

「悲しむこと」と「哀しむこと」

教育委員 橋本 和明

私は犯罪や虐待などを専門にした心理臨床家で、大学では心が傷ついた人への支援や研究を行っています。心が傷ついたといってもさまざまな場合が考えられますが、私はそのなかでも虐待やいじめ、犯罪被害などで深い傷を負った“トラウマ”（日本語では“心的外傷”や“心の傷”と訳します）のことを扱っています。

トラウマを受けた人に共通して言えることは何かと言うと、「悲しみ」だと思のです。悲しみはどんな人でも持つ感情の一つなのですが、トラウマの悲しみはその傷が深いだけに複雑となります。例えば、心の傷のことを誰かに聞いてほしいという気持ちはたいへん強く持ちます。でもそれを口にする、傷を受けた出来事が頭に再現されてしまい、それが恐ろしくて安易には口に出せず、自分の中に閉じ込めてしまうのです。それゆえに、周囲からは傷付いているのかどうかさえわからないことがしばしばあります。このように、身体の傷の場合は傷が大きければ大きいほど外からはわかりやすいのですが、心の傷の場合は傷が大きければ大きいほど、逆に外からは見えにくくなってしまいます。

ところで、悲しみの「悲」の漢字の語源はどのようなものかご存じでしょうか？「悲」の上部の「非」には鳥の羽が左右反対に開いたあり様が表わされ、両方に割れるという意味を含んでいます。それが「非+心」となって、心が裂けること、胸が裂けるような切ない感じが悲しみであると言うのです。そう考えると、トラウマを受けて傷を受けた人は、それが語られることによって、なお一層傷が深まる不安が発生し、そうかといって語らないでいたとすると、それはそれで違った苦しみを味合わねばなりません。言いたくても言えない、語りたくとも語られないとの両者の複雑な思いが真っ向から対立し、引き裂かれる状態になっているのがまさにトラウマの悲しみに他なりません。

児童や生徒の中には、家庭で虐待を受けていたり、学校でいじめを受けているという場合があるかもしれません。彼らの気持ちの中では、いち早くこのことを周囲に言って助けてほしいという思いと、それをする事で余計に心が苦しくなり、それなら自分のなかにとどめていた方がまだましだと考えたりするわけです。この自分のなかにある相反する感情がますます心のエネルギーを奪い去っていきます。

では、われわれはそのような苦悩をしている人を目の前にして、どうあることが必要なのでしょう？周囲の者はいち早く察してあげる、その人からじっくり話を聴いてあげる、どうしてほしいかを的確につかむ、サポート体制を整える、等とやるべきことはたくさんあるかもしれません。しかし、私はまず何よりも大切なことは、「哀しむ」ことではないかと思うのです。この「哀しむ」は先ほどの「悲しむ」とは読みは同じであっても、漢字は違いますし、少しその意味が異なります。この漢字の語源は、「衣」が包んで隠すという意味があり、「口+衣」で、思いを胸中に抑え、口を衣で隠して悲嘆にくれる様子なのです。つまり、傷付いた人を目の前にして、本人も傷を語れませんし、こちらはその人の心情には容易には手出しも言葉も相手に届きません。それゆえに、われわれは口を衣服で覆いながら嘆くしかないので。でも、これこそがトラウマという深い傷を負った人への支援の基本ではないかと思うのです。なぜならば、それほどこの悲しみは深くて対処の仕方が難しいからです。しかし、こうした「悲しみ」と「哀しむ」の交錯によって、傷付い

た者とそれを援助する者との交流が生まれ、すぐにはいかないまでも傷が癒える展開がここから始まると思っています。