

開設記念パネルディスカッション

人間福祉学部・人間福祉研究科開設記念



自他共栄

—— 生かし生かされる社会 ——

山口 香 筑波大学大学院人間総合科学研究科准教授

人間福祉学研究, 1 (1) : 85-91, 2008

新しい人間福祉学部、そして研究科の開設、おめでとうございます。私もこの4月から、母校の筑波大学の大学院に戻りまして、現在、人間総合科学研究科で、教鞭を執っております、これまたなにかの縁かなと思っております。

なにかの縁かなとは思っているのですが、なぜ私がよばれたのかが、いまひとつよく分かりませんでした。こちらの大学には、スポーツで非常にメジャーなそうそうたる方々、卒業生の方がおられるのに、なぜ私なのだろうと、いまだによく分からないところがあります。それで、なにを話そうかと一所懸命考えてはきたのですが、考えても考えないのがスポーツの人間なのですが、だいたい、来るまでは、3行しか自分で書いてこなかったのです。これしか話すことはないと思っていたのですが、まず柏木先生のご講演を聞きまして、私は非常に感動いたしました。そうしたらもう、こんなに書いてしまって、あと2時間くらいいただかないと話しきれないかなというくらい非常に感動して、やはりさまざまな人の話というのは聞くものだなと思いました。

また、この順番も、さきほど打ち合わせをしました。順番はこのとおりでよいですねと言われて、私は「はい、結構です」と言ったのですが、そのとき、反対しておくべきでした。4番目というのはだめですね。最初に言ったほうがよいです。聞けば聞くほど、なにを言ったらよいか分からな

くなって、集中力は途切れてくるし、なにを言えばいいのかも頭は混乱してしまって、そんな状態でマイクを受け取って、時間も限られているので、お話をさせていただきたいと思います。まず、柏木先生のお話のなかですごくこころに残ったのは感性の三要素です。これは次の授業では絶対使おうと、もう書き留めたのですが、気づき、感動、行動、これがまさにスポーツだと私は思いました。

1. 心と身体の気づき

スポーツというと、いまはどちらかというとい面しか取り上げられていないのです。今年は折しもオリンピックイヤーということで、非常に競技スポーツというか、トップレベルのスポーツが目されていますが、私はスポーツの大事なところは、もちろんトップ競技で夢とか、感動とか、人間の可能性をみせてくれるのはとても大事だと思うのですが、実はその感動はスポーツをやる人にはだれでも味わえることなのだと思います。

一般の学生にも教えることがあるのでいうのですけれども、スポーツの素晴らしいところは、自分の身体の気づきなのだと。みなさん、このなかで、自転車に乗れない方はおられますか。恥ずかしくて手を挙げられないということもあるかもしれませんが、あと、逆上がりとか、みなさん小さいときに結構苦勞されたことが、自転車は苦勞し

ていないかもしれませんが、あると思うのです。でも自転車に乗っていて、みなさん思い出しただきたいのですが、最初は乗れないですよ。お父さんやお母さんにうしろから押してもらったりして、「はなすよ、はなすよ」とか言いながら、いつはなしたか分からなくて、はなされると2、3メートル進むと転んだりして、そうやっているうちに、あるとき、突然乗れたということはありませんか。「あ、乗れている」、それでうしろを振り返ったら、押していない。「うそつき」というような。これがスポーツの素晴らしいところだと思うのです。

ただ、自分の頭のなかで、分析はされませんよね。昨日乗れなかったときの自分と、今日乗れた自分は、どこが違ったのか。この手の動かし方か、ペダルを踏むスピードか、なにがよかったのかと、多分分析していないと思います。逆上がりもいっしょです。でも、それが人間のスポーツに挑戦するということなのではないかと思うのです。

自分の身体だから自分がいちばん知っているとみなさんいわれるのですけれども、実は知らないのです。何でできたかよく分からない、分からないけれどできちゃった体験、それを積み重ねていくことがスポーツの素晴らしさなのです。そこにはトップレベルのスポーツ選手も、昨日今日始めたスポーツに携わった人も、まったく差がないのです。トップレベルの選手も、その繰り返しなのです。体操の選手でも、できない、できない、できない、そして突然、「あらっ」。そこなのです。オリンピックや、サッカーのワールドカップなどもそうですけれども、なぜああいったスポーツイベントがいまこの世の中になっても廃れずに、ますます…。いま、私はスポーツ体育バブルとよんでいるのですが、すごくスポーツに関心のある方が増えているのです。それはなぜかといったら、やはり自分の身体というのは、いちばん身近にある自然であり、自分の身体を知っていくことがスポーツに対する挑戦というか、可能性の追求であり、そこで気づいて自分で感動して、もう1回行

