から心のこもった祝いが届きました。母はまた、私達のさまざまな企てに関心をもってくれ、そして、父が新しく始めた事柄や仕事について手紙をくれました。私も同じような種類の返事を出しました。母の手紙は、私と夫が一心同体であるかのように、二人に宛てて書かれていました。(義兄夫婦の手紙では、夫と私の名前は組み合わせられて、一つの名前になっていました。夫婦は結びついて一つの人格になっているというわけです。)

母は、私達の幸福な結婚について友人達に話すことを、特に誇りにしていたようです。私は母に倣って、家事を取り仕切り、家を飾りつけ、客をもてなす良妻賢母でしたから、母はずっと私を誇りにし、愛してくれていました。それで、結婚生活の中で自分を見失ってしまったとき、母をひどく失望させて、愛してもらえなくなるのではないかと私が恐れたのは当然のことでした。長い時間をかけて、私はやっと勇気をふるい起し、自分の悩みを母に打ち明けたのでした(その結果、父にも……というのは、両親は私達についてお互いに何も秘密にしなかったからです)。私の結婚生活の破綻に、母は困惑し、悲しみ、落胆しましたが、それでも、私が苦しんでいた年月のあいだ、母はずっと私の力になってくれました。

その後、私も自立した大人として、自尊心を失うことなく自分を母の前にさらけ出すことが出来るようになりました。今は、母が賛成してもしなくても、自分が望むことをするだろうということが、私には分っています。

私は、自分が母の長所の多くを受け継いでいることにも気づいています。私が面倒見がよく、人付き合いがよいのは、母がよい手本を示してくれたお蔭です。子供のころ、母が私の親として色々なことを喜んでやってくれていたのが、子供の母親であることは、私自身にとっても大きな喜びとなっています。

とつぜん、波立つ海のように私の心は掻き乱される。娘達との休暇は終わった。私は毎朝一時間ベッドに横たわって、母との関係を思いめぐらしてきた。今まで書いたものを読み返してみる。全部本当のことだ。だが、私が抱えている強い感情は、全然表わされていない。私

には胸の奥底にある手紙を書く勇気があるだろうか。その結果、どのような怒りや涙をひき起すことになるだろう。母に直接言わなかったことを文字にすること — そして、もしかしたら印刷すること — は不当ではないだろうか。私は母を（そして自分を）守るべきだろうか。とにかく書いてみることにする。公表するかどうかはその後で決めよう。

1978年 1月

お母さんへ

私が鏡の中を覗きこむと — 私の体や心や魂を覗きこむと — 私の中のあなたが見えます。この手紙を書くことによって、どの部分が実際のあなたであり、どの部分が私が同化したあなたであるのかを、はっきりさせ、自分というものを知りたいと思います。現在の私は、心からあなたを受け入れています。あの詩は、私の本心です。

けれども、その受容が可能になった背景^{コンテキスト}については、直接あなたにはっきりと述べたことはありませんでした。それを可能にしたのは、あなたの、或いは私の（つまり、私の中のあなたの）怒りと痛みです。今までそのことを卒直に話したことがありませんでした。

あなたは、若い頃もっていた特性を、ほとんど失ってしまったのではないですか。あなたは、夫の仕事や名声を蔭で支えるために、自分の関心や欲求を捨ててしまったのではないですか。そのことに、私は、怒りと恐れをおぼえてきました。私自身が、長いあいだ同じことをしていたからです。ほとんど取り返しがつかなくなってから、私は、自分の中のあなたに気付いたのでした。

私には、あなたが自分を見つめて、「私はどういう人間なのか？ 私はどういう人生を送りたいのか？」と問うのを避けようとして、“他人のためにつくして”いるように思われます。その避けようとする一歩は、本当に喪失^{アボイド・ダンス}への一歩^{ボイド・ダンス}なのです。それは逃げ出すことです。自分では闘いたくないのです。あなたには自分がなくなってしまったのですか。

