



誰もわかってくれない



「なんでわかってくれないの！」完璧すぎる仮面の下にあった激しい怒りが露わになった。彼女はもう気持ちのいい人では全然なかった。黒髪は逆立ち、口汚い言葉があふれた。だけど、それこそが重要なことだった。

『心はどこへ消えた?』東畑開人 著 より

臨床心理士の東畑開人さんのカウンセリングルームには、実にさまざまな人が訪れます。うつ症状を抱える人だけでなく、社会的に成功している人、家族に囲まれて幸せそうに見える人、一見カウンセリングとは無縁に思える人たちも、様々な心の問題を抱えてやってきます。そしてしばしば発せられるのが、冒頭のような「誰も私のことをわかってくれない」という訴えだそうです。

実はこうした訴えは、**誰もが根源的に抱えている思い**ではないでしょうか。

『大無量寿経』に「人、世間の愛欲の中にありて、ひとり生まれ、ひとり死し、ひとり去り、ひとり来たる。身みずからこれを受け、代わる者あることなし」という一節があります。「誰もわかってくれない」思いを抱えながら、たった一人歩まねばならないのが人生ではないでしょうか？

別の男性；「イライラマン」とのカウンセリングを覗いてみましょう。

カウンセリングでは、私小説が語られる。身辺のことやその時のご本人の気持ちが、断片的に語られ続ける。…学生時代に孤立していたところを彼女に救われたことが語られ、その彼女と痛ましい別れ方をしたことが語られる。幼い頃に母が出奔し、そのことを口にしてはいけないと感じていたことが語られる。筋が太くなっていく。「誰もわかってくれない」と思って生きてきたイライラマンの物語が見えてくるのだ。その時、私たちはイライラマンを外から観察しているのではない。イライラマンの世界を内側から一緒に見ている。彼の生きてきた「わかってくれない」物語を共に体験しているのだ。

それがイライラマンを変える。ここが現代にあって見失われやすいところだ。**自分でも気が付いていなかった物語が分かち合われることは、別の物語を新しく始める力になる。**…時間をかけて紡がれた物語。それは心を変化させる力があるのである。



以下は、親鸞聖人の言葉です。

「阿弥陀如来が計り知れないほど長い時間をかけ、苦勞に苦勞を重ねて立ててくださった本願は、ひとえにこの親鸞一人のための願いであった。思えば私は自分でも気が付かぬうちに、重い重い罪を作ってきたし今も作り続けている。にもかかわらず、私を救おうと思ひ立ってくださった阿弥陀如来の本願の、なんと有り難いことか」（『歎異抄』より住職意訳）

困難に満ちた聖人の人生を支え続けたのは、「誰もわかってくなくても、阿弥陀様だけは共に体験してくださっている。私だけの物語を分かち合ってください。」という思いではなかったでしょうか。そして後世の私たちのために、「阿弥陀如来は今も一人一人に寄り添ってくださっています」というお念仏の教えを、聖人は遺されたのです。

