

文化間コミュニケーション:新しい関わり方のモデル: 止まったプロセス、リーフィング、交差の適用

Cross-Cultural Communication: A Model for a New Pattern of Relating
An Application of Stopped Process, Leafing, and Crossing

Doralee Grindler Katonah, Psy.D., M.Div. Edgardo Riveros, Ph.D., Lucy
Bowers, Josine van Noord

翻訳: 日笠摩子

はじめに

ドラリー・グリンドラー・コトナー

思い出す限り昔から、私は「異なる」文化圏の人々に惹かれていた。11歳の時、日曜学校のクラスで、地域のシナゴグの過越しの祭りに参加したときの豊かで濃い感情を思い出す。初めて食べたマーロールやハローシスやマツォーの味を今も感じる。マーロールは奴隷の苦難を象徴する苦い薬草であり、ハローシス(くるみのみじん切りと焼リンゴ、シナモン、甘い赤ワイン)はユダヤ人奴隷がエジプトで倉庫を造るために使ったモルタルの象徴であり、マツォー(パン種が入っていないパン)は自由を思い出すよすがである。このような、新しい意味の世界には、驚きと畏敬を感じざるをえなかった。

19歳の時には、比較文化プログラムに参加して、ケニアに3ヶ月暮らした。私たち12人はケニアの草原で土で作った家で暮らし、地域の人々とともに、高校の理科教室の建築にあたった。砂を混ぜ、日焼煉瓦を作り、地域の大工とともに、理科教室の壁を作った。自分の文化的想定やパターンが通用しない人々とのこのような出会いから、私の中に新しい何かが開かれた。それは、自分の文化的背景を超えて、ケニアの人々とつながろう、彼らを理解しよう、という努力の結果生まれたものである。彼らとつながるためには、自分の内側の「感じ」からコミュニケーションをするしかなかった。それは自分の通常のコミュニケーションパターンとは異なるやり方だった。私は、自分がどうしたいかというからだの感覚を見つけることができれば、そこから、非常に生き生きした心の交流を体験することができることを発見した。その

後も、旅行や異文化との出会いを繰り返す中で、このような時を何度も体験した。

文化人類学者リチャード・シュベーター(1991)は、『文化を通して考える：文化心理学の探検』という著書の中で、この種の出会いについて述べている。

.....

「文化人類学が信じているものがあるとしたら、それは、驚きが普遍的な情動であるという信念である。驚きと、それとともにもたらされる様々な感情---びっくり、好奇心、興奮、熱心さ、同情---はおそらく、「他者」の違いや奇妙さへの人類学的反応として最も特徴的な感情であろう。」(p.1)・・・(違い)を、解消する必要はない。違いは求めるべきものである。驚きを通して私たちは、異なる世界の間を行き来することができる。そしてそうすることで、私たちはより完全になる。」(p.19)

文化的な交差 crossing によって、さらなる発達の可能性が開かれる。「放浪」したいという望み、異なる世界を探し求める望みは、おそらく普遍的な要求でだろう。それは単なる生存のための要求ではなく、奥深い好奇心に動機づけられている。その動機は「もっと more」を求める要求である。違いと出会うことで潜在能力が刺激されることを求めているのである。

しかし、実のところ、違いは怖いものでもある。「私たち対彼ら」というカテゴリー化やステレオタイプをもたらすこともある。皮膚の色や宗教や性的指向や文化的実践の違いは、支配や抑圧の傾向ももたらす。私たちはもう、このような分離や覇権争いの後ろに隠れているわけにはいかない。いまだに「異なる文化」という言い方は使うものの、それはもう、固定的で自足的な生活様式ではありえない。今や、文化も、相互に交差しながら進化していつているのである。

多様性は私たちの中にもある。一人の人であっても、一つの文化、一つの人種、一つの宗教でしかないとは必ずしも言えない。ジョン・マクロード(2005, p.50)が述べるように「私たちの中で、単一文化のメンバーであると言い切れる人はほとんどいない。両親や祖父母は、対立的な宗教や民族コミュニティに属しているのではないだろうか。人生の道筋の上で、異なる文化的な考え方や実践に接触してきたのではないだろうか。」

違いに関わることで「もっと」を求めるのは、フォーカシング・コミュニティの私たちが得意とするところである。このような異文化との関わりは、フォーカシング国際会議でいつも起こっている。そこでは、様々な異なる文化からフォーカサーたちが集い、共通の能力を通してお互いに出会い、感じられた意味 *felt meaning* の理解を進めている。私の関心は、両者がフォーカシングを知っていると、異文化間コミュニケーションがどのように差異があるのだろうかという点である。暗黙のレベルで感じていることが象徴化され表現されることで、異文化間コミュニケーションに何が起こるのだろうか。フォーカシングの交流では、それぞれの人の感じられた体験過程が進展するような何かが人々の間に起こる。そして、その進展の仕方は、同じ文化の誰かとのフォーカシングで起こるのとは異なる。お互いが違いを通して変化し、お互いのフェルトセンスをさらに象徴化するための架け橋になる。

ジェンドリンの暗黙の哲学は、このような、文化間の相互影響の中で生まれる発達の可能性を理解するための豊かな枠組みを提供してくれる。「フォーカシング指向の」異文化コミュニケーションでは、言語や文化に縛られた意味に閉じ込められることなく、からだに含意されているさらなる意味を、感じられてはいるがまだ象徴化されていない意味をとらえることができる。おそらく、この新しい関係のパターンによって、意味は、文化的差異と相互作用することで、進展する。そしてその進展は、異文化との出会いがなければ進展しないような形になるだろう。つまり、多様性は、人間発達を促す道筋として望ましく求めるべきものなのである。

この論文の目的は、異文化間フォーカシングの例を3つ紹介することである。2例は、昨年のオランダでの国際会議で行ったワークショップでの例である。1例は、ディスカッション・リストでのものである。これらの例には、フォーカシングによって、文化間交差の体験でしかえられないような新しい意味が生まれるという豊かな可能性が見て取れる。これらの例を理解する枠組みとして、簡単に、ジェンドリンの「止められたプロセス *stopped process*」「リーフィング *leafing*」「交差 *crossing*」という概念を紹介しよう。それによって、なぜフォーカシングが、異文化間の出会いから起こる特殊な人間発達の道筋となりうるのか、を理解してもらいた。私としては、これが新しい関わり型のモデルとなり、恐怖と二極化とステレオタイプ化を超えていけることを期待している。お互いに違いを体験しつつ、どちらの生もが尊重され開かれていくのではないかと期待している。

哲学的概念：

人と文化の関係をどう考えるべきだろうか。ユージン・ジェンドリンの暗黙の哲学では、文化は「状況の構造、人間の相互作用のパターン化」であると定義される(Gendlin, 1997, p.17)。生きることは、単に本能的なものではなく、人間は、象徴的な意味をも生成する。そこから対象や儀式や道具や表現や関わりや生活のパターン(例えば、レストランや店、政府の形態、歌等々)が生まれる。これらの共有された意味の表現は、私たちの環境にもなる。文化は、人々の集団が共有する意味の創造的表現である。人間は、自分自身が創造したものと関わりながら生きている。

