

The FOLIO

A Journal for Focusing and Experiential Therapy

Volume 21, No.1 2008

The Felt Sense of Natural Environments • 63

自然環境のフェルトセンス

Herbert W. Schroeder (ハーバート・W・シュローダー)

森川友子・浅野涼子 訳

はじめに

私はアメリカ合衆国農務省の林野局の研究部門で働く環境心理学者です。私たちのオフィスにいる研究者たちはみな、人間がどのように自然環境と相互に関係しているかを研究する社会学者です。私たちの目標は、計画立案、設計、自然管理に携わる人たちのことを念頭に置き、自然資源管理者や政策立案者をサポートするために、情報とツールを提供することです。

環境心理学者としての私の研究は、人間が自然環境をどのように知覚し、経験し、評価するかということについて、様々な方法を通じて着目してきました。仕事を始めた頃、私は主に量的な方法を使って、人々の環境への好みを測定していました。例えば、その環境に有る木の種類・大きさ・数といった客観的特徴が、人の好みにどう影響するかを測定してモデル化するのは、これは有効なアプローチでしたが、しばらくすると、私はこの分析的アプローチが何か大切なものを欠いているように感じ始めました。私は自分の経験と他の人たちの報告から、単純な好みなどに留まらない、より深く感情的で直観的な反応があることを知ったのです。その頃、林政と研究団体の中では、この種の体験が多くの人々にとって重要で、環境問題の政策決定の過程においてもっと認識される必要があるのだという考えが広まりつつありました。私はこの、より深い、定義しにくい体験とその価値に、興味を持つようになっていきました。私たちが自然の中に見出し、「精神的価値 (spiritual value)」とか「場所についての感覚 (sense of place)」と呼んでいる、そんな体験のことです。これに取り組むうちに、私は研究においてそれまで使用していた量的で統計的な方法から、より質的なアプローチへと移行し始めたのです。

私が本屋でジーン・ジェンドリンの本、フォーカシング (1981) と偶然出会ったのは、この頃でした。私はすぐにそれに惹かれ、私生活の問題へ働きかける方法の一つとしてフォーカシングを使い始めました。数年後、私はジェンドリンの考えや方法が、環境心理学における私の研究にも深い関連があるのだと気づき始めたのです。

自然の経験におけるフォーカシング

同僚の一人、チャールズ・ルイスは、シカゴにある我々のオフィスに近いモートン植物園の園芸家でした。彼は植物園で画学生を手助けするセッションを行なっていました。学生が今描いている風景を彼ら自身どのように体験しているか、意識できるようにするセッションです。その手順は、彼自身が自分の体験を観察して得た発見に基づいていました。彼が植物園を歩きながら、からだの中心に繊細な注意を向けて、自分がどんなふう感じているのかを見つめていると、ある場所から別の場所へ移動した時、微妙で直感的な変化を感知しました。彼は彼自身が「内なる引力」と名付けた体験様式によって、実際に、風景の中にある違いを感じる事ができたのです。環境についての微妙なからだの反応にチューニングを合わせることを画学生たちに教えたところ、学生たちは描きたい風景やセッティングを選べるようになり、彼らの絵はその情景に対する深い理解が反映されたものになりました(Lewis, 1996)。

チャールズ（彼はジーン・ジェンドリンやフォーカシングのことを一度も聞いたことがありません）は独自にフェルトセンスの環境バージョンを発見したのだ、という考えが私の中に浮かびました。環境のフェルトセンスに注意を向け、環境を移動したときそのフェルトセンスがどのように変化したかを感じることで、チャールズと画学生たちは風景の違いに対する自分の好みについて、気づきを得ることができたのです。あなたは自分自身でこれを試すことができるでしょう。例えば、あなたが部屋の中から屋外の空の下へと移動したとき。またはあなたが鬱蒼とした木の茂みから広く開けた草地に歩き出たとき、あなたの身体の中心で違いを感じるかどうか注意してみてほしいのです。あなたはただ違う種類の風景写真を見つめたり、過去に経験した環境にいるときのあなた自身を生き生きと想像したりすることによっても、直感的な変化に気づくことができるでしょう。

