

3.11の災害にとりくむサポートグループ

3月の震災が起きてしばらくは、自分が何とどう向き合っているのか、茫然としていました。東京を離れていったRCerも多くいましたが、私はその選択をせず、留まり、仕事を続け、生活することにしました。まずはちゃんと安心して感じる場が必要だと、ディスチャージができるサポートグループをレギュラーセッションの相手と持つことを決めました。

「震災のことや原発のことにとりくめる場が他にない」と、しばらくセッションを持っていなかった人やコミュニティから離れていた人や基礎クラスを中断していた人も、参加するようになってきました。

このサポートグループを始めて半年経ちました。3月11日の当日のことも何回も何回もとりくんでいます。その他にもセッションするテーマは山のように出てきます。普段の生活の中で如何に感じないようにしているのかもよくわかります。「原発は必要ではない」という話をみんなと話すことに大きな恐怖を抱えていたことも認識します。

今日は自分のことを大事にできない日本人のパターンにとりくみました。誰かのために生きることの美德を小さい頃から教えられ、自分を大事にすることが分からないひとりぼっちの小さな自分が出てきました。人とつながり人間らしい生活を自分のものにしていくにはたくさんの恐怖にとりくむ必要があります。今後も、このサポートグループを大事にみんなととりくんでいきたいと思っています。

橋本 純子
神奈川県川崎市

夏の終わり、ワイド・ワールドのある集まりで震災と原発事故の話になりました。ある人の怒りと絶望感はとても深いことだけは伝わってきましたが、それだけに私も含めてその場にいる人たちはそれを理解しきれず、受けとめかねていました。その場にいる誰もが真摯な人たちであり、自分のなかに渦巻いているさまざまな思いを誰かと共有したいという願いを持っているのに、それを阻む黒々とした壁が互いの間に聳え立っているようでした。

9月から、じゅんこがリーダーシップをとっているサポートグループに参加し始めました。原発事故についてはあらゆるレベルで途方もない混乱と困惑があり、それらを前にして自分も立ちすくむしかないような状態です。でも、RCのサポートグループでは、自分にどんな混乱があってもとりあえず混乱したままの自分であることがOKです。同時に、自分自身を大切にすることはどういうことだろうか？ そもそも大事にしたい私自身って何？といったことに取り組むこともできるのです。それがどんなに貴重で有り難いことか。

3・11以降、セッションをしていなければ自分自身をどのように支えられたかわからないくらいですが、サポートグループには個人同士のセッションとはまた違ったよさがあるように思います。ディスチャージすることの必要性和可能性をわかっている人たちが、ひとときではあれ、小さな場をつくる決断をする。ささやかに見えるその決断がもつ力の意味と大きさを感じています。

林 千章

千葉県市川市

この記事の英訳：エマ・パーカー