こう書きながら、私は、自分のことを書いていることに気付きます。私が自分を無にして夫の仕事本位に暮していたのは、一つには、私が実社会で自分の力を試そうとしていないという事実から逃げ出すためでした。「私には、思考力も、才能も、独創力もある。社会に出て、人に伍して仕事をしていきたい」と言うかわりに、私は自分に代って夫に闘ってもらい、その成果を話し合うことで満足していたのでした。

お母さん、私には、あなたが自分の恨みや怒りを長い間心のうちに抑えつけてきたように思われます。もしかしたら、あなたは自分でも、それが何であるのか分らなかったのかも知れませんが。あるいは、怒りを表わしたら愛されなくなることを恐れているのかも知れませんが。あるいは、あなたは、人々が怒り、仲直りをし、そしてそのために一層親密になるのを、一度も見たことがなかったのかも知れませんが。そして私は、あなたがそういう道を示してくれなかったことを恨んでいます。

こう書きながら、私は自分のことを同時に話しているのです。私は、結婚生活で生じた鬱憤に自分で気づいていなかったもので、それをどうやって表わしたらよいか分らなかったの

した。

お母さん、私には、このような鬱憤がしだいに溜って、あなたの関節の痛みや体の痛みになっていったように思われます。あなたの乳白色の体についた傷痕、ふくれ上った関節、赤血球を作ろうとしない骨髓 — あなたの肉体のこの痛んだ部分 — が、世界に対する激しい怒りであることを、私も体全体で感じるのです。私には、あなたの痛みが抑えつけられた怒りであることが感じられるのです。

けれども、私はこんなことを書いた自分を、「親に向かって生意気な！ 母親の体の痛みを感情の抑圧のせいにするなんて、一体自分を何だと思っているの？」と詰らずにはいられません。

それから私は、自分の体も、年をとると同じようになって、抑えつけられた感情にむしばまれていくのではないかと、という恐怖にとらわれます。涙がのど元までこみあげてきますが、私には泣くべきなのか、何かを叩きつけるべきなのか、分かりません。物を叩きつけることは、あなたにとってと同様、私にもなかなか出来ません。本当は、そうすることが私には必要なのです。

ここでも、私の中に同化されたあなたの一面 — 私の中のあなた — に出会います。私も多くの怒りを抑えてきたことを、私は知っています。私は大声で叫びたいのです。あなたのために、私のために、多くの女性のために。

怒りに関して、私は、あなたに対して怒るのをあなたが許してくれなかったことを恨んできました。あなたは、「汝、我に対して怒るべからず！」という雰囲気を漂わせているような感じがします。私はその雰囲気に逆らえないのでした。もしあなたに対して怒ったら、愛してもらえなくなるような気がしたのです。

こう書いたのを読み直してみると、私は自分の責任をたな上げにして、怒ることが出来ないのをあなたのせいに行っていることに気づかされます。つきつめてみれば、あなたに対して怒らないことを選んでいるのは、私自身なのです。

あなたが「争いはお断わり」という雰囲気をつくり出していることを非難しながら、私は自分自身のやっていることを考えてみました。私自身もしばしば同じ無言の信号を出していることを、私は知っています。私の娘達は、時には、私に腹を立てますが、私も同じような雰囲気をずいぶんつくり出しているはずです。私が担当するエンカウンター・グループで、人々は私に対して怒りを表わすことがなかなか出来ません。それは、私がグループの誰に対しても減多に怒りを示さないせいであることを、私は知っています。というわけで、また、私がつけているあなたの一面に出会うのです。

お母さん、子供達が巣立ったあと、あなたが、自分のために、そして自分のやりたいことのために、権利を主張しなかったことが私にはとても残念でなりません。あなたはいつも自分の夫の仕事を第一にしてきました。40歳から60歳にかけてあなたはもっと自分を生かすのに — その機会をあなたは逃してしまいました。もちろん、あなたが自分の才能や能力を趣味やボランティア活動で生かしてきたことは知っています。でも、創作活動や自分自