チャールズの発見に好奇心をそそられ、私は自分でも実験してみることにしました。ある春の日にモートン植物園を訪れ、様々な屋外の自然環境を歩きながら、環境のフェルトセンスについてジェンドリンのフォーカシングの6ステップを使用してみました。先だってThe Folio (Schroeder, 1990) で報告したように、この植物園で行なった環境のフェルトセンスへのフォーカシングは、自然環境がどのように、どんな理由で私にとって価値があるかということについて、より明瞭な気づきへと私を導いてくれました。ある環境の特徴（蛙のコーラス）に魅惑される感じから始まって、私は、正しさの感覚、すなわち「これが私の属するところだ」という感覚へと導かれていきました。それは安らかで深い平静さの体験へと発展していきました。ストレスもプレッシャーもなく、私は内側にあるからだの感じが自分の外の空間に出て広がっていくような感じを得ました。それはまるで自身と環境とを隔てる境界線が、緩んで透明になったかのようでした。自然環境のフォーカシング初体験の後、私はハイキングや外での時間を楽しむ場所でフェルトセンスの探求を続けました。私の場合、平穏と、拡大の感覚（inwardly opening-out：内側の開放または*i. o. o.*と私が呼んでいるもの）の組み合わせが、自分の自然環境体験の特色だということを見

しました。

私が最初にモートン植物園で行ったときにはジェンドリンのフォーカシング本の6ステップをそのまま使いましたが、私は自然環境のフェルトセンスに対してより自由な形のアプローチを發展させてきています。私が自然環境の中に在るとき、内側でどんなふうに感じているか、その感じは環境からどのような影響を受けているのか、ということに注意を向けます。自然の中で少しの時間過ごした後、私はほとんどいつも、自分の気分に変化があることに気づきます。私は何が自分の中で起こっているのかを観察し、そして環境や状況の何がそのような変化をもたらしているのかについて感じようとしています。私は時折、自然環境がどのように、またどうしてこんな変化を起こすことを可能にするのかについて、気づきの開けを体験することがあります。私はこれらの気づきを表現する言葉を見つけ、フェルトセンスにそれらの言葉を照らし合わせ、共鳴や反応があるかどうかを見て、その表現で適切かどうかを確認します。時折、この過程は發展して、私の自然への感覚や、私の内側の自然環境への反応の在り方を説明し、進展させるミニ理論のようなものになります。しばしば気づきの連続で体験が開けていき、私は後でそれらを書き留めることができるよう、その気づきを覚えるように努めています。リアルタイムで体験の記録をつけられるようにノートかテープレコーダーを持ち歩くこともあります。こうした過程はしばしば、自然環境に対する深い喜びや感謝の感覚へと繋がっていきます。

自然に関するTAE理論

このプロセスによって、私は自分の自然体験についての「エッチ」のうちのいくつかを探求し、広げることができ、なぜ私にとって平穏さやi.o.o.のような体験が、構築された都市環境よりも自然環境においてのほうが頻繁に生じるのかを理解し始めました。ここに、自然環境の中での平穏やi.o.o.について、私のフェルトセンスから出てきた気づきの例を、3つ簡潔に示します。

- ・ *これこそ私の属する場所だ。* 自然の環境の中で、私は正しさの感覚、ぴったり合っているという感覚を感じている。私と環境の境界には何ら葛藤も緊張も圧力もない。私は、私を取り巻くものから自分を防衛したり切り離そうとする必要は全くない。私と環境との間には連続性と互換性の感覚があって、私は環境から、自然を味わってリラックスするようにといざなわれている。

