

「わたしの幸せあなたの幸せ」

裏話・その1

この拙著が出版される前後の2ヶ月間は、悲しい別れが続き、出版を喜ぶ心境にありませんでした。どんなものであれ完成にはなにかの達成感があるはずですが、醒めた心地で、人ごとのように眺めていました。どこかで区切りをつけなければならないと思い、中旬に編集協力を頂いた常深信彦さんと大野 彰さんと簡素な感謝会をいたしました。

この本の出版の一つの意義は、凡庸な人間でも努力すれば、「この位のことは出来る」という証を示したことだと考えています。有名人や有識者が本を書くことは、当たり前のことですが、凡人でしか書けないことも多くあり、事実をそのまま粉飾なく書けるのも自由人の特権です。社会へ小さな一つの橋を架けることはできた意義を味わっています。

この本の題名が、実は本の内容そのものなのです。

第7章「人生の基本的構え」に I am OK, You are OKというTAの基本用語を解説していますが、このOKを「幸せ」に変えたのが「わたしの幸せあなたの幸せ」です。不思議なことに、これに類似する書名が未だありません。誰にも使われていないのです。

このことについては、私は非常に驚いています。日常用語としてもおかしくない平凡なフレーズです。又、27年前に用いたこのフレーズは、公的機関に登録した覚えもなく、誰でも自由に口ずさんでもらえると思っていました。逆の意味の言葉はよく見かけます。それはそれで近親感を覚えます。

話は反れますが、「ベストピア」という名前は、弟子の一人、高橋鋭人君（社会保険労務士）が使ってくれていますが、それ以上に普及しません。一度はある会社の宣伝にあったようですが今は消えています。ベストピアは造語で、意味は「一所懸命の場所」です。今は一所懸命努力しても報われない世の中ですから普及しないのでしょうか。

ところがネット上でbestopiaは少し人気があるようです。日本国内かどうか確かめることは出来ませんが、先日Twitterを始めようとして、この語を入れますと先人がいました。そこでbestopia1としましたら、これもダメでしたので、結局bestopia0と登録しました。零が空いていたことが、私には幸いでした。話を元に戻します。

自然科学は宇宙から遺伝子まで解明が進み、医療界での超速の進歩は難病の克服に希望の光を与えています。近代文明は著名な学者の予言の通り進み「便利さ」は極地に達しましたが、I am OK, You are OKの関係には影響がないような感じです。

この本の基本テーマは次の二つです。

①コミュニケーションの決定権は受け取る側にある。

②自分自身が本来持っている能力に気づき、その発揮を妨げているいろいろな要因を取り除いて、本当の自分の能力の可能性を実現して生きる。

この①②が縦糸となり横糸となってI am OK, You are OKの物語が進んでいきます。

いずれも、恩師岡野嘉宏先生(1937-2007)から教わったことですが、この言葉の原点を探し求めていました。今回①について、原点を発見でき、歡喜しました。紀元前4世紀のアリストテレスに発して、13世紀中世の大哲学者トマス・アクィナスに引き継がれたことが分かりました。

Quidquid recipitur recipitur in modum recipientisと書かれてあるそうです。

この訳は「受け入れられるものは、すべて何でも、それを受け入れる側の様態に従って受けいられる」これを教えてくださったのは井上洋二著作集第9巻 p 29 でした。

「コミュニケーションの決定権は受け取る側にある」人間界の真理に間違いありません。



私はこれを伝えるために30年前に読んだ4コマ漫画からヒントを得て記しています。発信者は自分の意志が相手に伝わった「はず」であると確信しています。又は、「伝わったつもり」でいます。しかし、「はずは外れ、つもりは積もりない」のがコミュニケーションが持っている本質です。

大概、発信者は怒り、受信者は落胆し、溝ができます。この現象は誰にでも、毎日のように起きています。この溝を作るのが楽しくてしかたないという人もいます。運転手が右に曲がったら、左だろうとやって殴る国会議員がいたと報道されていますが、「はずは外れ」「つもりが積もらない」と怒っている人は沢山います。

