

## 《開局 30 周年記念講演抄録》



# 人々に寄り添うということ

～いのちの電話が目指しているもの～

講師 立教大学名誉教授  
日本いのちの電話連盟研修委員 福山 清蔵氏

浜松いのちの電話、開局30周年、おめでとうございます。

30年の間に電話をめぐる状況は大きく変わりました。30年前の電話は固定電話でした。小銭を握りしめて、公衆電話からかけてこられる方が多かったです。テレホンカードというものができて、小銭の枚数を気にしないでかけられるようになりました。公衆電話で長話をする、後ろの人にドアをたたかれたりして、そう長くは占領できない。家の固定電話でかける人も家族が周りにいて内緒の話はしにくい状況がありました。そして、携帯電話の時代になり、携帯電話というのはどこからでもかけられる。そうすると、中には今、屋上にいるんだけど、これから飛び降りるんだという人も出てきます。スマートフォンタイプになるとゲームもできたりするので、電車に乗っても、みんな、携帯とにらめっこして周りの人を見ようとしません。昔は絶えず人に周りを囲まれている状況でしたが、今は自分だけの世界になってきました。人といるんだけど、人といないという状況が進行しています。こういう社会の中で、私たちがいのちの電話を受けるといえることは人と向き合うということそのものに他なりません。

### 【電話で寄り添うということ】

人と向き合うということとは実はその人の心に寄り添うことに他ならないということになります。

すが、電話というものはよくも悪くも少し隙間がいつもあります。飛んでいって何か直接できるわけではない。いつも歯痒さを同時に味わいます。でも、その距離が安心の距離でもあるわけです。ちょっと距離があることで少し安心できる、ほっとできる、自分を取り戻せる、もっと自分を素直に見つめることができる、そういう距離が電話の距離だと思います。

それから、いのちの電話の秘訣としては、かけ手を少し好きになること。大好きになると直接、会いたくなってしまうし、大嫌いも困るわけです。ちょっと距離があって、お互いに配慮しあえる、お互いに通じ合えるという関係を暖かく感じられる人が長くボランティアを続けられる人かと思います。

そして、寄り添うためには、かけ手の人生に敬意を持つことです。相手がくだらない、たいしたことない、どうしようもないと思っていたら話なんか聞けません。その人なりに苦労してきたんだな、一生懸命なんだな、自分を見つめようとしているんだな、自分を変えようとしているんだな、ということを感じることが敬意という言葉の中に私が込めたものです。専門家、医師とか弁護士とかは基本的に<sup>さば</sup>捌く、こなす人たちです。人の話を聞いて驚いてはいけません。そういう意味でいのちの電話のボランティ

アの人たち、普通の市民の人たちは、素直に適切に驚く人たちであってほしいというのが私の思いです。

#### 【いのちの電話は何のために設立されたか】

イギリスのサマリタンズがいのちの電話のルーツとされています。このサマリタンズを立ち上げた人がチャド・バラーという牧師ですが、彼は電話で相談を受けていた若い女性が生理の出血を悪い病気だと勘違いして、それをはかなんで自殺してしまったという経験があります。この人が電話での相談を組織し、それをボランティアに託した。隣人愛ということがベースにあります。専門家ではなくボランティア、普通の市民の人に託すというこの決断がすごかったと思います。私は一応専門家ですから、ボランティアの人の相談のやりとりを聞いているとへたくそだと思います。だけど、よくよく聞いてみると下手だけれどいいのです。その人の香りがあるのです。

オーストラリアのライフラインという言葉から日本のいのちの電話は来ています。段々、社会で自殺がクローズアップされ、厚労省からお墨付きをもらっての毎月10日の自殺予防のためのフリーダイヤルにつながっています。最初は、それぞれが生きていく現実の中でその人のぎりぎりの訴えみたいなのを聞きましようということをやっていました。浜松はすごいですよ。それを外国人向けに外国語でも受けているんですから。50センターある中で外国語相談をしているのは3つだけです。

ボランティアの人たちはかけ手に巻き込まれて苦しみますが、悪いけどそれでいいと思えます。上手にかわせずに、ぶつかってびっくりして苦しみます。大変です。それなのに、何十年も続けられるのは、きちんと相手と話が通じた、わかりあえたという経験がその人を支える

からです。

#### 【相談とは苦痛や悲しみを「早く、軽く、小さく」することである？】

私は昔、一流のカウンセラーとは誰にでも手際よく苦痛や悲しみを、早く軽く小さくできる人だと考えていました。それが、ある母親に出逢って変わりました。その母親は7歳の子どもを亡くして8年が経ちますが、未だにお骨を家に置いて、子どものことを思い出しては泣き崩れる日々を送っているのです。「周りみんな、そろそろ元気出して悲しみから立ち直らないと、と口を揃えて言う。私は今でも亡くした子どものことを思うと、心がきりきりと痛む。でも、この痛みがなくなるほうが、私はもっと辛いんです」とその方に言われたのです。その言葉を聞いて私は頬を殴られたような気分でした。何故かという、私も心の中で「早く切り替えろよ」と思っていたからです。この人の立ち直る時間を私が決めていたのだと思いました。それ以来、私のカウンセリングは変わりました。悲しみをその人が持っていられるように手伝いましょう、と。それこそが、寄り添うことだと思います。人々の悲しみや苦しみを受け止めようとする人がいつもそこにいるということがいのちの電話の原点です。その存在自体が、とても人々を支えています。

大変なボランティア活動ですが、皆さんには是非「あら、そんなことがあったの、大変だったわね。」と素直に新鮮に驚き続けていただきたいと願っています。

