

体をひらく、
心をひらく

第十四回

性と身体智

種族保存の性エネルギー

生きとし生けるもの、すなわちすべての動植物は種族保存の本能を持って生まれてきます。人間も例外ではなく、体にある「種族保存の性エネルギー」の働きが行動のもととなつて、それがまた、生活のエネルギーともなるのです。

なかには、性を快樂としてのみ捉える人もいます。性が気持ちを荒れさせるものになることもあり、ときには、苦しみや暴力を生み出すこともあります。また、性から情が育まれてもきます。

人間は、生殖活動を行う生物のうちで、肉体のうちに複雑

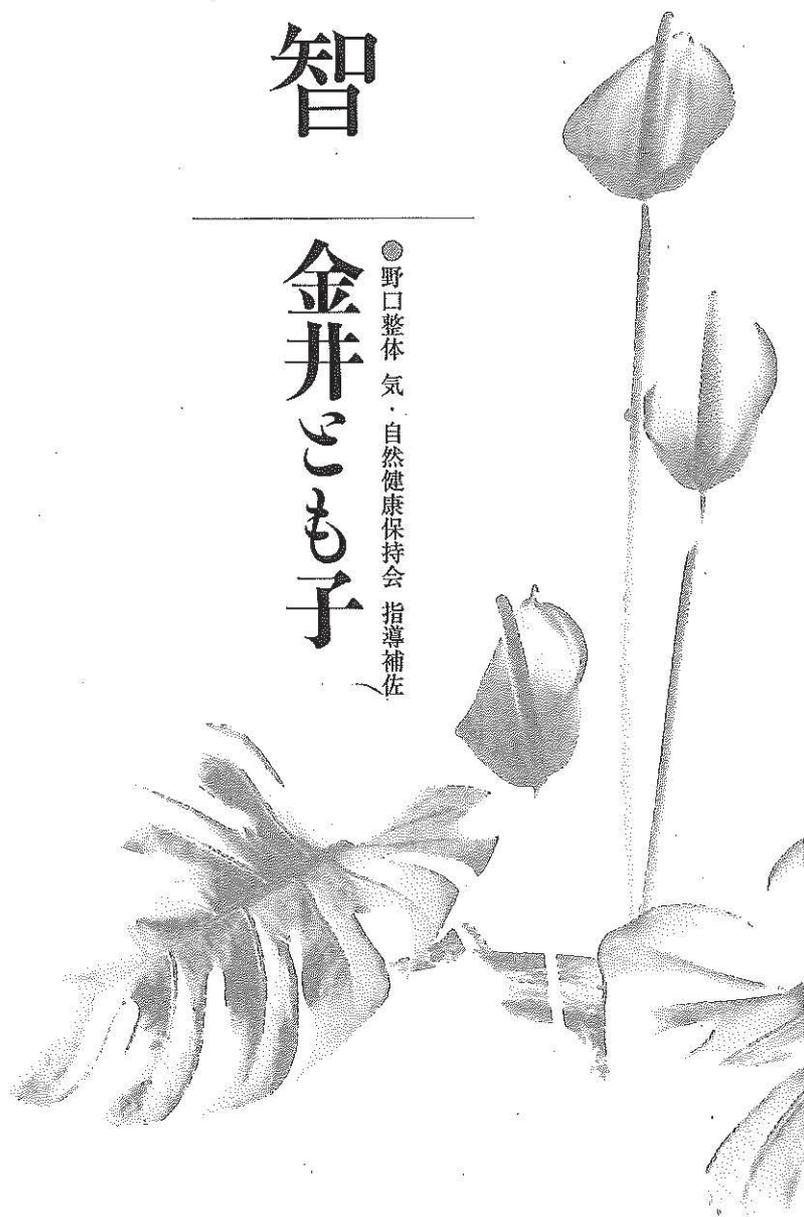
金井こも子

●野口整体気・自然健康保持会 指導補佐

極まりない精神作用を内包し、一見同じようなことに対して、受け止め方にさまざま個人差が出てきます。自ら身体を整え、感受性を磨いていくと、そこに身体智が生まれてきます。本能からくる感覚の働きはそれほど奥深いものです。

本来、人間はその内に強さを秘めています。身体智の内には情の強さ、深さ、優しさがあり、動物の中でも人間が唯一「許し」という智を使い、相互関係を調和させ、他と共にいのちを活かしながら生きてきました。それが豊かな人間社会を築いてきたのではないのでしょうか。

しかし、現代社会は価値観が混迷しています。自ら何でも選べる時代にもかかわらず、選択の幅がありすぎて、かえっ



て何も選べない。このような時代だからこそ、自分のいのちを活かすという本分に基づいて生きることが肝要です。特に、四十代はその心体の気づきの分岐点に位置すると思います。

二人でいる孤独を感じる

先月号で紹介したヒデコさん夫婦ですが、夫のほうは、自分のうちの不安定を感じながらも、自分の中の男を確かにしたいという思いが強く出て、それを不倫によって埋めようと、浮遊していきました。

一方、妻のヒデコさんが夫の不倫を知ったのは、道場へ通ううちに身体が調和し、内なる智が働き出し、自分の奥の強さを、家族に対して明るく柔らかい気で伝えていきたいという気持ち呼び起こされてきた矢先の出来事でした。偶然にも開いた夫のパソコンでそれを知ったのです。彼女にしてみれば、衝撃を超えて、気持ちにぽっかり空洞ができたようだったと思います。

