



ココロさんの ひとごと

2018年12月 No.2

「ふたつよいこと さてないものよ」

いきなりひらがなで始めてしまいました。この言葉は、かなり以前になりますが、臨床心理学者の河合隼雄先生がおっしゃった言葉です。「一つの物事にはよいこととそうでないことの両面があるよ」という意味になります。テレビのインタビュー番組で、司会者の「先生の座右の銘は？」の質問に対してこう答えられた後、「たとえば今日はテレビに出てうれしいですけど、なんだか晴れがましい思いもありますし…」と恥ずかしそうにしておられるお顔のアップが印象的でした。

さて、この『ふたつよいこと さてないものよ』の言葉ですが、聞いた当時の私には、ちんぷんかんぷんでした。禅問答のようにしか思えなかったのです。私は心理学を専攻する学生のわりにはストレートな考え方しかできず、若さもあって言葉の意味をごく単純に捉えていたからでしょう。

そして、月日はあっという間に過ぎ、数多くの相談者の方とお出会いし、また、自分の人生でうまくいかないことが続いて起こる中で、この言葉の意味が、ある日ふと、スッと心に落ちてきたのです。目の前に何か困難な事が起こっても、何とかなったそのときには「うまくいったな、がんばったな」と思えるのですが、結局あとでしっぺ返しがあったり、またその逆もあったりします。つまり、一つの物事や出来事の意味はいくつもあって、その時々自分の状況によって、肯定的にも否定的にも捉えられるということです。

こんなふうな考え方で「不登校」を見てみると…。今まで学校に行っていた子どもさんが、学校に行かなくなる。それは、本人にとってもその周りの方々にとっても、あまりに大きな出来事です。短い目で見るとそれは『損失』と捉えられることがほとんどです。しかし長い目で見るとどうでしょう？あるいは、そのお子さんの心や身体の状態から見たらどうでしょう？「もしかして、今こそきちんと取り組まなければならないことに直面できている良い機会なのかな」と考えられるのでは？と思うのです。そうしたら『損失』ではない捉え方ができるのではないのでしょうか。

つまり『ふたつよいこと さてないものよ』という言葉は、「悪いと思うことでもそれだけじゃないよ」「意味はその都度変わってくるよ」「物事の意味は複数あるよ」ということに他ならないのです。

私は、もしもあなたが一人で悩みを抱え込んでしまっているのなら、これまでに起こった出来事を周りの人達と一緒にいろいろな角度から考え、新しい意味や方向性を見つけだせるよう、そのお手伝いができればと思っています。