- ・ *何もする必要はない。* 環境は自給自足だ。環境は私に何かしてもらうことを必要しておらず、私の側からの特別のアクションやレスポンスを要求していない。私の周囲の生き物は、私なしで、独力で機能するシステムを形成し、自分で管理維持している。環境がそれ自身の世話をすることができるので、私は休んでいられる。

- ・ *自我をもたない他者としての自然。* 私の周囲の自然物は自我を持っておらず、社会から定義された自己の感覚も持たない。したがってそれらは、私の心の、社会規範や期待、目標、計画に関わっている部分を引きつけることが無い。私は、人間社会の中で自我を持ち

他の自我に囲まれているときには絶え間ない努力や緊張をしているが、自我を持たない自然の真ん中では、休むことができる。

これらの気づきはすべて、何らかの共通点を持つように見えます。それらは、一つのテーマのバリエーションのようです。すなわち、それらはすべて、自然環境への反応として平穏さやi.o.o.の体験がどんなふうにして生じてくるかに関するものであり、それについての暗々裏の基底的感覚から出た一本一本の軸のようです。数年前に、私はフォーカシングインスティテュートの「エッジで考える」ワークショップに参加し、この基底的なテーマのための理論を公式化し始めました。

エッジで考える (TAE) は、関心分野についての暗々裏のフェルトセンスから話して理論を構築するための体験的实践法です (Hendricks, 2004)。私のTAE理論は、人間は自然の一部でありかつ同時に自然から分離しているという両方の側面を持つ、という逆説的な考えから始まりました。西洋の文化では、自然と人間とはしばしば、別の領分のものに見なされてきました。一自然は原型にして原始の楽園で、そこでは人間が侵入者であり略奪者です。しかしながら近年、ポストモダニズム派の学者は、自然に関するこうした概念をうち壊しました。自然と人工的環境との区別は社会的に作り上げられたものであって、客観的根拠は何もないと主張したのです。この見解からすると、人間文化と自然システムは別々の領域ではありません。人間の活動や人間の影響を受けた環境は、アメリカトナカイの移住やビーバーのダム建築と同じくらい、自然の一部だというわけです。私はこの議論にも一理あると思いますが、一方でこの考え方のように、環境に関する私たちの思考から人間と自然の区別を排除しようとする試みには、私は落ち着かなさを感じます。私は、人間とその活動がある意味自然の一部であるということを手では納得していますが、自分の経験から、自然環境の中に居るとき私がどんなふうを感じているかについて感銘深いシフトがあるということも知っているのです。自然と、人間の影響を受けた環境との間のどんな違いも、それを否認してしまうと、何か大事なものが失われてしまうと私は感じます。

私は自分のTAE理論において、人間が自然の一部であると同時に自然から自らを切り離しているのだという有様を、表現する方法を見つけようとしています。理論のキーワードは *固有のプロセス (intrinsic process)*、*押し付けられたパターン (imposed patterns)* および *(感じられた) スペース ((felt) space)* です。固有のプロセスという言葉は、それ自身のやり方で動き、前進している事物を意味しています。私たち人間は他のすべての生物のように、固有のプロセスをもっており (あるいは固有のプロセスそのものであり)、その意味で、私たちは自然の一部です。しかし私たちは、環境や私たち自身の固有のプロセスに、人間のパターンを押しつけます。それが自然とは違うところです。押し付けられたパターンは、固有のプロセスの動きを抑制します。固有のプロセスが私の中で動いているとき、スペースのフェルトセンスが私の意識に現れます。私の固有のプロセスが自由に発動できている時、私は、開いて拡張するスペースの感覚を体験します。私の固有のプロセス