同時に、生きるプロセスは常に、人と文化の間の相互作用でもある。生きるプロセスは基本的に未完成なものである。暗黙のレベルで感じられているものは、多様な、まだ未完の「環境とのさらなる相互作用の可能なパターン」(Gendlin, 1962, p.25)を抱えている。つまり、私たちは、既知のパターンを超える新鮮な生をさらに象徴化する能力を持っている。そして、この能力こそ、多様性から生まれるこの新しい関わり方の基礎をなしている。「他者」の中の何らかの違いと相互作用する際に感じられる意味は、個人的な意味を進展させる。そして、それはこの関わりがなければ生じることはない。

止められたプロセス:

ジェンドリンが『プロセスモデル A process model』(1997, a)において考えているのは、生は進展していくのかという問題である。その際、あるプロセスが進展しないこともある。生の進展は常に起こっている。あなたが国際会議である新しい人とコミュニケーションを持ちたいと思ったとしよう。しかし、あなたは英語がしゃべれない。あなたには「話したい」感覚はあるが、「それは通常のコミュニケーション方法では進展することができない」。このプロセスは止められたが、あなたは他のやり方で生き続ける。おそらく、同じ国から来た人と話すかもしれない。しかし、この止められたプロセスは進展することを含意(imply a carrying forward)続けている。この二人の人たちの間には何かがあり、生きることを望んでいる。しかし、今のところはそれを進める方法がない。フェルトセンスとして感じられるものは、ことば以上のものがある。そこには非言語的な意味もあるし、決してことばにはなりえないような意味もある。

止められたプロセスが起こる理由は様々である。その理由がなんであれ、含意(implying)はそこにあり続ける。進展を望んでいるものは、生が進んでいっても、そこにあり続ける。誰もが、自分の中の何か、何年も止められたま

まになっているものを思い出すことができるのではないだろうか。それは後に、何かはそのフェルトセンスと相互作用すると、新しいやり方で進展する。子どもの頃に歌手になりたかった人のことを思い出す。彼女のこの止められたプロセスは、50歳になってはじめて進展した。それは彼女が、「歌いたい」という感覚に注意を向けることを学んだからであった。そこから行動ステップを積み重ね、彼女は歌うことを職業とするまでになった。

ジェンドリンは、止められたプロセスについて深い表明をしている。「止められたプロセス」のある局面でこそ、新しい発達が起こりうる可能性が感じられるし、生じると言うのである。プロセスが進展させられる通常のやり方が止められた場合、生体は高い感受性を保ち、そのプロセスを進展される新しい可能性を探し求める潜在力を持ち続ける。そのような新しい可能性は、この特定のプロセスが止められることがなければ、発見されることはない。また、新しい発達が起こると、元々のプロセスの起こり方も以前とは変わってくる。例えば、お互いに相手の言語を話せない二人の人が、--- その日音楽が演奏されていたとすれば---一緒に踊り笑い始めるかもしれない。すると、お互いについての新しいフェルトセンスが生まれ、新しい意味が開かれていく。翌日、通訳に助けをもらって言語的なコミュニケーションができるようになったとしても、一緒に踊った体験と、それによってお互いの間に進展したものは、そもそものコミュニケーションをしたいという願いのフェルトセンスをすでに変えている。

異文化間相互作用で、止められたプロセスが起こるのは、通常の文化的なパターンが進展されないからである。このような止められたプロセスの局面こそが、さらなる発達が可能な場である。これこそ、生の場である！

リーフィング:

リーフィング(葉が芽生える、ページをめくる)とは、止められたプロセスがあると起こる複雑さの表現である。先に述べたように、この状況で生体は、止められたプロセスの条件のままに留まり、からだはより敏感になる。そこで、環境の中の新しいものが、この止められたプロセスと相互作用できるようになる。それは、この阻止がなかったら、気づかれることもなかったものかもしれない。リーフィングとは、プロセスのごく一部が起こることである。進展するところまではいかないが、起こりうるところまでが起こることである。つまり、リーフィングのたびに、プロセスの最初のごく一部が生じるのである。

このようなプロセスのごく一部(リーフィング)には、可能性が潜んでいる。止められたプロセスが進展するやり方は一つではなく、環境によって違う様々な形になりうる。感じられた意味は、止められたプロセスを含み、また、この感受性の高まりを含んでいる。つまり、異文化間交流では、進展をもたらすやり方は、自分自身の文化に知られている方法だけでなく、ずいぶん多くあるはずである。ダライ・ラマとチベット民族の植民地化のことを考えよう。僧院や寺院の破壊や、宗教弾圧があった。これは、悲劇的に重大な止められたプロセスである。チベット族の中での仏教とチベット文化の継承を生き続けることが止められたのである。今、インドで生きているダライ・ラマと彼のコミュニティが行っているのは、リーフィングのよい例である。今、仏教は、世界中で非常に多様な形で進展している。それは、この止められたプロセスの局面から生まれた感受性の高まりから生じたものだと言えよう。そのような様々なやり方で、仏教は、世界中の様々なグループの人たちとの相互作用するようになってきている(例えば、Kamenetz, 1995 参照)。

交差:

「交差 crossing」を理解するためには、フォーカシングが感じられる意味 felt meaning と象徴化との相互作用であることを思い出すことが役立つだろう。感じられる意味には、未完の潜在的な意味が未分化なまま多層的に含まれている。象徴化は、既知の、あるいは表現された意味であり、ことばやイメージや身ぶりや対象等々といった形になっている。「交差」は、象徴化が、感じられた意味と相互作用して、新しい状況での新鮮に生きられた潜在的な意味をもたらす仕組みを、説明する概念である。すでにおわかりのように、フォーカシングでは、象徴化(語や句やイメージや身ぶり等々)が発見される。その象徴化はフェルトセンスと共鳴することで、さらに感じられる意味を明示化する機能を果たす。しかし、これは、象徴とは体験過程 experiencing の中にあると、誤解されることもある。「交差」という概念によって、実際にはもっと複雑なプロセスが起こっていることがわかる。この、既知の象徴と新しい状況との相互作用を通して、単に感じられる意味が変化するだけではなく、象徴の意味の方も変化するのである。象徴がフェルトセンスと交差すると、そのシンボルは、それまでそれが意味していたことすべてに加えて、この新鮮な現在の状況についてわかったことも意味するようになる。感じられる意味には、言語がそれまで示していたものに加えて、現在の状況が含まれている。「この状況でことばは、新しい特徴がどのように生じる

かを語る。---ことばと状況との交差の中で新しい特徴は生まれるのである。」(Gendlin, 1997b, p.2)

私は「交差」という概念を異文化間相互作用に適用することが有効であると気づいた。異文化間相互作用には「新しい状況」がある。その相互作用に関わるどちら側の文化的意味にもなじまない新しい状況である。この相互作用に私たちは、ステレオタイプや偏見や違いへの恐怖などを持ち込むかもしれない。さらには違いは、「さらなる何か」も持ち込む。他者を感じられる体験は、すでに新鮮な象徴化である。なぜなら、それぞれの人は、それぞれの文化の一般的な見方以上のものだからである。それゆえ、出会い自体が、通常の意味で(自分自身の文化との、そして、異なる文化との)「交差」である。自分の目の前の人との新鮮な体験との交差である。その人はその交差から浮き上がり、それによってその文化についての理解も変化する。異文化間フォーカシングを導入することで、私たちは、フォーカシングによって、人間的なつながりを作り、新しい象徴化を進められるような状況を作り出すことができる。