身のことを、あなたは二の次にしてきました。それが私には悲しいのです。あなたは、自分のことを第一に考えて然るべき人だと思ふのです。

この箇所を読み直していると、私が修士号を取るために大学に戻ったとき、そして心理学の研修生をしていたとき、私も自分の仕事を二の次にしていたことを思い出します。子供達や夫のことが、私にとって先ず第一になすべき務めだったのです。もっとも、あの頃私が求めていたのは、片手間に出来る仕事だったのかも知れません。けれども、仕事をしているうちに、もっと自分のことを重んじるようになってよかったです。あの頃の気持ちを思い出すと、あなたに対して、あなたの過去の生き方に対して、批判する気持ちがうすれていきます。

お母さん、あなたは、子供や夫や友人達があなたを必要としないとき、自分がどういう存在なのか分らないように思われます。私があるあなたの助けを必要とするとき、あなたは適切に事を処理し、充実感を覚えるのです。私が（或いは他の人々が）あなたを必要としないとき、あなたは元気がなくなるように見えます。そのため、私が減入っている時にだけ、あなたは私を愛してくれ、充実感を覚えるのだ、というふうに感じさせられてしまいます。そういうのはいやです。悲しくなります。そして、怖くなります——私もそんなふうになるのではないかと。

私の生きる目標の一つは、私の中のあなたという^{カルマ}業を変えていくことです。こうして書いているうちに、あなたの中にある怒りと苦しみは、“女”の怒りと苦しみは、分ってきました。私の中にある愛と強さは、あなたが、そして“女性”が、もっている愛と強さであることが分ってきました。

こうして書いているうちに、深いきずなが分り、はっきりとした目標が見えてきました。今、ここで、私も、あなたも、お互いのために書いたあの詩を読み返してみるべきではないでしょうか。背景が^{コンテキスト}明らかになって、あの詩のもつ意味とその意図がはっきりしてきたからです。

あなたとの関係を考えることは、鏡の中を覗きこむことでした。自分を見ていると、あなたが見えてくるのです。私は、あなたとは違う自分固有のものを見きわめたいと思っていますが、おそらく、それはいつまでも続く課題となるでしょう。

こうして書いてきたことはどういう意味があったのでしょうか。私の人生における最も重要な女性は、お母さん、あなたであることが分りました。（書き始めたときには、全然、こうなるとは予想していませんでした。）私はあなたに対する口に出さなかった怒りに気づいていくにつれて、自分自身に対する怒りに気づき、そして、自分の生き方がよりはっきり見えてきました。私が描きだしたあなたの像に抵抗しているうちに、自分の目標がはっきりしてきました。

私は、^{パートナー}夫や伴侶がいても、いなくても、はっきりした自分を持ちたいと思います。

私は、自分専用の仕事部屋をもちたいと思います。—— 誰にも煩わされることなく、独り

でいられる場所を。

私は、自分自身の仕事と、収入と、独立を確保したいと思います。—— 伴侶や同僚や友人達との相互の助け合いは続いていくでしょうけれども。

私は、子供達や伴侶や友人達から必要とされない時の、本当の自分を、知りたいと思います。自分固有の、生きる目的は何か？ これは永遠の課題です。

私は、自分の怒りに気づき、その怒りを相手に対して建設的に表現できるようになりたいと思います。

私は、他の人々がこだわりなく怒ることの出来るような人間になりたいと思います（これは前項と密接に関連し合っています——もし私が自分の怒りを示す方法を知っていれば、ほかの人々も私に対する怒りを表わす方法を見出すでしょう）

私は、どこか体に悪い所が生じたとき、自分の精神状態との関連を理解できるようになりたいと思います。また、出来る限り、心と身体と精神とを統一していられるようになりたいと思います。