が抑制される場合、束縛され狭くなっているというスペースの感覚が出てきます。

私は環境に関わる際の2つの方法、ドゥーイング (doing、行動) とビーイング (being、存在すること) とを基本的に区別します。ドゥーイングはパターンを押し付ける行為です。ドゥーイングの時私は、環境自体の固有のプロセスからは発生しないようなパターンを用いて環境を形作ったり、型にはめようとしています。固有のプロセスにパターンを押し付けるには、仕事が必要になります。環境の固有のプロセスを押し退けて、私たちが人間のパターンを押し付け、その状態を維持するには、精神的・身体的な努力を要します。しかし、ビーイングであるとき私は、パターンを押し付けようとせず、ただあるがままに環境を体験します。私が環境に関わるやり方が、ドゥーイングからビーイングへ変わる時、私はリラックスと平穏さを感じます。自分のパターンに環境を適合させ型に嵌めるという努力を続けなくて良いからです。環境の固有のプロセスは、それ自身を前進させるのであって、私の側の努力は必要ありません。

私たちは環境だけでなく、私たち自身の固有のプロセスにもパターンを押し付けます。私たちは、概念体系、対人関係における期待、社会規範、自分の目標や計画に基づいて、自分自身や他者に対して絶えずパターンを押し付けています。自分自身の心や、他者との相互作用について、これらのパターンを作り、維持する際には、広範囲にわたる思考

(Discursive thinking) が大きな役割を果たしています。社会に生きる者として、私の固有のプロセスは、他の人々や、私自身の広範囲思考によって押し付けられたパターンのために絶えず抑制されています。私が他の人と関わる時や、環境の中に人間に作られたパターンを感知する時、広範囲思考や社会的に押し付けられたパターンが強化されます。しかし自然環境には広範囲思考も社会的パターン付けも存在しません。自然は私の心の広範囲思考やドゥーイングの部分を喚起・強化しません。こうして自然環境は、ドゥーイングからビーイングへの移行を促進します。私の固有のプロセスは社会パターンの制約から解放され、私の心は自分や他者にパターンを押し付ける努力をせずに、休むことができます。

私の内なる固有のプロセスは、複雑な方法で環境と共鳴します。どんなふうにして私の中のプロセスが前進できるのかが決まっていくためには、環境がとても重要な役割を果たしますし、同時に、自由に前進できるためにはどんな環境が良いのかを私の固有のプロセスは暗示しているのです。自分の固有のプロセスがそれ自身のままに前進できるような環境にいる時、私と環境の間には、何ら葛藤の感覚はなく、互換性が無いという感覚もありません。そのような環境は、私の固有のプロセスが持つ本来の傾向のままに進めるようにしてくれます。私は、その場所にぴったり合い、そこに存在しているのだという感覚を覚えます。私にとって、この、ぴったり合っているという体験は、自然環境の中でよく生じます。自然の環境は、押し付けられた人間のパターンによって固有のパターンが不明瞭になったり型に嵌められたりしていません。自然環境の中に人間から押し付けられたパターンが無いことは、私の中の固有のプロセスが環境の固有のプロセスと共鳴することを可能にしてくれます。このことが、開いて拡大していく感覚を私の意識の中に出現させてくれ

ます。私の、社会的に構築された自己、人間の世界から、より広く、より拡張する感じられたスペースへと私を連れて行ってくれるのです。これが、私が前述した、内側の開放 (*i. o. o.*) です。

人間のパターンが自然環境に押し付けられる場合、自然環境の固有のプロセスは、大なり小なり不明瞭になったり変わったりします。そのとき私の内部の固有プロセスはもう、環境の固有のプロセスと共鳴することができず、代わりに、その固有プロセスを不明瞭にした人間のパターンとかかわり合うこととなります。人間に押し付けられたパターンとかかわり合うことは、私の内部のプロセスを抑制し、自由に前進することができなくなります。その結果、私は、スペースについてのフェルトセンスとして、圧縮されているという感覚を体験します。