「私たちはお互いを理解することができる。異なる体験や異なる文化を越えて理解しあえる。なぜなら、交差によって、私たちはお互いの中に、それ以前にはなかったお互いのあり方を作り出すからである。コミュニケーションや理解は、それ以前からある共通性に基づくわけではない。私たちはすでに知っていることだけ理解するわけではない。しかし、それは誤解や歪曲でもない。そうではなく、私たちが正確にそのまま理解してもらおうときには、自分の発言が相手の中にどのように交差したのかを最も熱心に聞きたくなるときである。」(Gendlin: Crossing and Dipping: p.559)

異文化間コミュニケーションは、今、人間発達の新しい道筋になっている。フォーカシングコミュニティは全体としてそれを励ましている。世界は、多様性への新しい関わり方のパターンを求めている。違いによって私たちがさらに発達させるような関わり方、全世界的コミュニティや、平和で創造的な生活に貢献できるような関わり方を求めている。

次の3つのフォーカシングに関する物語を読む際、どこが「止められたプロセス」なのか、どれが「リーフィング」なのか、私たちの「交差」の能力がどのような影響をもたらしているのか、を考えながら読んでもらいたい。それぞれのプロセスがそれぞれの人に与える形に気づいてもらいたい。エドガルドの話では、二つの大きな止められたプロセスが、彼の中で交差している。アメ

リカの家族との関係と、母国での民主主義の終焉である。ルーシーの話では、交差の力によって、彼女の中で独自の複数の文化的なアイデンティティが作られ、どちらかに限られないそれ以上の世界での生き方が生まれている。ジョシーヌの話では、リーフィングは、日本の女性たちのやさしさの彼女のフェルトセンスを含んでおり、それは暗黙に、彼女と日本のフォーカサーの間で言語的なやりとりがないうちにも機能していたにちがいない。

引用文献(省略:原文参照のこと)

異文化間リーフィングの体験

エドガルド・リヴェロス

2006年5月、オランダでのドラリー・グリンドラー・コトナのワークショップで、私は、それまで隠れており表面的には忘れていた体験を思い出した。それは、私の北米への気持ちや関係に深い影響を与えてきた体験だった。10代の頃私は国際交流学生として、北米でホストファミリーの家に暮らしながら高校に通った。奨学金を得て、1967-68年の間、オハイオの高校に通ったのである。ホストファミリーは私を暖かく迎え入れてくれた。私がアメリカに暮らした時代は冷戦の最中であり、私とアメリカでの兄弟ディック(二人とも17歳だった)は、お互いに好意と尊敬の念を持っていたが、アメリカ合衆国の政治や外交政策については議論することが多かった。特に第三世界の国々への政策については対立していた。私は、ディックや北米の父に対して、友愛は感じていたが、その頃行われていたアメリカのキューバやソ連に対するスパイ活動に彼らが賛同し支持しているのは気になっていた。彼らは、アメリカのベトナムへの介入についても明らかに支持していた。彼らは共和党党员であり、リチャード・ニクソンを尊敬していた。

1968年8月にチリに帰るとき、私は悲しみながら北米の家族に別れを告げた。そのときには、5年後にチリで起こる歴史的な出来事についてはまったく予想もしていなかった。そして、その出来事が彼らとの感情的な距離をさらに遠ざけることになることも知るよしもなかった。

1968年11月、私の北米の家族のお気に入り候補リチャード・ニクソンがアメリカ合衆国大統領選挙に当選した。1969年から1973年の間、私たちは

文通を続けていた。特にクリスマスにはカードを送り合っていた。1973年9月11日に、チリにクーデターが起こったとき、私も、他の学生や知識人たち同様、アレンデの対立者を北米が援助したことが、軍事専制政権の復活の大きな鍵であったと知っていた。そして、この軍事政権はその後17年も続いた。ニクソンとキッシンジャーは、1970年から1973年まで、将来のゴルピスタス(クーデター参加者)を訓練し支援していたのである。

ハロルド・ピンターはデヴィッド・エドワードとの2005年の面接で次のように述べている。

最近ではインターネット上で様々なことが公表されてきた。アメリカ合衆国には「情報の自由」法がある。それは本当のところはあまりいいものではない。というのは、彼らはほとんどすべてを隠すからである。しかし、すべてを隠すことはできない。それは認めなくてはならない。彼らはそれを持っていて、それはそこにある。だからそれは利用できるはずである。しかし、実際には、誰もが知っているように、すべてが茶番劇である。それは恥ずかしいことである。しかし、少なくとも、何かはそこにある。少し前のことだが、私は、CIAに関する政府文書を手に入れた。それは、アメリカ合衆国政府が、チリの軍事クーデターに関与していたという文書だった。それはすべてそこにある。*引用(省略)

北アメリカ上院の文書では、アメリカ合衆国のチリ政治への介入は、1964年のフライ・モンタルヴァの選挙から始まったことが示されている。これを知って私は、感情的にショックを受けてしまい、そのショックはアメリカ合衆国に関するすべてに広がった。私はむなしく私たちの議事堂、ラ・モネダを眺めていた。それは私たちの民主主義の象徴だった。それが、北アメリカ空軍の協力によって爆撃されたのである。私は、大統領宮殿の残骸を見に行ったことを思い出す。私は鉛筆大の焼けた木の端切れをシャツのポケットに入れた。1973年9月15日のつらい朝の記憶として。その日私は、大統領宮殿の前に集まった長い列の中にいた。私たちは葬式の参列者だった。私たちの民主主義の墓石に最後の別れをした。

私たちの民主主義に個人的な別れを告げながら、私は、この国家的な建物を破壊した人たちに対する批判的な思いが、大きな沈黙で覆われるのを感じた。私は、北米世界についての自分の本当の感情や、この悲劇の数年前のアメリカ合衆国での自分の感情から、自分を切り離し始めた。私はこんなことが起こるはずがないと自分が信じていたことを恥ずかしく感じた。それ

まで私は、空軍や、ニクソンの国際政策や、彼のチリへの関心を全くしらず、それを突然知らされたのである。私が同時に、大きな沈黙の世界が、巨大な海の波のように自分の悲しみの上にかぶさるのを感じた。この大波は、私のニクソンに対する感情や、彼のような考え方をする人間への感情や、私のアメリカの兄弟への感情や、この恐怖を現実の問題とした軍人たちへの感情を覆い隠した。その防御と私自身の間には大きな距離ができ始めた。チリ警察と私の間や、チリの人々とこの恐怖に賛成する世界の人々の間にも大きな距離ができ始めた。それが私がそのとき、その始まりの地点にいた。