私は、自分の体を大切にしておしみ、感覚的、性的な自己を表現するために、また、生きる喜びを踊りによって、怒りを物を叩くことによって、表現するために、その体を用いたいと思います。

お母さん、そういうわけで、あなたと／私の鏡の中を覗きこむことによって、私は自分自身がよく分かりました。（あなただけが、私のどの部分があなたであるのか、教えてくれることができます）

最後の時が訪れて、あなたが肉体を離れ、彼方へと旅立っていくとき、じっと手を握りしめながら、あなたのそばについていられることを願っています。

愛をこめて

ナタリー

私は、その手紙を母に見せることはありませんでした。母が病気だったので、そんな手紙を見せるわけにはいかなかったということもありますが、実は、これは私自身の問題であるということに私は気付いたのです。

その後、時が経つにつれて、私は母をより一層完全に受け入れられるようになりました。母を愛

するために母と同じ考え方をする必要はありませんでした。また、母の愛を得るために母の望むことをする必要もありませんでした。（もう大分前から、私は母の規範に従って行動してはいませんでした）

母に対して、今度は私の方が、母親の役を演じる番でした。母が衰弱してくると、毎日沢山の人が母の病床を訪れて、母の話に耳を傾け、愛情を注ぎ、笑い声を立て、優しい言葉をかけてくれました。私は容態が悪化するたびに、何度も、遠くから駆けつけて、母の力になりました。死に対する心の準備が出来ていく母を見ているうちに、私達の多くも深い洞察を得ました。母は、死後の世界をまったく信じていなかったのですが、次第に、別の世界の可能性に心を開いていきました。白い光が何度も現われるのを見たり、過去に死んだ身内の姿を目にして、母は徐々にこの世界に別れを告げ始めていました。

母が病院のベッドに横たわっているとき、私は、母への最後の手紙となった次の手紙を書きました。

1979年 3月

最愛なるお母さん

あなたを両腕の中に抱きしめながら、私は今これを書いています。いいえ、あなたに話しかけています。今週は二度も電話で話したので、此の世にとどまるために私はもう一度闘う気があるかしら、と言うお母さんの声が、まだ聞こえるような気がします。ベッドに横になって、空を茜色に輝かせながら静かな地平線に夕陽が沈んでいくのを眺めていると、あの世の方がもっと安らかに違いない、というふうにあなたには思えてくるのかも知れません — 私も、そうに違いないと思います。

完全に理解することはできませんが、此の世に別れを告げて何か別の存在になるということに、あなたが非常な困難を覚えていることは分ります。

あなたがどちらの道を選んでも、私は心から受け入れます。これまであなたがどんなに私を愛し、育み、支えてきてくれたか、ということを是非知ってもらいたいと思います。あなたが本当に死んだら、それがいつであっても、どんなに私は悲しいでしょう。でも私は又、あなたが与えてくれた愛の精神が、あなたの娘である私を通して、そしてあなたが惜しみなく分ち与えた他の女性達 — これもあなたの娘達です — を通して、受け継がれていくことを知っています。

あなたの生涯と、その愛と精神は、いつまでも私達の胸の中にとどまるでしょう。

もし万一、あの世に行きたいと思うようになったら、治療に関して選択できる事があるのを知っていますか。もし望むなら、輸血や点滴を断わることが出来るし、もし望むなら、自宅に帰って完全看護を受けることが出来るのです — もし自宅で死にたいと思うならば。あなたが、こうしたことを選択できる事柄として考えてみたことがあるのかどうか、私にはわかりません。あなたは体力が衰えています。そういう時は、必ずしも頭がはっきりしないものですから。けれども、これは自分で死を選ぶという行為の尊厳と共に、すべての人に許さ