これは私たち人間が自然環境にパターンを決して押しつけてはならないという意味ではありません。明らかに、自然に私たちのパターンを押し付けことで大きな利点を得られることがしばしばあります。結局のところ、パターンを押し付けること（ドゥーイング）は、人間の創造性発揮の本質的な側面です。ドゥーイングとビーイングを区別する際、私は、環境と関わる方法としてこれらのうちの一方が他方に比べて本来的に優れているというといったことを言うつもりはありません。

私たちがそれほど高圧的でなければ、人間のパターンがある程度押し付けられている中で、自然の固有のプロセスが透けて見えるかもしれません。例えば、庭は人間のパターンが押し付けられた場所ですが、それでも、自然の固有のプロセスを見ることができます。しかし、自然の固有プロセスが完全に不明瞭になるほどに、私たちが環境に対して人間のパターンを押し付ける場合（例えば、完全に囲まれた人工環境）、その環境で私たちに残されており私たちが関わることができるものはすべて、私たち自身のパターンです。私たちは人間の思考と行動による生産物のみで成る、自己完結の領土に居住していることとなります。私たちの環境との関わりは閉じたループとなり、私たちは、自分たち自身が作成したパターンと関わるができるのみです。私たちの意識は、より大きな人類以外の世界に開かれる機会がなくなります。このことは、私のTAE理論の言葉で言えば、私たちが自然から人間をどのようにして切り分けているかを表現しています。

体験的理論

自然と人間との関係について私の専門領域で従来言われてきたことと、私のTAE理論の間には、いくつかの接点あるいは類似点があるように思われます。例えば、ある有名な理論は、自然環境は方向性注意疲労 (directed attention fatigue) から回復させてくれるため精神の回復を促進すると言っています (Kaplan and Kaplan, 1989)。この理論によれば、方向性注意とは、気が散らないようにして私たちが今おこなっている作業に注意を集中できるようにする心的能力です。この力を使い過ぎて疲労した場合、私たちの種々の精神機能や行動機能には支障が出ます。Kaplanらの理論によると、自然の環境は本質的に魅力的

なので、私たちの注意は自ずと引き付けられ、私たちの側に注意集中の努力は必要ないのです。このことは、私たちが自然環境の中に居るときに方向性注意の能力を休ませ、回復することを可能にします。TAE理論の言葉で言えば、方向性注意というのは環境に関わる際の極めて努力に満ちたドゥーイングモードの典型と言えるでしょう。一方、魅了され自然に注意が惹きつけられる状態というのは、自然の固有のプロセスと共鳴するビーイングのモードと関係しているように思われます。Kaplanらの理論と私の理論との交差は、もう一方に照らして各々の理論を発展させるための新たな道を開くかもしれません。

Kaplanらの理論(および私の分野でのほとんどの理論)と私の理論との重要な相違点の一つは、他の人や事物からデータ収集をするのではなくて、主題についての私自身の個人的体験に入り込んで感じることで理論が引き出されているということです。言い換えれば、私の理論は一人称科学(Gendlin and Johnson, 2004)の実例です。別の重要な違いは、私の理論の用語は私自身の体験の様相に直接つながるということです。すなわち、私の理論は単に私自身の体験に由来しているだけでなく、私自身の体験そのものでもあるのです。私はこの種の理論を体験的理論と呼びます。

すべてのTAE理論がこういう意味での体験的理論だとは限りませんが、TAEは体験的理論を発展させるためにはとりわけ有効な方法であるように思われます。レクリエーション研究者の最近の会議で、私はレクリエーション研究における一人称科学および体験的理論の使用を主張する論文(Schroeder, 2007, 2008a)を発表しました。このプレゼンテーションにおいて、私は休暇に関する体験的理論の例を挙げました。それは、自然との関係に関する私のTAE理論と同じようなテーマ(例えば空間、自由、押し付けられた形)を生かしているものです。