私は北米の家族との文通を止めた。私は、政治的迫害を目撃し苦しんだ。戦車がサンチアゴのぎりぎりの生活をしている人々を攻撃していた。私は自転車でそこに行き、戦車が家を破壊し、その地域に恐怖とパニックを引き起こしているのを見た。内側の何か強い力が私を突き動かしていた。私は自分の目を見る必要があった。この暴力の目撃者になりたかった。この地獄が本当に起こっていることを確かめたかった。

この間私は、セラピスト訓練生として自己教育をしながら体験的セラピストになった。ユージン・ジェンドリンという知性あふれる人の新しい理論を読み、そこから学んだ。体験的心理療法の初歩的な知識だけで多くの友人を助けることができた。何ヶ月もの間の、軍事的宣伝と戒厳令への服従---これは結局 11 年間絶え間なく続いた---の結果、私は黙ることを、正直に考えるのを止めることを学んだ。自分の不用意な発言で逮捕されないためである。食事時間に黙って、苦しみのフェルトセンスを抱えている方法を学んだ。チリ社会の内側で本当のところ何が起きているのか知らないまま苦しみを抱えていた。私は「外側にいる」という体験「どこにもいない」という体験をしながら、内側で生きていた。私は自分のことばを偽って、チリという強制収容所を生き延びようとした。英語ということばもつらいものだった。私が読むことのできる英語は、ユージン・ジェンドリンが書いたものと、カール・ロジャーズの信奉者や、シドニー・ジュラールやロロ・メイのような大きな心の人間性心理学の思索家の書いたものだけだった。

私は、この悲惨な状況を作りだした人々への深い怒りと失望を体験していた。自分の理解できないことを正当化する人々や、アメリカ合衆国とその政府の関与を知ろうとしない人々への怒りと失望を感じていた。私は自分を体系的に沈黙させ、北アメリカの家族に手紙を書くことも止めた。そして、そのようにして 20 年の沈黙の年月が流れた。それは、事実慣れ、それに適応

する年月だった。私は、専制政治の最初の数ヶ月、詩を書くことを止め、新聞を読むのを止めた。そして、ギリシャ語とラテン語を学ぶことに専心した。生を失った街、あるいは自発的な生を失った街、サンチアゴの通りを歩いた。それは、幸福と真実から見捨てられた街だった。木の葉がゆっくりと落ちていくのをずっと眺めていた。深い痛みとどこまでも続く不信が、毎日私の内側で大きくなっていった。それは、征服された後に捨てられた野生のジャングルのように育っていった。それでも人生は進んでいった。結婚をして二人の子どもが生まれた。そして、ジーン・ジェンドリンとヴィクトール・フランクルの勉強を続けた。私は本当に強制収容所の中で生きていた。

私は、心理士として公共クリニックに雇われ、孤児の診断にあたりつつ、同時に、新しい体験的なパラダイムを適用していった。私はヴィクトール・フランクルや、1962年から1970年の間に出版されたジェンドリンの初期の著作を読み始めた。これらの著者は私にとって、生と自由の秘密の守り手であった。私の中の本当の感情の守り手であった。本当の感情は、私の中でも私の母国でも、さらに秘密にされるようになっていった。その頃、私は壁を築き、心の奥底に埋めたこれらの自由と生の感情には接近できないようにしていた。ジェンドリンとフランクルは、私の人生に意味を与えてくれた。学術的世界とはほど遠かった、私の職業的義務に意味を与えてくれた。私は彼らの仕事を、組織的教育的に、自分の臨床実践や個人開業に応用していった。

私はこのようにこの苦い体験を生き延びたが、その体験の内容は、深いところまで達しており、広い暗黙の領域の中で凍結したままになっていた。私はユージン・ジェンドリンに会いたかった。そしてシカゴで夢のワークショップが行われるのをきっかけに、1989年10月、私はアメリカ合衆国を再訪することにした。ある夜私は、兄弟のディックとともに長老教会にいる夢を見た。彼が私を招待した理由は知らなかった。その年の8月に私は北米の家族との接触を取り戻す決意をしたところだった。20年がすでに過ぎていた。アメリカの家族と再び会ったとき、私は彼らの教会に連れて行ってもらった。ディックもそこに一緒にいて、私を支えてくれた。私は、これは自分の夢の現実化であると知っていた。このことがまだ未完であったことは、2006年のオランダまで知らなかった。

再会し苦しみが癒える

到着ゲートで彼らと抱き合ったとたんに、隔てた時間はなかったかのよう
にすぐ去った。私の「両親」は私に会えて驚き喜んでいて。彼らは私がクー
デターで死んだと思っていた。彼らがオハイオ州マリエッタの小さな市の公
共情報システムを見に行き、私の名前を 1973 年の事件での死亡者リスト
の中に探したそうである。彼らはチリで起こった抑圧について非常によく知っ
ていた。私は彼らの愛を感じ、彼らが私を心配してくれていたことに驚いた。

そこで私は、彼らの政府がチリで行ったことで、彼らを責めた自分が、不当
な一般化していたことに気づいた。彼らは確かに、平均的な、非常に善意の
市民だった。彼らには、チリの出来事があるほど深刻で残虐だったとは信じ
ることも想像することもできなかつた。彼らには、自分の政府が冷戦の最中に
したことを批判的に判断したり分析することなどできなかつた。チリで 1973
年に起こったことなど知るよしもなかつた。

私はニクソン政権に対する悪感情をすべて話すことはできなかつたし、ラ
テンアメリカで起こったことを話すこともできなかつた。私の抗議を誰に言うこ
ともできなかつた。ここでも私は、二つの超大国が世界の覇権を争って作り
だした頑固な冷戦に関する、自分の心の悲しみを隠した。この親しい人への
抗議は枯れながらも、私の内なる世界の中で漂い続けた。外面的には、冷
戦の政治的な話題すべてに対する無関心や皮肉で、風景にかけりを与え
た。この冷戦に私は心の奥底で抗議をしていた。アメリカ合衆国政府とチリ
独裁政権がチリの人々に対して謝罪をすることを求めたかった。オハイオ州
マリエッタで 1967 年から 1968 年に起こった自然な関係、二人の友人が兄
弟になるような友愛的関係に対して、理解してくれる世界を求めているチリ
の 10 代の若者に愛と家を提供してくれたアメリカの親切な家族に対して、
謝罪をしてもらいたかった。

そのときには、北アメリカ家族の愛と暖かい歓迎が、この苦しみを癒してく
れたように思っていた。しかし、私の悲しみとその意味はまだ完全に終了し
てはいなかつた。オランダで 2007 年に行われた。ドラリー・グリンドラー・コ
ナ博士の「異文化リーフィング」に関するこの偶然のワークショップまでは。

苦しみの意味

私は自分の本当の感情を伝えることがずっとできなかつた。愛する人に害
が及ぶのが恐ろしかったからである。また、恐怖は、チリで自分を守るため
に必要なものだった。そのために感情を抑える必要があった。私は自分の

