

Seikyo Gakuen Junior & Senior

623, Suehiro-cho, Kawachinagano

TEL 0721-62-6828 FAX 0721-63-5048



High School **KENDO** Clubs

-shi, OSAKA 586-8585, JAPAN

<http://www.seikyo.ed.jp>

離見の見

2001年7月9日、テニスのウィンブルドン選手権は男子シングルス決勝を行い、推薦



出場のゴラン・イワニセビッチ（クロアチア）が6 3、3 6、6 3、2 6、9 7のフルセットの末、パトリック・ラフター（オーストラリア）を下し、優勝した。推薦選手が優勝したのは史上初。イワニセビッチは4度目の決勝進出で、念願の初優勝を果たした。【ロイター共同配信記事】。試合数日前のインタビューで、イワニセビッチは、「好調の原因は、自分達のプレーをあたかも少し離れたところから、客観的に観ることができているからだ」と興味深いことを語っている。つまりプレーする自分の姿を、もう一人の自分が客観的に観察し

ている気分になると言うのである。

全米でベストセラーとなった Daniel Goleman 著”EMOTUONAL INTELLIGENCE”
和訳名「EQ こころの知能指数」の「第4章 汝自身を知れ」に次のような言及がある。

日本の古い話だ。血気にはやるサムライが禅僧に、地獄とは何か、極楽とは何か、と問う。し

かし禅僧はサムライの問いを一笑に付す。「この無骨者が。お前なんぞに関わる暇は持たぬ」。体面を傷つけられたサムライは激怒し、刀をぬいて大声をあげた。「無礼な！切り捨ててくれる！」

「それを地獄と申す」。禅僧は静かに答えた。怒りに狂った自分の心をズバリ突かれて我にかえったサムライは、刀を鞘におさめ、禅僧に向かって一礼した。禅僧はふたたび口を開いた。「それを極楽と申す」。心が乱れている自分の状態に突然気づいたサムライの話は、感情にとらわれて我を忘れた状態と感情に押し流されている自分自身を認識している状態との決定的な差異を物語っている。「汝自身を知れ」というソクラテスの箴言^{しんげん}は、EQ(こころの知能指数)のかなめである「現在進行中の自己の心的状態を認識する」ことをさしているのだ。自分が感じている感情などわかりきっていると思われるかもしれない。しかし考えてみれば、自分が抱いている感情にまったく気づかずにいた経験、あるいは後になってようやく自分の本当の気持ちに気づいた経験が誰にもあるはずだ。自己認識は情動の嵐の中にあっても内省を維持できる中立的な心理状態のことだ。自分自身が経験した重症の抑うつ状態を描写したウィリアム・スタイロンの作品の中に、こうした心の動きを記述したと思われる箇所が出てくる。「第二の自分がいつも傍らに立っている。分身である私の狂気を共有しようとせず、ただ冷たい好奇心をあらわにして分身の苦悶する姿を見おろしている剥製のような自分が」。自我を観察する能力が最大限に発揮されたとき、まさにスタイロンのように激しく揺れ動く感情を平然と認識している状態が生まれる。具体的に言えば、「あいつを殺してやりたい」と思うほど激怒している心境は自我観察が欠如している状態、同じように激怒しながらも「あ、自分は怒っている」と内省的に意識している心境が自我観察のおこなわれている状態だ。脳の神経機能から見れば、この心的状態の転換は大脳新皮質の回路が情動を活発にモニターしていることを示す徴候と思われる。これは情動をコントロールする第一のステップだ。このように自己の情動を認識する能力は、情動に関わるあらゆる知性の基礎となる。

少々引用が長くなったが、いわゆるイワニセビッチが自らその好調の原因を分析し、ノーシードから、ついに優勝するに至った主要因は、自分の感情および行っている行動を冷

静にモニターする能力にあったと言える。同書において Daniel Goleman は「**他者の感情を操作するという高等な対人能力を駆使するためには、別の二つの情動能力 情動の自己管理と他者との共感 が必要なのだ**」と語っているが、まさにその能力を最高に発揮できたのが今大会に於いてはイワニセビッチであったと言うことになる。

離見の見は、世阿弥の「風姿花伝」に出てくる言葉である。舞台上で舞う自分を、観客の目で、客観的に観よ、との教えである。また自分の後ろ姿を見て、舞えとの口伝もある。物理的には不可能なことを、世阿弥は求めているのである。

宮本武蔵は五輪の書で、観見二様を説いている。観の目とは、肉眼で見る「見の目」に



対して、いわゆる心眼による目付をいう。われわれ人間の肉眼は、事物の現象、相手の「おもて」を見ることはできても、事物の本質、相手の「うら」を見ることはできない。あるいは悲しいかな部分を見ることはできても、全体を見ることはできない。観の目は相手の「うら」、働きの根源にあるもの、その全体を、瞬時にして直感的に捉える目付の事である。武蔵は「観の目つよく、見の目はよわく」と説き、肉眼による目付に比重をかけず、むしろ心眼をつよく働かせ

二天一流兵法

よ、と教えている。これは離れたところから冷静に自他をモニターするという状況を言うのではないかと思う。

柳生十兵衛三厳は新陰流兵法の術理をその著作「月之抄」に著しているが、その中に祖父柳生石舟斎が高弟の能役者金春七郎勝氏に授けた口伝として「真の^{ぼうしん}棒心」を説明している。相手に我心を捧げることが常勝に不可欠のことと説いている。これは上記の「相手との共感」とおなじ事である。小野派一刀流はその極意を「円満」とする。命をかけた勝負を追求するのに、円満とは、相反する感情のように思われるが、究極的には円満こそが常勝の秘訣だと言うのである。さらにこの「円満」をもたらすためには、「憐れみ」が無ければならないとする。これから倒そうとする相手に憐れみをかけることも一見矛盾するように思われるが、この憐れみが円満を生み出すとする。そして憐れみとは、「相手の喜怒哀楽を自分の感情として共感できる事である」とする。剣豪山岡鉄舟は「一刀正伝無刀流」を開いたが、生涯人と争うことは無かったという。また聖書も「あわれみ深い人たちは、さいわいである、彼らはあわれみを受けるであろう」「わたしたちは、見えるものではなく、見えないものに目を注ぐ。見えるものは一時的であり、見えないものは永遠につづくのである」と語りかける。

テニスの世界、最新の心理学の研究成果、古流の剣道、そして聖書と、すべてが対人関係を円滑にし、豊かな生活を送る秘訣を、情動の自己管理と他者との共感にあるとする。人生を豊かに生きるには、知能指数のIQが高いだけではだめで、EQ (Emotional Intelligence/心の知能指数) が高くなければならない、と言うことを今一度考える必要がある。幸いにしてこのEQは後天的にも自己の意識でいくらでも高められるのだそうだ。