体験的理論の用語は、その理論に関する一人称体験との直接的かつ継続的な関係に立脚するものです。そのような理論は研究者の体験を記述するだけでなく、独特な方法によって体験を変えます。理論が研究者の体験を喚起し、共鳴が起こり、前進させる有様は、理論の有効性の重要な指標の一つです。従って、体験的理論とそれに関する体験は切っても切れない関係にあります。理論の用語が実際の体験との対話型の接触を失う場合、その理論はもはや体験的理論ではありません。

私は従来の科学理論および方法を、一人称科学に完全に置き換えることを主張するわけではありません。しかし、レクリエーションや環境認知のようなトピックは、主題の中に明らかに体験的要素が含まれていますから、こうしたテーマを研究する場合、体験的理論が有用な補完要素になり得ると私は考えており、それを主張します。

価値の概念

ジェンドリンの体験的実践を積み、プロセスモデル(Gendlin, 1997)を読んだことによって、私は、私の分野における基本概念のうちの一つを一人称視点から再考するようになりました。価値の概念は、自然資源管理の領域において、最も重要であり、かつ最も混乱し

ている概念のうちの一つです。分野が違えば違ったやり方で、それぞれの理論と実践において**価値**という用語が定義され使われています。価値を定義する最も一般的な方法のうちの二つは、**保持された価値***held value*および**割り当てられた価値***assigned value*として知られています(Brown, 1984)。保持された価値は、何が良くて望ましいかということについての持続的な概念として定義され、割り当てられた価値は、何かの事物を他の事物と比較して、(言葉や行動によって)表現された価値として定義されます。例えば、自然環境を保護し保存するべきだという確信は保持された価値であり、国定公園を訪れるために人が進んで払う価格は割り当てられた価値です。

天然資源の分野における科学者は、保持された価値が割り当てられた価値の根拠であるというふうにしばしば考えます。言いかえれば、この科学者たちは、好みや行動選択が、何が良くて、正しくて、望ましいかといった概念によって決定されると信じています。私はこんなふうに価値というものを捉えると、二つの問題が生じると考えています。まず、この見解は、価値が概念的思考から生じると想定していて、人間の好みや選択における感じ(feeling)の重要性を軽視しています。こうした研究は、何がよくて何が悪いのかに関する認知的信念が、どのように彼らの行動と選択に影響を及ぼすかに注目します。感じは単に概念的思考の副産物と見なされますから、天然資源の価値に関する研究、理論、および実践において感情はしばしば無視されます。次に、この見解は、人間だけが概念的思考ができることを理由に、人間だけが価値を持つことができるという考え方を示唆しています。何がよくて何が悪いのかに関する概念が価値の土台であるとするならば、概念的に考えない人類以外の種の行動は価値によって導かれているとは見なされず、単に機械的かつ無目的なものとして捉えられてしまいます。価値を理解するにあたってこの方法を取ることは、人間が基本的に他のすべての生物と異なっており、かつ優れているという確信を強化し、それは環境倫理および人類以外の種への対応に影響を及ぼします。

ジェンドリンのプロセスモデル(1997)を利用して、私は価値を理解するための異なる方法を開発しました。自然の場所における私自身のフォーカシング体験から、私は環境の価値が、何がよいとか望ましいといった概念(保持された価値)や、言語や行動でなされる価値の表現(割り当てられた価値)だけでなく、環境の重要性についての即時的な感じを含むものであることを知っています。よって私は、保持された価値・割り当てられた価値という二つの既存の定義に、三つ目の定義を加えました。私は、**感じられた価値**を、ある事物がその人にとって有益で大切だということについての今ここでのフェルトセンスとして定義します(Schroeder, 2004, 2008b)。感じられた価値は、保持された価値および割り当てられた価値の背後にある暗在性の側面です。保持された価値および割り当てられた価値は明示的な概念や行為であり、それらは同じように感じられた価値から発生して前進するのであって、その適切な言葉や行動はフェルトセンスを前進させます。