苦しみを体験の魂の奥に埋めていた。知的には私は 1973 年のトラウマを克服したつもりでいた。ドラリーのワークショップで私はすばらしい発見をした。それは、宝物として偽装されていた深い井戸の中で発見された。目を閉じると深い井戸があった。私は深い海の底に行き、そこで黄金の箱を見つけた。触ったら、その蓋が突然開いた。私は泣き始め、古い悲しみ、1973 年の恐ろしい気持ちを感じた。この古い悲しみのそばに留まっていると、この気持ちの内側に、私の兄弟ディックのイメージが見えた。チリの民主主義が葬られた、大統領宮殿の前の長い葬列の中で、ディックが私とともに泣いているのが見えた。それからワークショップの共感的な場の中で、私は、自分の苦しみが、場も声も与えられず、そこにとどまり続けていたことに気づいた。つまり、私の意味は凍結したままになっていたのである。いつか、ふさわしい人にふさわしい状況で、聴いてもらえることを望んでいた叫びがあった。その慟哭は、私のアメリカの兄弟に文化を越えて聴いて理解してもらいたがっていたが、その難しさのために棚上げにされたままになっていた。文化間分断の中で、私はふさわしい「他者」を持てないでいた。私のことばと私の痛みの感覚を理解してくれる人を持てないでいた。私の兄弟が「その他者」であり、そしてその場は「あの長い葬列」だった。それは文化を越える難しさの中で棚上げにされたままになっていた慟哭だった。

この異文化間次元には、困難だがやりがいのある課題が待っている。私たちは、自分の意味を見いだせなければ、移民のような存在でしかない。はっきりした存在感やアイデンティティを持たない移民のようなものである。私は、フォーカシングが重要な他者と、今、正しい場でつながる橋となると信じている。

私は、ユージン・ジェンドリンが意図せずして、私にアメリカ合衆国を訪れる素晴らしい空間と機会を与えてくれたと信じている。ようやく人としての彼に会うことができるという口実で、私はアメリカを再訪することができた。

ジーンとの出会いは 1989 年の 10 月 29 日だった。ベルリンの壁の崩壊の一週間前のことだった。私の北米の家族と再会は、私がフォーカシングを発見したからこそ実現したものである。しかし、もし私が、1968 年、ロバート・ケネディとマーティン・ルーサー・キングが殺された年にアメリカ合衆国にいなかったら、私はフォーカシングを知ることもしなかったかもしれない。そして、もし、私が、私たちが新しい時代に入ったという意識に目覚めていなかったら、政治的暴力の時代、弱肉強食のグローバリゼーションの時代に入ったと

いう意識に目覚めていなかったら、フォーカシングを知ることもしなかったらう。

私たちは冷戦と深い変化の歴史的プロセスを生きてきた。今私たちは、人間的体験を揺さぶりつつ、特定の一国が覇権をとるのではなく、多様な文化を尊重する解決法を求め、健康的な共存を探し求めている歴史的な地点にいる。私は、フォーカシングこそが文化間の関わりのおかげで与えてくれると信じている。フォーカシングには、ある政府が他の文化に意志を強制するという現在の破壊的なやり方を超える可能性がある。

フォーカシングは私にとって---他にもいろいろな意味があるものの---文化間の境界を乗り越える橋であった。ジーンの未来的な表現での著述には、新しいものごとの秩序を理解する可能性を教えてくれている。フォーカシングという方法は、多様性への尊重を本当に発見することを通して、平和を育んでくれる。フォーカシングを通して、すべての人々が、完全な調和と主権のある世界の中で、自分の未来とアイデンティティを選ぶことができるようになるだろう。フォーカシングによって、個人的文化的な唯一性、一人の人である権利と特定の独自の文化の中にある権利を発見できるようになる。

今日の世界では、異文化を尊重する実践、多様性を分かち合う体験、新しい暗黙の秩序の理解が、今まで以上に緊急に必要とされている。暴力や差別や操作の暗闇の中で、それこそが希望の光である。

フォーカシングは、真実にいたる道である。なぜなら、それによって私たちは、自分の悲しみ、しばしば、語りえないことばの深い井戸の底にかくされた悲しみを発見できるからである。

チリにて、2006年8月

私自身の「止められたプロセス」と「リーフィング」

ルーシー・パウワーズ

週末に誕生祝いのプレゼントをもらった。『これが私の国、あなたの国は？』というタイトルの本だった。本を開けるまでもなく、フェルトセンスの痛みが戻ってきた。それは、この5月のオランダのフォーカシング会議での私

の体験のなごりのものだった。国とは何かという疑問や、国と自分との関係は、何十年にもわたって私の血と骨のどこかに潜んでいた。国とは、位置だろうか。地理、社会、言語、文化だろうか。国とはいったい何だろう。私は国にどのように所属しているのだろうか。

人生のほとんどで、私は自分をカナダ人と称してきた。私のパスポートにはそう書かれており、必要な場合にはカナダ人であることを証明してくれる。私のアイデンティティを確かめるために運転免許を求める人もいる。どこに私が住んでいるかを教えることが何か役立つらしい。私がカナダ人であることを示すために主張できる属性は他にもたくさんある。例えば、最近所得税を払ったこともそうである。ごく最近、オランダの叔父と電話で会話したが、その会話から、オランダの冬は非常に穏やかで過ごしやすく、まだ多くの人々が自転車を使っていることを思い出した。それと比して、ここカナダでは一週間ずっと北極圏からの冷たい風が吹き続け、外に出るにも何重にも衣服を重ね着し、家の暖かさを本当に離れる必要があるかどうか真剣に考える。彼の体験と私の体験のこの大きな違いは確かに、私がカナダ人であることを示している。

私は戦争中にアムステルダムで生まれた。その頃街には、食べ物もなく、窮乏状態だった。暖かさや住まいといった基本的必要や、情緒的、物理的、社会的などすべての栄養が、手に入らなかった。その世界の中でどうにか最初の子どもを生き育てようと私の両親は奮闘した。数年後、両親や多くの人々が、恐ろしい記憶やつらかった喪失の地を捨て、カナダと呼ばれるまったくの新天地で人生を再出発しようとしたのは当然だろう。8歳の少女にとって「カナダ人」という語には、何か神秘的な魔法のような雰囲気があった。そこには、自分が「オランダ人」とであると宣言していたすべてのこと、祖父母やおばやおじ、いとこや友人たち、食べ物や言語や風景などを捨てることを許す力があつた。

もう一生会えないと涙を流す家族を残しながら、私の家族は飛行機で国を離れた。飛行機に乗り込むことで、「カナダ人」になることがとても幸運だと思込まされた。飛行機のドアで立ち止まり、笑顔で最後に手を振って別れの挨拶をしたとき(そうしなさいと言われて)、母の涙は、ないがしろにされ完全に誤解されていた。私たちの笑顔には涙があつたことは無視された。