れるべき選択なのです。

もしあなたが、もう暫く私達と一緒に居られるように、体力をつけて努力したいと思うならば、それも又、勇気のある素晴らしい決断です。私も、出来る限り、力になりたいと思います。繰り返して言いますが、私がどんなにあなたを愛し、尊敬しているか、わかって下さい。それがいつのことであっても、あなたが居なくなってしまうたら、私はひどい打撃を受けるでしょう。でも、あなたが私に与えてくれた愛と喜びは、いつまでも消えることはないでしょう。

愛をこめて あなたの娘より

追伸 私はこれをあなたに読んでくれるように、マリアに頼むつもりです。彼女は実の妹のような気がします…………。

最後に、母は受容と愛の贈り物を私に呉れたのでした。私に手をとられながら、母は静かに息を引き取りました。母は呻き声も出さず、身動きもしませんでしたが、私は、生命のエネルギーが母の手や腕からなくなっていくのを感じました。それは、母の体から抜け出して昇っていき、部屋の中に浮んでいるように思われました。私は母の顔を見つめながら、「お母さん、お母さん」と呼びかけました。そして、母が亡くなったことを悟りました。

母の死後少し経って、私は夢を見ました。

昨夜の夢の中で、私は、人種問題や女性問題に関する仕事をしていたため、ひどくストレスを覚えていた。まわりには誰も居ず、私は疲れ切っていた。私が姿見の前に立ってイヤリングをつけていると、母が現われて、左側に立った。母の姿は、半分は鏡の外にあって、私には半分しか見えなかった。母は、父方の祖父母の結婚五十年記念のときに着て行った豪華な白の長いガウンを着ていた。(五十という数には意味があると思う。現在の私の年齢だから。) しばらく黙っていたあと、母は、元気のない私の顔を見て、とても優しく、こう言った。「ね、忘れないで。この私は、あなたを愛していますよ。」

翌朝、私は、母が本当に現われたのだと思いました。というか、そういうふう感じたのでした。ところで、私が母を見たのは鏡の中でした。まるで、私がこの本を書き続けるために必要としている支持を、私の中の母が与えてくれているようでした。そこで私は、二年間眠っていたこの章の初めの部分を引っぱり出してきて、そして、「母と私 — 鏡の中を覗いて」という題名をつけたのです。

母親と娘との結びつきは、もちろん、独得なものです。女の子を産み育てる女性は、成長していく娘の中に、自分とそっくりな面があることにどうしても気づかされることになります。子宮から生まれ、そして自分でも子宮をもった存在である娘たちは、母親に対して特別な関係にあります。

私は、娘のフランスと一緒に母と娘のワークショップをやってきました。フランスは、心理学と女性研究の学士号をもっている熱心な女権^{フェミニスト}拡張論者です。私達は、特に、成人した（16歳以上の）娘達と母親達との間の意志疎通をはかろうと努めてきました。私が自分の母親について書いていると、このワークショップで聞いた言葉がいろいろ頭に浮んできます。

娘達はよく、「どうして、もっと幸福に、もっと強くないの？ そうすれば、どう生きればよいか、私にもわかるのに」と言います。母親達はそれに対して、「ねえ、お嬢さん、人生はバラ園ではないんですよ、今にわかることだけど。私は弱くなんかありませんよ。私がさまざまな困難なことを処理するのを、あなたも見てきたでしょう。それに、私はこの上なく幸福ですよ。私は自分の人生が——まあ大体のところ——気に入っているんです。とやかく言って欲しくないわ。さっさと行って、本当の自分を、そして自分の望むものを見つけ出しなさい。私もあなたのために祈ってますから。あなた自身の理想の姿を私に求めるのはやめてちょうだい」と答えます。

私は、私の母が、その社会環境と与えられた条件の中で、精一杯自分の望み通りに生きてきたことを理解したとき、自分の問題に面と向き合うことになったのでした。「私はどんな人間になりたいのか？ 自分の理想像を母親に要求するのは止めにしなければならない」

