『心理臨床の森で－自己治癒への道を探して』　（近代文芸社、１９９７年１２月）

文学部教授　　羽　下　　大　信

僕は２０代の後半、大学の学生相談室と病院・精神科のサイコセラピストとして、自分のキャリアを始めた。その頃、卒業を前にしたある学生から、「先生は、何でその仕事を続けられるんですか？」と尋ねられたことがある。彼自身も、これから自分が就職し、社会に出ていくことに、どこか脅えや尻込みがあったのかもしれない。未知・未経験は人を不安にさせる。そんな彼の前にいる、幾分年かさで、少しだけ先に就職した僕への、それは、シンプルな問いだったのだろう。

しかし、その質問は僕を直撃した。その時の僕を困らせていたヤワな部分に触れるものだったからである。喉元に突きつけられた短刀のようなその質問に、僕はウーとうなりつつ、「それは自分が決めて、始めたことだから」と、やっと答え、必死で切り抜けた。

けれど、不思議なことにそう答えたことで、僕の中にある変化が起きた。自分の言ったことに、「うん、たしかにそうなんだ」と思い始め、するとそれまでの事態の見え方、灰色に垂れ込めていた曇り空のような気分に、晴れ間が広がって行くようだった。

『心理臨床の森で　－自己治癒への道を探して』は、僕が一人で書いた本としては３冊目にあたる。この本は先ほどのやや重い風景から始まった、僕のセラピストとしての仕事の途中経過報告である。山歩きのとき、小高い丘から見える風景のような趣きと言えば、近いかもしれない。

臨床心理学の専門用語を使わないで書く。あるいは、限りなくゼロにする。どうしても使わざるを得ないときは、自分風に言い直す。これが僕が文を書く時の「つもり」である。これは自分の専門の論文の場合でも同じである。

この本を作るに当たって、編集者に向かって僕は、こう言った。これは一般書でもないし専門書でもない。この本を読んでもらいたい人は、いわゆる本好きの読書家ではない。「自分」と「人間」への関心を持ち、心理学のワークに参加し、あるいは対人援助活動をしようとしているか、既に始めている、「あなどれない人たち」である。彼らに向かって、心理療法（対人援助）とは何をすることか、セラピストは何を考え、どんな風に仕事をしているか、そんなテーマを僕が今立っている現場から発信したい。別な言い方をすれば、彼らは未来のクライエントであり、潜在的なセラピストでもある人たちである。彼らにこそ、これを届けたい。僕は今、専門書を書くことには興味がない。

こう、大見得を切った僕に、編集者は言った。そういう読者はいません。返ってくる読書カードからは、そんな人は想像できません、と。おかしいなー。僕には、あの人、この人と、たくさん見えるんだけど。もしかしたら「あなどれない人」たちは読書カードを返送しないんじゃないの？　こんなことを言って編集者をへこませたものの、そういう読者層は今から育つ状況なのだろうから、つい、出版する側も尻込みするようだ。そんなわけで、この原稿は、しばし放浪した。

僕が想定した「あなどれない人」たちから、ときどき手紙をいただく。この本はスキだらけだから、イジワルな突っ込みもたやすくできるし、揚げ足取りも随所で楽しめる。その中で、ヒヤッとするほど踏み込んで読んでくれている人もある。この反応の厳しさは、専門家とは限らない。まこと、普通の人、「素人」は恐ろしい。でも、それは望むところだ。

そもそも、これはその人たちに向かっての僕のメッセージなのだから。