カナダ人であるという考えは、特に、8年間海外でNATOで教える中で、統合されていった。そこで私は自分のフランス車を、カナダ・ナンバーのプレ

ートをつけて運転していた。カナダから来たことを証明するように、ナンバープレートの隅には真っ赤なメープルの葉があった。私はヨーロッパを隅々まで旅行したが、それはなかなか目立ち、それまで経験したことのなかったようなプライドと所属感を与えてくれた。私がカナダ人であるという理解は、カナダと呼ばれる私の国とは似ても似つかぬたくさんの場所での思い出が増えるたびに育ち花開いた。ヨーロッパには野生の地はなく、野生生物といえども飼いや慣らされていた。加えて、ことばも異なり、食べ物や飲み物も、音楽や習慣も異なっていた。私はひんぱんに自分が本当に外国人であると感じさせられたが、それはとてもよい形で認識させられたし、それがとても好きだった。自分が生まれて最初の 8 年間暮らした国すら、カナダ人としての私のアイデンティティを揺るがすことはなかった。私はオランダを訪ねているカナダ人だった。家族はまだオランダにいて、オランダ語を学び直したし、何度も引きつけられるように訪ねたが、それでも自分のことはいつもカナダ人としてしかとらえられなかった。

少女の頃別れた家族と会えたのは嬉しかった。おじやおばやいとこと一緒に過ごす機会を持てたことは喜びであり、ありがたかった。しかし、私は、結局のところ、彼らの影響を受けることなくちゃんと大人になったわけである。もしカナダに移住しなかったら、自分がどうなっていたか想像したこともたびたびある。私の世界観はあきらかに、いとこの世界観とは非常に違っていた。そして、カナダ人として人生を生きてきたことに感謝した。

大人になってからのヨーロッパでの 8 年の生活は、自分がカナダ人であることの恩恵をより強く感じさせてくれた。それによって私はますます、私がカナダを自分の国として大事にする理由がわかり、両親がカナダに移住する決断をしてくれたことを深く感謝した。ヨーロッパのものは独自に美しいが、そこには私たちがカナダで持っているものに匹敵するものはなかった。訪れる機会があったどの国にも、私がふるさとと呼ぶ国にある懐かしいものはまったくなかった。

私のヨーロッパからのお土産は、記憶と写真と、カナダの家を飾るものだけではなかった。私は、夫と二人の子どもとともにふるさとに帰った。夫(私同様カナダ人の教師)と私は、ヨーロッパで出会い、結婚し、家族を持ち、大きな新しい自覚と、特権的な感覚を持って、ふるさとで生活を始めた。数年もたたないうちに私たちはカナダでのお土産も持つことにして、もう一人の息子が生まれた。その息子とその父親は、私たち他の家族に、カナダの地で生まれた自分たちこそ「本当の」カナダ人だと言っては喜んでいて、これは

私の個人史の一部の繰り返えしでもあった。私の原家族はオランダで生まれたが、一番下の子ども、妹だけがカナダ生まれだった。彼女もまた、機会あるごとに残りの家族に、彼女こそが「本当の」カナダ人であると指摘していた。それはどういうことなんだろう。私はオランダで生まれたからと言って「本当の」オランダ人であると感じただろうか。そんなことはない。ある国で生まれたことでそれが自分の母国であるということになるだろうか。私はそんな風に思ったことはない。

このことを考えはじめたのは、私がフォーカサーとしてアムステルダムを再訪したときだった。そのとき私はフェルトセンスへの注目の仕方を知っていた。友人に自分の生まれた街を案内しながら、その音や臭いや風景が私に大きな影響を与えるのを感じていた。幸いフォーカシングの機会があり、オランダの風景が私の血肉に奥深くに根づいているのを感じた。自分をカナダ人であると単純に定義することに、はじめて疑問を感じた。それほど単純でなく、何か漠然とした曰く言い難いものが内側でうごめいていた。

2006年オランダで開催されたフォーカシング国際会議の機会に、またオランダに帰って、私の中で新しいことが起こり始めた。自分の生まれた国にフォーカサーとしてもう一度帰ってきたわけである。それは、世界中から集まった多く(約200人)のフォーカシング愛好者のエネルギーの中での一週間のフォーカシングの時間である。自分の子ども時代のことばに浸り、チーズや魚の臭いを感じ、みずみずしい風景、風車、あらゆるところにあふれている花、家屋の風情、親戚のように見える人々、そして鳥の声---カナダの春に聞く鳥の声とはまったく違う声---に浸って、私は強くフェルトセンスを感じていた。その鳥の鳴き声は、私を引き戻した。求愛のさえずりを交わす数多くの鳥の声は、私をそこで生きていた頃に、単に訪問するのではなく、そこで生活していた頃に、呼び戻してくれた。私が所属感を持っていた頃に呼び戻してくれた。そこで私は、祖母やたくさんの叔父や叔母やいとこたちの中にいた。彼らは、カナダの両親の友人たちのようにとりつくろったりせず、ありのままだった。オランダでの子ども時代の私は、何か違う人でもなく侵入者でもなかった。話すときになまりもなかった。その時代は、私の中で長く死んでいたが、今日覚めて、喜びと安全を提供してくれているように思われた。何よりも、「また所属している belonging again」ということばを使いたい気がした。

会議の直前に、女王の大きなお祭り騒ぎのお祝いがあった。すべての家々にオレンジ色の旗が掲げられているのを見たとき、幼い少女時代に私

と友だちたちのそばを女王が通るのを見た記憶が生き生きと蘇ってきた。私は所属感をまた感じたが、それを説明するのは難しかった。これらすべての「意識」がやさしく私の中で、私の毎日のフォーカシングセッションを繰り返す中でゆっくりと目覚めていっていた。豊かに感じる事が私の身体全体に染みわたっていた。私は、ここで子ども時代を過ごした「私」を新鮮に生きている。「カナダ人」であることの底に埋まっていた「私」を生き直していた。

わずかな瞬間瞬間、例えばオランダ語の会話の響きや、鳥の声や、特定の食べ物の臭いなどなどを見聞きするたびに、私は予期せず心揺り動かされた。私の中の何かが、少しずつ、日々、私を開いていき、私は単なるこの会議に出席しているカナダ人ではないという考え方を受け入れられるようになった。

私の心が全部開かれたのは、Reconciliation Evening (和解の夕べ)であった。それは心痛むものだった。非常に辛いものだった。エルナ・ド・ブルンが自分自身の話をしたときに、何か大きなことが起こり始めた。彼女が戦争中の少女時代の体験を話したとき、私はとても熱くなった。不快で何か説明できないものの、まったく理解不能なつながり感を味わっていた。エルナと私がともに川の中に立っているというイメージが浮かんできた。わくわくする感じと混乱の両方があった。なぜなら、その川の水は非常に熱くて不快だったからである。私は、この不快なからだの感じにとどまり続けざるを得なかったし、そうしたいと興味を持ちながら、その夕べは進んでいった。

その会議では、1945年の5月5日に、ナチによるオランダの占領が終わり、この国が解放されたときとところ(ワゲンゲン)を記念する和解の儀式が行われた。その日を振り返る写真を見ながら、私は、風にはためくオランダの旗の写真に釘付けになった。それを見るだけで胸が締めつけられた。私はまだ川の中に立っていて、その川は非常に熱かった。エルナの話の後もずっと、他の人の話にも傷つきやすくさらされるように感じていた。それは、ある種の追悼儀式だった。カナダで私は自分の子どもや私の小さな生徒たちと一緒に毎年参加していた。しかし、ここでは違う旗、違う軍服、違うラッパの音があった。また、感情も違っていた。オランダを解放した、カナダ人として体験するプライドはそこにはなかった。私は、この恐怖や侵犯、犯罪や混乱や悲しみの感覚は今まで体験したことがなかった。涙が頬をつたい、胸には、何か、良心の呵責と喪失感の混じりあった不思議な感覚がわき出した。それは説明しがたいものだった。自分が、父のことを考えているのに気づいた。(父はオランダで消防士として、スクリーンに映っているのと同じような制

