

2020.11.14

紙つぶて

米大統領選のテーマの一つは、間違いなく「分断からの脱却」であった。新大統領となるバイデン氏は「分断から団結へ」を掲げている。そこに癒やしを見いだしている人は少なくないだろう。

「分断」はもちろん米国だけの問題ではなく、日本を含め多くの国にとっての課題である。かなり深刻化しつつある「分断」を癒やしていくためには、その構造をよく理解しておく必要がある。

私は、「分断」をおおるエネルギーは、「被害者意識」だと思っている。「〇〇のせいで、自分はこんな目に遭っている」という考え方は、「分断」を促進する。と言われても実際にそうだから、と思う人もいるだろう。もちろん現実的には

分断を癒やすもの



水島 広子

正できることはできるだけした方がよいと思う。しかしそれ以上に必要なのは「被害者意識」がどれほど自分を弱体化させるか、という認識だ。「被害者意識」に取りつかれている間、私たちは、そのエネルギーが自分の名誉を回復させ利益につながると思いついでいるが、実際は「自分は弱い存在だ」という刷り込みを強め、傷を深めるにすぎない。そして「もっと、もっと」となってしまう。「足るを知る」安心感には永遠に至らない。それぞれの心の癒やしのないところには、社会の癒やしは訪れない。新大統領になるカマラ・ハリス上院議員の演説は、私たちの力を思い出させてくれる、力強いものだった。

(精神科医)