私は価値をプロセスとして見なすようになってきました。そのプロセスの基盤は、何がよいのかについての抽象的概念にあるのではなく、私たちがからだですべてに体験している、

世界とのかかわりにあります。すべての生物はからだで世界とかかわっていますから、人間だけでなくすべての生物は、その基本的な生命プロセスの一端として、価値づけを行なっているのです(Schroeder, 2006)。何が良くて何が悪いのかといったことに関する抽象的概念(保持された価値)は、人間が独自に発達させたものであり、その出处は、他の生き物と何ら変わりが無い基本的な価値のプロセスです。このようにプロセス指向の観点で価値を捉えることは、人間が他の生き物と同様であるという考えと、人間がユニークであるという重要な考えの両方を認めています。

価値付けの過程は、意思決定と選択に密接な関係があります。したがって、価値の概念についての私たちの理解が変化すると、環境管理に関する決定プロセスに現実的な影響が生じます。

環境管理の分野での意思決定アプローチは、しばしば暗々裏に感じられた価値の次元を無視したり素通りして、その代わり、合理的な数学的モデルによって決定しようとしています。感じられた価値は、この種の意思決定アプローチに何ら直接的な役割を果たしません。代わりに、価値は抽象的な量として扱われ、決定はコンピューター上の数値計算によって下されます。目的次第ではそれも有益でしょうが、この方法では、生活し、働き、休養する場所と人との間の関係につきものの、複雑な感情、知覚、意味を十分に扱えないことが多いです。

環境管理の分野において、人々と場所との複雑な関係は「場所についての感覚 (sense of place)」という名の下に組み込まれました。私は現在、場所についての感覚と意思決定についての本の一章を書いており、その中で私は、場所についての感覚というのは、実は場所についての感じられた感覚 (*felt sense*) なのだと言っています。環境上の意思決定の際に場所についての感覚を考慮に入れることは、意志決定の過程で、場所についての感じられた価値を回避せず、無視せず、かかわりを失わないことを意味します。意思決定の参加者は、場所に関する決定がなされる間、自分の中のまだはっきりしない感覚レベルの体験に直接リファーするつもりでいる必要があります。環境に関する意志決定過程において、フォーカシングや、エッジでの共同的意思決定 (Collaborative Edge Decision Making; McGuire, 2007) のような方法を用いることは、意思決定に関与する人が感じられた価値とかかわりを持ち続けるように手助けしてくれますので、結果的に、全員の場所についての感覚を尊重するような決定を探すことにつながるかもしれません (Schroeder, 2008b)。

結論

この論文において私は、ユージン・ジェンドリンの体験的心理学および暗在性哲学が、環境心理学における私の思考および研究にどのように影響を及ぼしたのかを要約しました。私は、環境心理学と体験的心理学が、両分野の考え方や理論を交差させることにより、双方が利益を得られるものと考えています。

一方では、多くの環境心理学研究が、自然科学的な、距離を置いたスタンスから実施さ

れており、研究者は其中で、人間と環境の間の相互作用をとらえる客観的で巻き込まれない観察者、分析者であろうとしています。体験的心理学および暗在性哲学が、一人称および体験的な次元への扉を開きます。体験的心理学および暗在性哲学は、環境心理学研究者としての私が、観察者であるだけでなく、観察対象の実例であることを思い出させてくれます。私たちは皆自分の内に、からだで世界との関係を持っていて、それが、人間の環境とのかかわりのベースにあります。フォーカシングのような体験的な実践法は、この暗在性の領域の気づきに私たちを直接つないでくれます。このことは、自然環境の価値や捉え方に関する私たちの理論を、環境との間で今まさに生起している関係性についての直接の実感に基盤を置くことを可能にしてくれるのです。