服を着てヘルメットをかぶっていた。)父は40年以上も前に亡くなっており、一度も戦争体験については話さなかった。私は叔父の一人を懐かしく思い出した。叔父は戦争中、スクリーンに映っていた刑務所の守衛をしていた。叔父も20年前に亡くなっていたが、70年代に私が訪ねたときには、自分の体験をたくさん語ってくれた。また、二人のユダヤ人の叔父のことも思い出した。その二人には会議の直前に会ってきたところだった。その二人の叔父だけが、母方の家族の生存者だった。私は突然、戦争が母や彼女の二人のユダヤ人の兄弟の人生にどれだけ影響し、それをどれだけ変えたか、に気づき深く納得した。彼らは、戦争が終わったとき、非常に若い年齢で、ほとんど天涯孤独で取り残されたのである。これらすべてとさらにたくさんのが、私のからだの中から、考える自分に浮かんできた。私がエルナとともに立っていた川は私の中に入り込み、その温度はもう暖かくなかった。それは氷に変わり、痛かった。

次の日、「文化内や文化間でのフォーカシング実践」というワークショップに参加したとき、私は胸に何かを感じていた。「氷」という語はぴったりで、私の胸の鋭い痛みの象徴のように思われた。そのワークショップでは「ラウンド・ロビン」の形で、それぞれの人が異文化についてのフェルトセンスのフォーカシング体験をわかちあい、グループの他の一人に積極的に傾聴してもらった。ワークショップで他の人に話を聴いてもらい、そのすべてを伝え返してもらおうと、びっくりすることが起こった。人に話すことで、夢のようだった体験はある種の現実性を与えられた。そのワークショップでは、私たちに起こったことをともに感じ合うことができるような、共通のことばや意味を手に入れることになっていた。私はそれに十分注意を払うよう努めていたが、ワークショップが進むに従って、ゆっくりと、オランダからの参加者が昨晚の体験について話しているのに耳を傾けていると、それは何か気持ちのいい水のようなものに解けはじめた。それはすべてゆっくりと起こったのだが、そこには意味があった。水は気持ちいいだけでなく、栄養を与え育む性質も備え始めた。解けながら、影響を与え育みながら、何か重要なことが起こった。何かが結晶化し、それは大きな意味を持っていた。まだわからないけれど、大きなアハの瞬間が、私の人生で起こりそうに感じられた。その結晶化した感覚を通して、私は、人生を変えた記憶を新しい見方で見られるようになった。

親戚すべてを残し、私が世界で知っている人たちすべてに別れを告げて、母が泣いていた、あのときを表現することがが、今、与えられた。「止められ

たプロセス」とドラリーが言ったとき、新しさが私の中に入ってくるのを感じた。暖かさが私の中にしみこんできて、そのことばとともに広がった。それは、小さな少女には、本当にトラウマ的な体験だったと思えてきた。それは、そのときにはまったくわからず、これほど長い年月の末にようやくわかったのである。含意 implying が進展しないと、何が起こるのだろうか。私のからだは、含意という継続的なプロセスを抱え続けていたのだろうか。これらは新しい意味を持った新しい語だったが、私はこの発表に心奪われた。難しい言い方だったが、意味がそのすべての下に潜んでいるように思えた。私は今ここで「リーフィング」を経験しているのだろうか。新しい新鮮なものが含意されたがっているのだろうか。進展がまだ続く許可を求めているのだろうか。リーフィングは、新たな展開が起こりうることを示唆している。何かが自分の内で暖かくなっていった。私は何かの内側にいると同時にその外側にいた。前日からの残りの痛みは消えていた。私のからだがこのことすべてを抱えている新しいやり方は非常に大きく、すばらしい価値があるように思えた。

私たちの知っていることばが新しい状況で意識されると、新しい意味がもたらされる。「象徴化」によって今、それすべてが前に進んでいた。私は葛藤解決の感覚を手に入れた。もう私にとっては、カナダかオランダのどちらかではなくなった。私はカナダ人でありつつ、ルーツはオランダにあると主張することができるようになった。実際、私のからだは本当に主張したかったのは、このルーツであった。私の二つの部分が、私がそのつながりを作ったことで、お互いに包みあっているようだった。ここで私は、この意味の「交差」が、今まで私の人生の意味の体験を新たに展開する新しい意味をもたらしてくれた。・・・私は本当に、そのどちらかの文化ではない・・・私は、何か豊かな「もっと」であり、それが私を文化と文化の間や、文化の中に結びつけてくれる。自分が解けて、新しい形で自分とは何かがわかってくる。

それ以後、フォーカシングから、自分とは何かや、自分の選択の際の行動が、あの日のトラウマにどれだけ影響を受けているか、方向づけられているかがわかってきた。私は、ルーツを取り戻すプロセスが私にとってどれだけ重要であるかを、本当のところまったくわかっていなかった。それは始まってしまい、私はその感じが気に入っている。いろいろなことが明確になってきた。例えば、私は変化に抵抗する。また、家族やルーツや歴史や失われたものや物語に好奇心を持ち、それを必要とする。その理由がわかってきた。両親のことがもっとわかるようになった。1951年にオランダを離れた日から1964年に再訪するまで、こだわりから旅行にはまり、他の文化の人々に出

会い、その人たちの住む環境に行きたがった理由がわかった。私の喪失感
は、何か冒険の必要と関連していた。私は、他の人がその人の文化の中
どのように自分らしく生きているのかに、異常なほど好奇心を持っていた。こ
のような気持ちが明らかになったのは、様々な文化圏の子どもの教師が、
私の住む街に集ったときだった。48カ国もからの教師が私が最後に勤めて
いた学校に集まった。私は、しっかりとした所属感を持つ人々を尊敬してい
る。自分より前の世代を知っている人々を尊敬している。それは、自分がそ
れを持っていないからだわかっている。

今でも答えよりも疑問の方が多いが、私の中の水はもう凍ってはおらず、
流れている。それはやさしく育てるものであり、止まってはいない。ここ全体
には、興奮、あるいは、冒険の感覚がある。私はカナダ人でもオランダ人
でもない。私は両方であり、さらに「それ以上」である。ごく最近出てきたのは、
この惑星に溶けていく感覚、真に宇宙と一つになる感覚である。なんという
恵みだろう！

ジョシーヌの戦時の子ども時代

ジョシーヌ・ヴァン・ノルド

(トラウマ経験のある)皆様へ

この話は、フォーカシング・ディスカッション・リストに書いたものを、フォリオ
の記事とすることを勧められてまとめたものである。

第二次世界大戦前、オランダは経済不況だった。私の父は、工科大学で
技師になる勉強をした後、当時オランダの植民地だったインドネシアへの移
住を決断した。父はオランダ語とインドネシア語と英語がしゃべれたので、難
なくアメリカ企業シンガー・ミシン会社に職を得た。