動を起こして、もう1回挑戦していく。これがスポーツの素晴らしいところだなと。それを柏木先生が言葉で言うてくださったので、これを次の講義から使おうと書き留めました。

そして、もう1つ言えることは、この表題でもあるのですけれど、「こころ」と「身体」をつなぐもの。スポーツとところにはとても微妙な関係がありまして、オリンピックでなぜ強いといわれている選手、メダル確実だといわれている選手が負けるか。それはやはり、こころなのです。こころが弱いときは身体も動かないのです。こころが強いときは身体もしっかり動くのです。そのことをやはりスポーツを通して、自分のこころと身体の融合というか、つながりというものを体験していく。そのことによって、自分をコントロールできるようにもなるし、自分をどうやったら生かせるかということもスポーツが教えてくれる。それが素晴らしいところなのではないかと思うのです。

2. 嘉納治五郎の教え

スポーツというところであれですけれども、私自身は、みなさんご存じかどうか分からないのですが、実は専門は柔道なのです。こんな身体をしておりますが、柔道というと立派な身体という感じなのですが、わりと、きゃしゃな方というわけではないのですけれど、柔道なのです。柔道はスポーツなのかどうなのかということは別にして、柔道をやってきて非常に学んだことや、自分の役に立っていることがたくさんあります。

柔道をやってよかったことのひとつは、自分が痛みを感じる場所です。専門家になると、あんなに投げられても痛くないだろうと思いますでしょう。痛いのです。どんなに投げられても、痛くならないということはないのです。蹴られれば痛いし、ぶつかったら痛いし、投げられたら痛い。でも、自分が痛いと同時に、自分の痛みを知ることが、相手の痛みを知ることです。これが、もしかしたらいまの人間教育のなかに欠けていると

ころなのかなと思うのです。簡単に人を傷つける、簡単に人のことを殺めたりするということは、やはり自分が痛みを知らないのです。だから人の痛みにも真剣になれない。そんなところがあると思うので、「柔道をやったらよいよ」と。なにかいわないとやってくれないので、子どもたちに、柔道をやったらよいですよ、お父さんお母さん、柔道をさせてくださいと言うときに、ここのところを私は強調するようにしています。自分が痛いこと、それは人にもやってはいけないうのだよ、そして自分の痛いことを知って、相手の痛みも知りなさいということです。

それから、これもご存じかどうか分かりませんが、柔道とよばれる前には柔術というものがあったのですが、柔術、「術」を「道」に変えたのは嘉納治五郎という方なのです。この方は、日本で初めてのIOC委員でもられる方で、非常に優秀な方です。この嘉納治五郎先生が言った言葉で、私がいつもここに置いている言葉があります。「自他共栄」、自分も他、まわりも共に栄えるという字を書いて自他共栄という言葉を残されました。

私は、自分が選手のころはあまり考えることはなかったのですが、やはり指導者になると、身体だけではなくて口で何とかしなくてはいけないので、いろいろ考えるのですね。この自他共栄というのにはどういう意味が含まれているのだろうか。それで私はよくよく考えたのですけれども、柔道界を見渡したときに、自他共栄がないのです。みんな自己中心なのです。みんな強いのですから。「俺が、俺が」という人ばかりなのです。私もそうなのかなと思うのですが(笑)。だから、嘉納治五郎という人は自他共栄でなければいけないという言葉を残されたのではないかと思います。

スポーツのなかでも、この言葉というのは非常に大切なことだし、いまの社会のなかでも通用する。福祉ということに関してもそうです。スポーツというと、自分がよければ、自分が強ければと思いがちです。とくに私は柔道で、個人競技ですから。でも実はそうではなくて、自分ががんばる