他方では、今まさに刻々と知覚される環境のフェルトセンスに注意を向けることは、フォーカシングやTAEのような体験的な実践法に新たな次元を導入します。あなたはフォーカシングを用いて自分のためにこれを探求してみることができます。自然全般に関する考えや感情についてのみでなく、あなたがある環境の中に居るときに、環境を刻々と感知するところから生まれてくるフェルトセンスに注目して、探求することができます。松の枝を吹き抜ける風の音、顔に降り注ぐ太陽の温かさ、池の水面を走る波紋、夏の雨の匂い、ゆっくりと変わり行く雲を背景に弧を描く鳥の飛翔—それらの環境と感覚的に関わることによって呼び起こされた複雑な感じに注意を向けるとき、あなたのからだと物理的環境との間に今まさに起こっている暗々裏の関わり合いが、あなたが住んでいる世界とどのように関係しているかについての気づきの(恐らくは意外な)源になるかもしれません。

環境のフェルトセンスに注目することで私は、人工の環境と自然環境を自分がどのように体験しているかに関して根本的相違があることにはっきり気づきました。自然環境は私の内部の感じられたプロセスを前進させますが、人工環境ではそれは起こりません。私のいのちのプロセスのある部分は、人工環境に居る間には止まったままになっていて、押し付けられた人間のパターンから開放され環境の固有のプロセスが前進しているような自然環境に私が戻ると、再び動き始めるようです。なぜ私自身の固有のプロセスが自然の固有のプロセスとこのように共鳴するかは、まだ謎です。引き続きこの謎を探求していくことが、私にとって魅力と喜びの源です。

参考文献

Brown, T. C. (1984). The concept of value in resource allocation. *Land Economics*, 60, 231-246.

Gendlin, E. T. (1981). *Focusing*. New York: Bantam Books.

Gendlin, E. T. (1997). *A process model*. New York: The Focusing Institute.

Gendlin, E. T., and Johnson, D. H. (2004). *Proposal for an international group for a first person science*. Retrieved July 21, 2008, from http://www.focusing.org/gendlin_johnson_iscience.html.

Hendricks, M. N. (Ed.). (2004). Thinking at the edge: A new philosophical practice [Special issue]. *The Folio. A Journal for Focusing and Experiential Therapy*. 19(1).

Kaplan, R., and Kaplan, S. (1989). *The experience of nature: A psychological perspective*.
New York: Cambridge University Press.

Lewis, C. A. (1996). *Green nature/human nature: The meaning of plants in our lives*.
Urbana, IL: University of Illinois Press.

McGuire, K. (2007). *Collaborative edge decision making*. Retrieved July 21, 2008, from <http://www.cefocusing.com/freedownloads/CollaborativeEdgearticleFinal.pdf>.

Schroeder, H. W. (1990). The felt sense of natural environments. *The Folio*, 9(2), 59-67.

Schroeder, H. W. (2004, June). *Experiencing the value of natural environments*.
Presentation at the Environmental Design Research Association Annual Conference.
Albuquerque, NM.

Schroeder, H. W. (2006, October). *Valuing nature: Experience, process, and practice*.
Presentation at the Society for Human Ecology Annual Conference. Bar Harbor, ME.

Schroeder, H. W. (2007, September). A role for first person science in recreation research: Excerpted from a presentation at the 2007 Northeastern Recreation Research Symposium. *Staying in Focus: The Focusing Institute Newsletter*, pp. 1-3, 11.

Schroeder, H. W. (2008a). A role for first-person science in recreation research. In D. Klenosky, C. Vogt, and C. LeBlanc (Eds.), *Proceedings of the 2007 Northeastern Recreation Research Symposium* (General Technical Report NRS-P-23, pp 244-249).
Newtown Square, PA: U. S. Forest Service, Northern Research Station.

Schroeder, H. W. (2008b, June). *Sensing value in place: Felt value and the land-use decision-making process*. Presentation at the International Symposium on Society and Resource Management. Burlington, VT.

Herbert Schroeder is a research social scientist with the Northern Research Station of the United States Forest Service in Evanston, Illinois.