彼女が夫に問いただと、不倫を認めようともせず、逆にヒデコさんへの不満を言葉にし、挙げ句の果てには「一人で暮らす」と別れ話を口にしたのです。咄嗟とさのことで動転した彼女は、「思い直してほしい」と、夫にすぎるような態度に出してしまいました。後に彼女は、そのときの自分の態度が自身のプライドを傷つけたと思ひ込み、惨めになっていききました。無理ありません。夫の不倫を知って傷ついているうえに別れ話を持ち出されたわけですから。

男から見えて意に沿わないことがあると、女は、相手に自

分を託して年月を生きてきています。このとき、夫の冷めた言葉に、ヒデコさんは「一人でいる孤独より深い、二人でいる孤独」を感じたのです。彼女はしばらくの間、葛藤かつとうに苦しむ日々を暮らすことになりました。

そのころ、ヒデコさんは私に、「今日はどうしようもない気持ちになりました。夫が彼女と旅行に行った様子です」と、何とも言えぬ声で電話をかけてきました。仕事という名目で彼女と旅行へ行き、二人の写真を家庭に持ち込み、「これだけか？」と聞くと、「普通の友達だ」と動揺もせずに答えにくる。こんなとき、男は理路整然となるものです。彼の気持ちだが、すでに家族から孤立しているのです。そして、「今まで働いて、子どもたちへの責任は取っているのに、何をしようとも言わないでくれ、縛らないでくれ」と言い、自分の本当の気持ちを何一つ語ろうとはせずに、離婚の話になると、条件だけを言う。その条件も、相手を思いやる温かさを感じられないものでした。電話の向こうのヒデコさんの身体が冷たく、言いようのない気持ちになっていることが、伝わってきました。こういう立場に追い込まれると、気持ちの疲労感だけが残り、その疲労が身体にも深く入り込んでしまうのです。

夫の行動を詳しく聞くと、本当に離婚を考えているのではないことが分かりました。それまで背負っていた暮らしをひとまず降ろして、自由なひとときを生きたくなったのでしよう。男性の四十代半ばには、何もかもが負担に感じられて、自由になりたくなることが多々あるものです。

そのようなことが何度かあり、私は彼女に「離婚するなら

ば、気持ちにけりをつけるためにもいろいろと行動してみ
は？」と話しました。これは、このアドバイスが正しいとか
正しくないとかいうことではなく、苦しみのあまり物事を一
つの方向に固めてしまいがちな彼女に、さまざまな方法論を
見つけ出すための突破口として、また、少しでも自分を見つ
けてほしいという思いからくるものでした。

情の強さを使いこなす

結果的にヒデコさんは、現状の生活を変えずに、自分を生
かすことを選びました。四十代半ばという、女性としての盛
りを身体に持っている時期に「女の情」を夫に傷つけられた
彼女は、さぞ苦しんだと思います。また、感受性の敏感な彼
女ですので、夫から性の乱れを感じ取っていたに違いありま
せん。彼女がこういう選択をしたということは、自分と子ど
もたちの生活をきちんと組み立てつつ、夫のことは少し離れ
たところから見えていきながら、身体をさらに整え、身体智を
引き出していく必要があるました。普通の状態であれば、緊
張の毎日に耐えられず、家庭崩壊の危機も孕^{はら}んでいました。
もちろん、彼女も人間なのでやりきれない気持ちになるこ
とも多くありました。その気持ちを抑え込まず、夫を詮索^{せんさく}
することをやめて、身体を整えて内なる要求に耳を傾けなが
ら、少しずつ本当の自分を生きるようになっていったのです。
道場でのヒデコさんとの会話から、彼女が、母親として何が
できるかをきちんと把握しつつ、子どもたちに精いっぱい
愛情を傾けている様子も感じられるようになりました。こう

して彼女は家庭崩壊の危機を自らの力で脱していったのです。
やがて時が経ち、夫の不倫も沈静化してきました。

口では「私はまだ夫を許していません」と語るヒデコさん
ですが、いまでは、夫が身体の不調を訴えれば、自然と手が
夫の背に置かれ、「愉気^{ゆき}」をしてあげられるようになりまし
た。人間は、たとえ負荷を掛けられた相手であっても困って
いけば、スツと手が出ていくようになれるものです。それが
「情」の強さを使いこなせるようになるということです。

ある別の夫は、不倫相手が自分を受け入れてくれたと思
込み、女性を家庭に入り込ませ、妻と同じ屋根の下で二人だ
けの世界をつくり、セックスに溺^{おぼ}れていきました。性の欲望
という一時の快楽だけで、それ以外の存在が見えなくなっ
てしまい、まるで枯れ枝でも切るように、夫婦間の気持ちを無
にしてしまいました。

性とは、このように人間を狂わせてしまうところがありま
す。これは誰の中にも底知れずあるものです。男は一生の中
で、性の扱いに迷う時期があります。結婚生活は、誰にでも
抜きがたく存在する性エネルギーを認めながらも、身体智
に耳を澄ませて「自分はどうのように生きていくか」を定めて
いくことが望ましいと思います。



体をひらく
心をひらく

金井とも子 かない・ともこ
一九三九年（昭和十四）生。野口整体気・自然健康保持
会 指導補佐。七五年活元コンサルト取得。九一年よ
り整体指導補佐として整体指導を求めて道場に訪れる人た
ちの相談役を務める。現在は活元指導の会も行っている。
ホームページ <http://www.ne.jp/asahi/ki/shizenki/>