常に発信者に問題があるのかといいますと、そうではありません。受信者のアンテナに問題があるときも多いです。このような日常的に起きるうまくいかない諸要因に気づき、それを取り除くことがI am OK, You are OKへの第一歩で、その改善方法に気づかせてくれるのがTAです。幸せは人を通してやってくるという言葉もありますがTAも同じ立場です

②についてはユングの心理学にもあるようです

岡野先生の文章を注意深く読みますと、行間の深い意味が読み取れます。

人はその人特有の能力を持っていることが前提になっています。その能力の発揮を妨げている要因が複数ある。それらに気づき、それらを取り除くことが必要であると読めます

TAは、まず、その発揮を妨げている要因に気づくように導いていきますから、その気づきの過程は不快が伴います。識者がTAを敬遠する理由がここにあります。心地よい自己実現方法を書いた本や話には耳を向けます。心地よく自己実現できればそれに超したことはないのですが、それは元に戻ると言う現象が起き、それが難しいのです。

自分の人生でうまくいかないことを分析するとうのは勇気のいると同時に素直に自己に対峙しなければなりませんから、できることなら直面したくない傾向にあります。他人を見て学ぶふりはできますが、自分が自分にかかわることは、したくありません。世間的に成功している人や識者には関係のない領域のようです。

I am OK, You are OKの実現には①は必須の条件です。「コミュニケーションの決定権は受け取る側にある」ことが五臓六腑の滴れば、話し方は親切になり、裏面交流がなくなり態度が変わり、相手の立場に少し立つことが出来るようになり、人間関係は改善します。裏面交流の意味を感じられるようになることも大切なポイントだと私は考えています。

この本を仕上げるのに一番苦勞したのは、著者紹介です。自分自身を簡単に書かねばなりません。この本はゴーストライターに依頼したのではなく、隅々まで私の手作りです。自己紹介の難しさを改めて感じながら、「私とは何者か」について考えさせられました。本当のことを短く書くのに長い長い時間が必要でした。自己とは難しい存在です。

「自分の顔は私にとって、もっとも遠い闇である」（市川浩・私さがしと世界さがし）
自分の顔はじかに見ることができない。誰かと向き合っているとき、思いもしない感情や無意識な顔面が浮かんでいるかもしれないのに、当の私だけがそれを知らない。無防備なことだ。身体だって一部しか見えない。つまり身体も、その全体を私は想像するほかないとすれば、身体は私が最初に着るイメージの服のようなもの？（折々のことば）

拙著の特徴は、凡人にしか書けないことを凡人らしく書いていることです。凡人だから、恥じらいなく「わたしの幸せあなたの幸せ」と題名をつけられたのだと思います。コミュニケーションで困っていない人はいません。共に学びを深められると嬉しいです。本当の裏話は次回にします。

雑談

読みやすい文章の書き方という情報を頂きました。

4行が限界で5行になると人は読む気をなくすということです。

2頁以外は4行文にしました。実務家の方は参考になります。

しかし、こう言う文を書いていると小説を読むのが難しくなります。

わたしの幸せあなたの幸せ
—赤ちゃんから大人まで、人生を豊かにする「交流分析(TA)」入門—
小原靖夫・著



この本は書店では販売していません
アマゾンからのみの発売です。

PODという印刷システムで注文を受けてから印刷して配送するという仕組みです。在庫を持たない、店頭で死蔵されない、絶版にならない特徴があります。

裏話ですが、印税は24円です。

一度は出版をためらいましたが、凡人ができることを多くの人に知ってもらいたくて仕上げました。

大きめの本で読みやすいと好評です
持ち歩きには少し重いです。

どのTAの本よりイラストが多いと評価されています。

講師不要のテキストです。読書会に活用してI am OK, You are OKを広げてくださいと嬉しいです