人間関係研究会について

人間関係研究会は、エンカウンター・グループを中心とした人間関係の改善と促進の方法についての研究と実践を目的として、1970年春に発足しました。この研究会は、人間関係の分野に関心をもつ研究者と実践家が閉鎖性をうち破り、新しい人間関係をもとに組織と集団や個人生活のあり方に、より真実で創造的・建設的なものを求めることを課題としています。人間関係こそは、私たち人間の生き続ける限り、世界・国家・社会を通じての大きな課題であり、障壁・闘争・破滅につながると同時に、成長・建設・福祉への道でもあります。この新しい分野に関心をもたれる方々が、この研究会を利用し、経験と知識を交換しあうことを希望しています。

この研究会は、年間二十数回のワークショップやセミナーを開催し、文献資料の配布および機関誌“ENCOUNTER”の発行も行っています。

人間関係研究会刊行資料

人間関係研究会では、グループ活動に関連する資料を刊行しています。自分のグループ体験を掘りさげて見つめるためにも、一読をお勧めします。また、“こんなことに関する資料がほしい”という様なご希望もお知らせいただくと幸いです。

- No.1 畠瀬 稔 身体接触を伴う人間関係促進の一技法(改訂増補), 1972 (価 200円 千 120円…40g)
- No.2 小野 修 自分がよみがえった——エンカウンター・グループへの参加
経験——, 1971 (価 200円 千 120円…40g)
- No.3 ロジャーズ, 1967(小野修訳) 学校組織の主体的変革のための計画, 1971 (価 200円 千 120円…45g)
- No.4 畠瀬 稔 エンカウンター・グループについて——来談者中心療法の行
動科学的発展——(「教育の医学」18巻1号より転載)
(価 200円 千 120円…30g)
- No.5 ジェンドリン&ビービー, 1968(小野修訳) 体験グループ——グループの
ためのインストラクション——(増補改題), 1972 (価 200円 千 120円…40g)
- No.6 北島 丕 高校生のためのグループ・カウンセリング, 1976 (価 800円 千 240円…180g)
- No.7 増田 実, 東山紘久, 清水信介 ラ・ホイヤ・プログラムへの参加経験,
1977 (価 200円 千 120円…40g)
- No.8 畠瀬 稔 企業における人間関係の改善について——エンカウンター・
グループの導入——, 1979 (価 200円 千 120円…30g)
- No.9 渡辺 忠 職場のチーム・ビルディング——人間中心の組織づくりのた
めに——, 1985 (価 300円 千 170円…60g)
- 野島一彦編 わが国の「集中的グループ経験」に関する文献リスト(1970
～1980)〔福岡人間関係研究会資料 No.11〕 (価 400円 千 170円…60g)
- 機関誌 ENCOUNTER 出会いの広場 No.1 (1985. 6. 1) (各 千 60円)
No.2 (1985. 12. 1)
- No.3よりは、年2回発行 B4 30頁程度 (年間購読料 1,000円)

これらの文献資料の購入申し込み、またはお問い合わせは、下記までどうぞ。2冊以上ほしい方は、重さを参考にして計算の上、郵送料をお送り下さい。250gまでは240円、500gまでは350円です。

人間関係研究会事務局

〒145 東京都大田区上池台1-34-26 渡辺方
ご送金は、郵便振替 東京9-37428まで

著者略歴

1930年 生まれ。 カール・ロジャーズの長女。

ブランダイス大学大学院卒修士。

クライアント中心療法の心理療法家，グループ・ファシリテーターとして，またパーソン・センタード・エクスペリメンツ・セラピー・ワークショップを，米国内外で開催，活躍中。

訳者略歴

東京大学大学院英語英文学修士課程修了。

現在 桐朋学園大学音楽学部教授。

人間関係研究会資料 No. 10

発行者 人間関係研究会
〒145 東京都大田区上池台1-34-26 渡辺協子方
TEL 03-729-3622
郵便振替 東京9-37428

印刷所 〒769-15 香川県三豊郡豊中町 大西プリント社
発行日 1986年5月1日
訳者 坂川雅子

