

デジタル ボイス

メルカウセンシングの現場から

安藤 房子

私は幾つかの携帯サイトで、寄せられる悩み相談に回答をしている。最近の相談内容を読みながら、感じることもある。自分の身に起きたことを他人のせいにする人が増えている気がするのだ。先日もまた、そんな相談が寄せられた。

相談者の女性は二十代前半。三年前に恋人の子を妊娠した。本人は産みたかったのだが、恋人、恋人の母、自分の母から「堕ろせ」と言われ、中絶した。彼女は今でも出産に反対した三人を恨んでおり、「死んでほしい」と思っているのだと言つ……。

の【他罰的】な感情だと思つ。【他罰的】とは、自分の身に起きた出来事の原因は他人にあると考えてしまう心理のことである。

彼女の相談内容を読みながら、私は「アンフェア」というドラマを思い出した。ドラマの主役は、篠原涼子演じる警視庁捜査一課で検挙率ナンバーワンの女性刑事・雪平夏見。

彼女の周囲では、次々と殺人犯罪が起きる。犯罪にかかわった者の多くは、

他人のせいにせず 自分を責めすぎず

「警察が悪い」「世の中が悪い」「自分こそが正義」と語る。みんな、「自分分はフェアだ。アンフェアなのは○○だ」と、他人に原因を求めていく。

確かに、それぞれの身の上にとつてもなく不憫なことが起きているから、周囲を恨みたくもなるのだろう。ただ、だから周囲の人を殺す、周囲の人に死んでほしいという人たち……。このドラマは、まさに今のおかしな社会を描いていた。

女性に確かに中絶という取り返しの局のところ、人は、自分の力で未来を



つかない体験をしてしまった。恋人から出産に反対されたことは、特に辛かっただろう。

「選択」したのだ。彼女だけではない。会社をリストラされたサラリーマン、夫から別れを告げられた熟年の妻……さまざまな年代のさまざまな立場の人が「自分は絶対に悪くない」「こんな境遇になったのは周囲のせい」と語る。

築いていくしかない。【他罰的】な感情をいったん脇に置き、「もしかしたら自分にも原因があるかもしれない」「アンフェアなのは私かもしれない」と、【内罰的】な感情を持ちたい。そうすれば、小さな心のすれ違いも、大きな犯罪も減っていく。無論、【内罰的】な気持ちが強すぎてしまい、自分を責めてばかりになつてしまつと、自殺者が増えてしまつて、それはそれで問題だと思つのだが。

ほどほどの気持ち。それが私たちに必要じゃないだろうか。他人のせいにせず、だけど自分をあまり責めすぎず。そして、自分で自分の人生を選び、思いきり生きていく……。

私もそんなふうになりたい。そして、そんな人が、ひとりでも増えたらいいのに。そう思いながら、今日もまたパソコンに向かい、カウセンシングメールの返事を書いている。

(恋愛カウンセラー・作家 大江町出身)
11月6日から毎月第一月曜に掲載します