1941年に日本がハワイのアメリカ軍基地、真珠湾を攻撃したとき、私の父
や母の兄を含め近所の男たちはすべて、タイやビルマに送られ、死の鉄道
建設の仕事させられた。それはタイのバンコクとビルマ(現在のミャンマ
ー)のラングーンを結ぶ258マイルの鉄道であり、第二次世界大戦中に日
本陸軍が、ビルマ攻撃にあたる部隊を支援するために建設したものである。
それは強制労働によって建設されたのである。

ジャングルの中の鉄道建設には、20万人のアジア人労働者と6万人の戦争捕虜(POWs)の投入された。そして母は、スマトラの捕虜収容所に連行され、私たちはそこで生活した。最初は街の周辺にいたが、後には、見捨てられたゴム農園の中のジャングルの真ん中に写された。多くの赤ん坊が死んだ。私が生き延びたのは、2歳に近くになるまで母乳を与えられていたからだろう。私たちは皆、収容所に入った最初から最後の日(それは3年半後のことだった)まで、赤痢に苦められた。女たちも日本人のために働くことを強制された。木を切らされた。あるいは、針もほとんどないところで綿の布団を作らされ、針をなくすと殴られた。母は、日本人将校の命令により、韓国の兵士に銃で殴られた。私の父と母の兄は、捕虜収容所から、日本人のためにビルマで死の鉄道の建設工事に携わらされた。私たちは皆、ひどい病気にかかり、ほとんど餓死状態だった。

戦後私は、スマトラの端から端まで移動させられた。多くのインドネシア人が私たちを殺そうとした。自由を得るための戦争がまだ続いていたからである。私たちを守ってくれたのはグルカ(インドから来た頭に白いターバンを巻いた兵士たち)だった。すべてが非常に混乱していた。私たちは結局バンコクにたどり着き、そこで私は、5歳にして、人生はじめての楽な年を過ごした。もちろん、私たちはすべてを失っていた。家も、家財道具も、家族の写真も失った。

戦後の混乱期に、私たちはオランダに帰らざるをえなかった。そこには住む場所すらなかった。私はまったく見知らぬ人々と一緒に部屋で眠り、仕事を始めた母は、ダンスの中で2年間眠った。私たちは自分の服すら持っていなかった。2部屋を借りられるようになると、生き延びた人々が訪ねてきた。私たちは一緒に食事をし、トラウマを受けた大人たちがお互いに恐ろしい話をするのを私も聞くのが常だった。それはしばしばおもしろおかしく語られた。オランダで私が行った小学校の学級の半分は、インドネシアからの帰還者だったが、誰もそれを配慮してくれる人はいなかった。実際、そのことは話さないのが一番だった。それは酷い体験だったが、それをかいくぐってきた人があまりに多いので、それを正常だと思っていた。もう少し上の世代の人々は戦争について冗談は言うものの、子どもにそのことを説明してくれようとはしなかった。私は生き延びたものの、インドネシアに住んでいた人は皆、日本人を憎んでいた。そして、日本の製品などを買おうとはしなかった。

ずっと以前、レストランで日本人男性たちが話をしているのを耳にした。そのとき突然私はひどく不快になり、レストランを出ざるをえなかった。

しかし、私は山あり谷ありしながらもどうにか生き延びた。最後の仕上げは、マルタ・スタパートとの退行療法だった。それによって私は捕虜収容所に連れ戻された。彼女はフォーカシングを勧めてもくれた。しかし、アン・ワイザー・コーネルのワークショップで、最初に日本女性とちゃんと出会ったとき、私はまだ不快感を強く感じていた。私は彼女を2日間避け続けたが、その後彼女がとても親切な人であるとわかり、私は自分が恥ずかしくなった。だから私は彼女を自宅に招待した。彼女は来てくれたが、私は彼女を困らせたくなかったので、過去の話はしなかった。その後私はアイルランドでのフォーカシング国際会議に参加した。そこで私は二人の日本女性と一緒にホームグループになった。彼女たちは私よりも若く、私は大好きになった。しかし、自分の過去はあまりにつらく、そこでも話をしないことにしようと決めた。

私たちのホームグループ二日目、私はまだそれについて話したくなかった。しかし、これは彼女たちに何か不公平だという感じが、セッション中にだんだんと強くなってきた。そこで、そのセッションが終わって皆が立ち上がろうとしていたとき、私は立って発言した。「話さなくてはいけないことがあります。」そして、状況を全部皆に話して、泣き出した。皆がとても優しくかったからである。そして、皆は立って、私の周りに腕を回してくれ、皆で泣き合った。私は、世界の狂気と、すべての、現在も過去も含めて、起こっている戦争に泣いた。その後私は幸せになり、軽くなった。

昼食後に日本女性の一人が私のところにきて、フォーカシングのセッションを誘ってくれた。私は彼女が私を選んでくれたことを名誉に感じた。私とフォーカシングしている間、彼女にとってとても悲しいことが出てきた。私はそのプロセスについていくことができ、彼女が私を緩めてくれているのを感じていた。それは、彼女の側でも同様だったらしい。この気づきを分かち合うことはすばらしい体験だった。大事なものは、優しくしてくれる人に優しくすることだけなのである。その思いを私は今も感じている。そう思うことで私は、まだ捕虜収容所のトラウマを引きづり、まだ日本人を許せない古い友人を失った。彼女は、私をととても無知な人間のように扱った。そうなるまでにどれだけ大変な取り組みがあったかは理解してくれなかった。

2004年のコスタリカのフォーカシング国際会議で、私は日本人男性と短いフォーカシングセッションをした。セッションの途中で目を開いたら、彼の顔は私の顔のすぐそばにあった。そして、私の可哀想な、亡くなった母を思った。彼女に私を見てほしかった。私は日本のフォーカサーたちに感謝を感じてい

る。彼らの態度によって、私は、過去の重荷を、長い間私が抱え続けたトラウマを、多くのエネルギーを奪ってきたトラウマを捨てることができた。

フォーカシングを通して私が学んだのは、真実はないということである。誰もが皆それぞれの真実を持っており、これぞ唯一の「真実」はないということも学んだ。あなたがあなたの真実に何をすることが、重要であり、それは日本の人々にも言えることである。広島への原爆投下は、死にかけていた私たちの命を救ってくれたが、私が出会った若い日本人の祖父母は、そのために命を奪われたのである。

フォーカシングを通して出会った日本人がどれほど親切で丁寧かを知るには時間がかかった。日本人たちは「芯のある親切さ」を持っていた。それがわかって、私は自分の昔の考え方を捨てることができた。オランダでの国際会議で2人の若い日本の心理士と一緒に撮った写真を何枚か持っている。この写真を見て私が感じるのは、自信である。大丈夫であるという自信。善意の人々の出身地はまったく関係ないという自信である。大事なものは、彼らがそこにいるということ、あなたの目の前にいるということである。