ことは、自分の利益になります。ただ、人もがんばってくれないと強くなれないのです。

みなさん姿三四郎を、ご覧になったことがありますか。若い方はたぶん知らないでしょうけれども、姿三四郎をみたときに私は思ったのです。木に帯をくくりつけてやっているのですが、あれをやれば強くなるのかと。おおまちがいでございまして、やはり人間同士で、相手と組みあっているなかで強くなるのです。サッカーだって同じです。相手がいてくれなかったらサッカーはできないのです。野球だってそうです。強い人は、もっと強い練習相手を求めなければ、それ以上にはなれないのです。ということは、強くなるためには自分ががんばることも大事だけれども、相手もがんばって自分のために練習してくれなくてはだめなのです。

それを裏返して考えたときに、柔道をやっていると、けがが多いですね。私はけがをしている選手に言います。けがをしている選手というのは、やはり気持ちが弱くなります。落ち込みます。そうすると、どういうふうな気持ちでいくなかといえますと、自分がかわいそうとなっていくわけですね。私はけがをしてとてもかわいそうな人間だと。それで私が早く復帰しろと言うと、血も涙もないといって怒られるのです。けがをした人間の気持ちが分からないと。でも、確かにそうかもしれませんが、そのけがをした選手に言うのは、あなたが休んでいるということは、あなたの力も落とすけれども、チームのなかでも損失なのです。1人、練習相手が減っているのですから。だから早く戻ってきてくれないと練習相手が1人足りないのだ、そして、自分が戻ってきてがんばること、自分のためにも相手のためにもなるのだと。

ここがいまいちばん忘れられているところではないかと思うのですが、自分の権利ももちろんありますけれども、人に対して役に立つということです。自分のためにしてもらいたいと思う気持ちばかりではなく、自分もなにかをしてあげないと返ってきませんよと。それが世の中でうまく循環

していくと、世の中がやはりもっとうまくいく、うまく進んでいく。それを私は何となく自他共衆ということなのかなと、自分なりに解釈しているわけです。

嘉納治五郎先生は、柔道の最終的な目標はなにかといったら人間教育にある、勝つか負けるかではなくて人間教育にある、そしてその人間教育の目指すところは世の補益であるということを使ってらっしゃるのです。つまり、世の中の役に立つ人間になるために、柔道というものを通して人間を磨きなさいということを行っているのです。

これは柔道の話ですが、スポーツでも目指すところはまったく同じだと思います。スポーツというものを通して、いろいろな経験を通してなにかを学び、そして学んだことを世の中に返していく。このことがもしかしたらスポーツに求められていることなのではないかと思うのです。ですから、私は主にトップアスリートにかかわって、金メダルをとる選手たちを教えているわけですが、その選手たちに常々言っていることは、強い選手、トップアスリートというのは、やはり常に上からものをみるのではなくて、平等な目線で、スポーツやる人すべて同じ目線でみることができなくてはいけません。強い人であってもそうでない人であっても、スポーツをがんばっている人間に対しては同じような価値観をもってみなければいけない。強い人間がエゴをもってしまってはいけないというふうには私は選手たちに常々言っています。

3. アスリートの価値

オリンピック、世界選手権、ワールドカップとなると、なにかそれがすごいことのように選手はつつい勘違いしてしまうのです。でも、私は言うのです。あなたたちはひとつも偉くない。金メダルのためにがんばっているということは、なにかのためにやっているのだから、決して崇高な理念とか、そういうのではない。それよりも、目的というものがなくて、ただスポーツを愛してやっている人、同好会の人や、いまいったクラブ活動

でやっている人、そういう人たちのほうがよほどスポーツを愛しているし、すごく高い理念でスポーツをやっているのではないかと。そのことを、トップを走っている選手たちが理解することが大事なのです。そうしないとスポーツが二極化してしまって、非常にエゴの世界が強くなってしまふ。私は強かったから、私はこうだったからというふうになってしまふのは、スポーツの理念そのものが崩れていってしまうのではないかと危惧しています。

今年オリンピックイヤーで、昨日、ご覧になりましたか。私はみて笑ってしまったのですけれど、水泳のスピード社の水着に対抗して、3社がいろいろな新しい水着を…。私は、ばかじゃないかと。いうと怒られますけれども、裸で泳げという気持ちになりました。これは、みなさん気づかれないかもしれませんが、先進国のエゴです。もともとそんな高額な水着なんて手に入らない国がどれだけありますか。そして、その水着を着て勝ったとして、金メダルの価値がどれだけあるでしょうか。オランダはすでに、「私たちは、それを着られない人がいると分かっている以上、そういった水着はいっさい着ません」ということを国として表明しているのです。偉いですよね。それが私は、やはり逆にいうと先進国の果たす役割だと思うのです。同じ目線でみられるかどうかです。

