

困難な状況においても考えることはできる

長年の間、わたしは日本でワークショップを行い、日本のコウ・カウンセラー達と関係を作る機会に恵まれてきました。また、わたしの仕事である太鼓のつながりのおかげで日本と関わることができました。

わたし自身の再生と解放は日本の人たちと切っても切り離せません。米国生まれのアジア系アメリカ人として、アジア人の姉妹・兄弟とも言える日本の人たちとのつながりを、わたしはとても大切に思っています。フィリピンの文化や伝統との違いはありますが、日本には親しみを感じることがたくさんあります。それは地域性を大事にしたり、ひとを気遣う姿勢などです。またアジアの様々な国では、個人よりも家族や地域体などが優先されることが多いです。フィリピンの歴史や日本との関係を考えても、フィリピン人女性であるわたしが日本人の解放に関わる事はわたしにとって大きなコントラディクションです。

3月11日の地震と津波はわたしに大きな影響を与えました。日本に知っている人がたくさんいることをふまえて写真を見たりニュースを聞く事は本当に恐ろしいことでした。とにかくディスチャージをたくさんしました。そしてダイアン、ゆうこ、チャックが日本に行くというのでそのチャンスに飛びつきました。日本のコミュニティのためにわたしの愛や資源を役に立てるためでした。(47ページ参照)

日本に行く前に日本の人たちをカウンセリングした経験から、そして日本の文化を知った上で、日本のみんなにとって、自分の周りで何が起きているかに気づく事、それについてどう感じたり、何をしたらいいのかを気づく事が難しくなっているのは明らかでした。私たちと同じように、日本人

のみんなもまた、自分たちが他の人にとってかけがえのない存在であり、大事に思われている事をなかなか覚えていられません。日本のみんなは、他の人にとって物事がうまくいくようにとても一生懸命働きかけてくれます。でも、もし自分に個人的に必要な事があったり、感情が湧いてくる時にはそれは抑えるように要求されるのです。

以下がこのプロジェクトに参加した中で学んだ事と気づいた事、また自分にとって良かった事です。

まず日本のみんなをどれだけ大切に思っているかを直接伝える事ができたのがよかったです。わたしがひとりひとりを、そしてみんなを思っていること、日本のひとりたちは全員大事だということ。私たちみんなにとって、孤立

感を打ち破るのはいい事でした。抑圧的社会は、とてもたくさんのつらい事にそれぞれ一人に対応するように仕向けてきます。だからみんなが集まって、一人ではないこと、そして助けはあるということに気づくのはとてもいいことでした。

今回4人でチームとなって日本に行けたのは素晴らしい事でした。私たちはそれぞれに日本や日本の人たちに対して深く関わってきており、日本での経験や知っている事がたくさんありました。みんな協力し、知っている事や何をやるべきかを共に考え、そしてお互いを支え合うことができました。

ワークショップ以前にスカイプや電話を使って海外のRCer達が日本の人たちの話しを聞き取り組みがなされていました。それに参加し、皆と一緒にやっていると感じられたのもよかったです。

チャックと一緒にやったワークショップは楽しくもあり、挑戦もありました。知っている事すべてを使い、柔軟性を持ちながらその場で考える事が必要でした。チャックはユーモアにあふれていて、みんなを笑わせてくれるので雰囲気重くなりすぎずに助かりました。チャックは日本語が話せますが、わたしは話せません。「泣いていいよ」「大好き」などカウンセリングに役立つような日本語を教えてもらいました。実際に言ってみるのは楽しい事でしたし、うまくいきました。

恐怖に取り組むのは難しいということを経験して実感しました。危機に直面する時に、ただその状況を乗り切るのではなくて、ディスチャージをすることを覚えているのが難しかったりします。これは幼い頃、危機に直面した時にディスチャージできなかったからです。国全体が危機にさらさ



ISRAEL • RANDI FREUNDLICH

れ、恐怖でそれに気づく事もできない状態が目の前にありました。そのせいで、みんなで集まることやどうやって深い恐怖を感じてディスチャージするかを考えることさえ難しい状況にありました。でも一旦集まってみると、みんな全く問題なくディスチャージをしていました。

ダイアンはワークショップでどんな話しをしたり、どんなことを考えたらいかなど、事前にいると考えていました。その中に「私たちの目的は常に考えられるようになる、そして考えに基づいて行動できるようになること」というのがありました。危機的状況においても、それが終わるのを待ち、それから考えるのではなく、その最中も考え続ける事ができるようにしたいのです。困難な状況においても考えることは可能だからです。

日本人の多くの人が、何年もかけて学校で地震や津波に備えた訓練を繰り返すうちに、そして実際に地震を経験するうちに（恐怖感に対して）だんだんとまひせざる

を得なかったのではないかと思います。幼い頃の恐怖やそれぞれの家庭で起こる危機に加えて、このまひ状態が今回考えることを難しくしたのだと思います。

自分のために、そして自分のことを考えるというのは大きなことです。日本を含むアジアの国々の集団的文化は、人々が自分の考えを持ち、それに基づいて行動することを応援しません。そして日本のRCコミュニティに属する人のほとんどは女性です。そのせいで自分のことを大切にし、自分の感情に気づき、自分のために考え、ベストな考えに基づいて行動したり、リーダーシップをとることは、するべきではないと教えられてきました。

このような危機状態の中で何がいちばん理にかなうかを見つけ出し、実際にそれをやってみることはほとんど不可能に近いように見えました。政府、または家族や夫の主張することに反対する意見を持ったりしたら余計にです。みんなにとって、ワークショップにやるだけでも大きなことでした。そ

れでも、自分の考えが何かを見つけ出す方向に挑戦しようとする事、そしてその過程で人とつながっていることは 価値のあることでした。ダイアンも書いているように、避難はあの時、そして今も大きな問題なのです。

このような状況を使ってコミュニティ全体がひとつになって前進しようとして働きかけるのを見るのは素晴らしいことでした。日本のみんなは今まで以上にお互いにつながり合い、新しい形でカウンセリングをし合っていました。継続する危機状態の中で、コミュニティは前進し続けています。そして人々はどうやって生活していったらいいかを見つけ出しています。この危機状態は長い期間に渡って続いていくでしょう。その中で人々が成長していくでしょう。それに関わられた事、うれしく思います。

アメリカ合衆国、
オレゴン州、
ポートランド
テレサ・エンリコ
翻訳 日比野ゆうこ

English translation of the preceding article:

Possible to Think During a Difficult Time

Over many years, I have had the opportunity to lead workshops in Japan and build relationships with Co-Counselors there. In addition, my wide world work has given me ties to Japan—through *taiko* (Japanese drums) connections.

My re-emergence and liberation are intertwined with the people of Japan. As a U.S.-born Asian American, I love the connection with my Asian sisters and brothers in Japan. Although different from my Filipina culture and heritage, many things about Japanese culture

It was good to be able to communicate directly to people how much I cared about them, as individuals and also as a group, and that Japanese people matter—each and every one of them. It was good for all of us to break through the isolation.

and traditions feel familiar to me, like the importance of community

and the well-being of people. In many Asian cultures, the family and community come ahead of oneself. Considering the history of my people and their relationship to Japan, it is a big contradiction¹ for me as a Filipina to be a part of the liberation of Japanese people.

I was deeply impacted by the earthquake and tsunami in March 2011. Knowing so many people in

continued...

¹ Contradiction to distress