それが1分、1分ではないですけども、1秒を争うというところで、さもががんばっているようにみえますけれども、これは用具でドーピングをしているようなものです。いっしょですから。薬で勝とうとしているか、用具で勝とうとしているか。そして、開発されればその用具が高くなるのです。そのお金はどこに反映されるか。子どもたちの水着に反映されるのですよ。子どもたちの靴やユニフォームに反映されるのですよ。そうするとますます、いま、格差社会といわれていますけれども、スポーツもお金持ちの子どもでなければできないという時代に必ずなります。いまもうす

でなっています。

サッカーのことをいって恐縮ですけれども、うちの子どもはサッカーをしております、なんでこのべらべらのユニフォームが7,000円も8,000円もするのだと、私はほんとうに買うたびに…。それを買ってやる親ばかも親ばかなのですけれども、でも、そこにやはり返ってくる。だから、トップを走っている選手たちは、そのことを理解したうえで、そういったことを分かったうえでやるのと、「私たちはそのことにかけているのだから当然だ」と思ってやるのとではずいぶん違うのではないかと思っています。

そのことから関連してのことですけれども、私はやはりトップアスリートの面倒をみておりますので、いまいちばん関心があるのは、そのトップアスリートたちが引退した後のセカンドキャリア、キャリアデザインです。一生のうちでスポーツで活躍できる時期など、ほんとうに花火といっしょなのです。打ち上げたらもう終わりなのです。その後の人生が長いということをあまり知らずにスポーツに取り組んでいる選手たちがたくさんいます。これも柏木先生の講演のなかから、あまり引用するのも不謹慎かなと思ったのですが、ちょっと私は聞いていて同じようだなと思ったのです。がんを宣告された患者さん、あるいはがんかもしれないと思っている患者さんが聞くとおっしゃったのではないですか、「もう私の命は短いのではないですか」「もう、もたないのではないですか」。引退間際の選手もいっしょなのです。これをスピリチュアルペインとよんでいいのかちょっと分からないのですが、「私の選手生命はもう長くないのではないのでしょうか」と。

ここでやはり、甘い励ましをしてはいけないのです。「うーん、そうだね」と言って、やはり話をしていくのですけれども、普通の人には分からないくらいの、ほんとうに死の宣告をされるくらいの重みがある。いまのトップアスリートたちはそれくらいかけている選手がいるという現実があるのです。つまり、やめるということは、人生が

終わってしまうというような。そこからどうするのかということ、まったくないのです。

みなさんにおうかがいしたいのですが、アテネオリンピックでいくつ金メダルをとったか覚えていらっしゃいますか。いま、思いっきり首を振られましたね。そんなものなのです、世の中は。たった4年前ですけれども、金メダルをいくつとったのか忘れてしまうのです。今年も北京オリンピックでメダリストが生まれますが、金メダルの寿命は1年、銀は3か月、銅は3日、そんなものだと。実際そうなのです。アテネオリンピックでは16個、金メダルをとったのですよ。たぶん、一般の人は、金メダリストを5人いえないと思います。ということは、「金メダルをとれ、とれ」とみんな励ましているように思うし、もちろん励ましてくれている、応援もしてくれている。でも、実際、いまの社会は使い捨てなのです。金メダルをとってやめた選手がまったく生かされていないのです。生かすシステムがないのです。

投資はしているのです。いま、金メダルをとるためにどれだけのお金をかけているか。国も自治体も、いろいろな活動でものすごいお金を投資しているのですよ。ところが元をとっていないのです。元をとれというのも何ですけれども、やはりそれを還元させなくてははいけません。金メダルをとったことが1つの還元、とれなかったこともそうかもしれない。でも、その人たちを次は生かす。その生かすということがなにつながるかといいますと、引退した選手たちの、元アスリートたちの居場所をつくることになるのです。

私はいま、茨城県のつくば市に住んでおりますが、昨日大阪に来まして、今日西宮まで来たのですが、牧里先生にも、いつのオリンピックですかと聞かれたくらいですから、だいたい忘れられていて当然なのですが、しかし、いちおうオリンピックのメダリストとか、世界選手権でどうか…。でも私はここにたどり着くまでだれひとりからも声をかけられずに、安全に無事にたどり着きました(笑)。これは、一般の人たちだと、まあそう

だろうと思いますけれど、やはりメダリストにとっては寂しいことなのです。光と影というか、雲から落ちこちるみたいなものですから。私はスポーツアイドルとよんでいるのです。次が出てきたら終わりですから。

でも、これは少し寂しいではありませんか。ですから、みんなに知ってもらうとか何とかというのではないですけれども、やはり自分がやってきたことを生かせる場所、誇りをもって、自分がスポーツをやってきた、一所懸命やってきたことを生かせる場所を、システムを構築していくことも大事だし、その人たちが小学校で教える、地域で教える、大学で教える。その人たちがまた金メダルを目指す。そのことが、やはり1つの循環だと思うのです。それがスポーツの文化という面ではすごく大事なことはないかと思います。

こちらの大学では非常にスポーツも盛んに行われております。また、この学部ができたことで、スポーツももっと盛んに行われていくと思うのです。私が、スポーツをやりながらこの学部で勉強されている方にぜひお願いしたいのは、スポーツだけではやはり絶対だめです。どんなにシステムが構築されても、スポーツしか知らなかった人間は、やはり使い物にならない。なぜかという、私は指導者として、さきほど申し上げましたけれど、トップアスリートだった人間に「これを説明してくれ」というといちばん困るのです。「ここをこうやって」とか、「これはこんなふう」というのが全然分からないわけです。「ガーッと」とか「ワーッと」とか、雰囲気とか。それでは子どもは分からないでしょう。

そのためには、やはり言語能力ですね。自分のやってきたことを言葉でいかに説明するか。それから、コミュニケーション能力です。トップアスリートほど変わり者ですから。変わり者でもよいのですけれども、それは、教えるという段階になったら、やはり変えていかななくてはなりません。人とのコミュニケーション、社会のなかでの輪というのも必要です。それも大事です。

それからもう1つは、自分は自分のやり方だけでやってきましたけれども、人に教えるとか社会のためになにかをしようと思ったら、たくさんの引き出しがないとだめですね。10ある引き出しのなかで10教えるのでは、教えられる方が不幸です。100ある引き出しのなかで、その選手にはこれを出そうとか、あれを出そうとか…。そういうところで、この学部で学ばれた方々が、いろいろな知識や教養や、そして技術を身につけて社会に出ていくことで、スポーツがますます社会のなかで、文化として循環していくような社会が作り上げられていくことを期待しています。すみません、長くなりました。

(4人のパネリスト全員の発題後、コーディネーターから「言い残したことや、さきほど説明しようと思って言葉が足りなかった点、あるいは他の方々の話を聞かれて触発されたことや示唆されたことを2分をお願いします」という投げかけにこたえて)

福祉ということと直接かわるかどうかは分からないのですけれども、人間と人間の触れ合い、私自身も教育するということはやはり人との触れ合いということをととても大事にしているわけですけれども、いつもこころがけていることは、人もですが、自分がまず幸せでなければいけない、健康でなければいけない。選手を教えていて、自分が不健康であったり、幸せでなかったりすると、人を幸せにしてあげようという気持ちになかなかできません。別に意地悪をしようとは思わないのですけれども、エネルギーが足りないような気がするのです。相手と向かったときに、100パーセントの力でぶつからないと100パーセントで返してくれないというところがあるのです。

だからやはり、そういった学問にかかわる人、仕事に携わる人というのは、自分自身の健康管理、そして自分が幸せであること、その幸せをわけてあげるというくらいのこころもちみたいなもの

とても大事ではないかと思えます。幸せな人とい
ると、なにか幸せになるような気がしますし、そ
の幸せというのは何なのかと突き詰めていくと、
私が思っているのは、やはり夢であり、希望なの
かなと思えます。自分がやってみたいことや、な
ってみたいことをなにかもたせてあげる、そして
自分自身ももつことです。そのことが、生き生き

したライフスタイルにつながると思えますし、そ
の自分の気持ちを相手にも伝えていく。その気持
ちが少しずつ広まっていけば、もしかしたらもう
少し…。さまざまな状況があるけれども、できる
ことからやらなくてはいけないので、私はそのあ
たりのところからこころがけてやっております。