

CLC からしだね書店便り



6 2021
June

CLC からしだね書店では…

- ① キリスト教書のほか、福祉、心理、精神、哲学、児童書、その他一般の良書もたくさん揃えたいと思います。
- ② お洒落でかわいい雑貨や小物もあります。
- ③ ブックカフェとして、ドリンクやスイーツ、ランチ等をご提供しています。ゆっくり本を読みながら、お過ごしください。
- ④ コーヒーを飲みに来てくださるだけでもけっこうです。
- ⑤ 図書コーナーも併設予定です。ドリンクを片手に、お好きな本を手にとってお読みください。
- ⑥ 古書の販売もする予定です。
- ⑦ 読書会や著者を招いての講演会など、人と人が出会い、つながる「対話」の場を提供したいと考えています

読

書感想本

『あいまいな喪失とトラウマからの回復…家族とコミュニティのレジリエンス』ポリン・ボス(著)・中島聡美(翻訳)・石井千賀子(翻訳) 《税込》4400円

この本をおすすめくださったスポンサーのお名前は…さん、あ、え、さまです。



3月号からお知らせコーナーで紹介しているCLCからしだね書店オリジナルの販売システムです

ここで本の紹介をお願いした「スポンサー」さん、というのは…。



この本を読んだきっかけ

私は東日本大震災で被災した宮城県や福島県を拠点に災害支援や人道支援をおこなうNGOの職員として働いています。
2020年の熊本県球磨村で新型コロナウイルス感染と水害に見舞われた病院がありました。病院ではコロナのクラスターが発生。
道路が寸断されたため職員の半数は病院に來ることができない。
残された現場で働く職員も自宅は被災しています。
こんな危機的な状況に置かれた人々に私たちは何の支援ができるのか…
からしだねの職員さんと連日悩んで悩みました。
そんな時、トラウマとPTSDを研究する専門家のウェブサイトからたどって見つけたのがこの本の主題である「あいまいな喪失」理論でした。その理論をウェブサイトで読み込み、著者であるポリン・ボス博士(ミネソタ大学)のほかの論文も読み、この本を購入するにいたったのです。

どんな本?

日常生活に突然降りかかる災害やアクシデント。
災害でも日常でも共通して深く心を傷つけるのは、当たり前のように存在するはずと信じていた人・ものを「喪失」するということ。
この出来事が誰かにケアされないままになったとき、どのような精神状態に陥り、どのような結果に至るのかがわかります。
そして危機的な状況に陥った人にどのような支援アプローチが可能なのかがわかります。

一言で

東日本大震災による行方不明者が2500人を超えています。
家族が死んだのかどうかその確信が得られない。
このあいまいさの中に生き残った者の苦しさがある。

原発事故で故郷を離れなければならないようになった人がいます。
現実としての故郷は存在していても、自分が育ったあの故郷は存在していない。
このあいまいさの中に、自分の存在の哀しみがある。
こうした「あいまいさを持った喪失がある」と提唱したのが著者であるポリン・ボス博士です。

私はこれまで静かに営んでいた生活を「喪失したら」という視点で人生を…他者を…省みたことがあります。
そんな時、その反対に「足りない自分が何を求められるのか」ということを意識して生活してきたように思います。もし「喪失」や「あいまいな喪失」が人に与える影響を理解できていたら、災害の現場や人との関わりの中で差し出す支援の手や心遣いが変わっただろうと、支援者として自戒と反省をしています。

この本をお勧めしたい理由

ポリン・ボス博士は当事者が医療にかかる前に、家族やコミュニティができる回復のアプローチがあり、それらのアプローチがとても効果的であるといっています。
また同時多発テロ、マレーシア航空機事故、東日本大震災、紛争地域でカウンセリングをしてきた経験から、

あなたも「おすすめ本スポンサー」になってみませんか?

あなたのイチ押しの本を、店に置かせていただきます。
「この本、ぜひ皆さんに読んでほしい」というあなたのお勧め本。3か月間店頭置いてみませんか?残念ながら売れ残ってしまったら、ご自分で買い取ってお友達にプレゼント…という仕組みです。(書店に在庫をためこまず、皆さまの「推薦良書」を広くご紹介いただける。…そうになったらいいなと思っています。)店内配置等については、当店にお任せください。種類によっては、ご希望に沿えない場合もあります。



お薦めしたい理由は？

これらのアプローチと回復へのステップは国や文化によらず普遍的であるといえます。支援者として日本の災害支援・人道支援の現場に立つ私に、医療以外にも関わる方法があることを教えてくれるのです。

日本は少子高齢化社会を迎え、地方で被災地でその影響が浮かんできていると私はひしひしと感じています。ぜひこの本を読み学び、地域社会を、家族を、生活の困難を抱えた人々を私たち自身で守っていくことに役立てていただければと願います。



私は宮城県仙台市と福島県南相馬市のそれぞれ被災経験のある場所での「あいまいな喪失」を通じた支援を実践するための勉強会を開いています。

この「あいまいな喪失とトラウマからの回復：家族とコミュニティのレジリエンス」は実践することを目的に書かれた本で、博士の実践による具体例がこれでもかと書かれています。



その他 何かあれば…

また支援者が自身の「喪失」に向き合う必要があるとし、「Aでもあり、Bでもある両価的な価値観」「意味づけをする」といったテーマを説きながら、解決のない苦難の中の「新しい希望」へ読者を導きます。それぞれにボス博士と当事者の血と命と愛が吹き込まれていて、学術的な理論書を超えた感動を覚えます。キリスト教の信仰者でもあるボス博士がたどりついた「あいまいな喪失」から「新しい希望」への回復のアプローチは決してキリスト教信者だけのものではないことを多くの方に理解していただける著作となっています。

毎月「喪失」をテーマにした勉強会を

CLCからしだね書店の地下別室で開催しています。

ご興味のあるかたは、ぜひからしだねにお尋ねください。



第五回：

【連載】子ども言葉がひろく時

「しっかし者」も「しっしよ」?

新約聖書には「マルタとマリア」という、まったく性格の違う二人の姉妹が登場します。どちらに共感するかで、その人のタイプがわかるかもしれません。「しっかし者」の姉「マルタ」と、「家事そっちのけでイエスの話に夢中になっている妹」のマリア。短いお話なので引用しましょう。

「一行が歩いて行くうち、イエスはある村にお入りになった。すると、マルタという女が、イエスを家に迎え入れた。彼女にはマリアという姉妹がいた。マリアは主の足もとに座って、その話に聞き入っていた。マルタは、いろいろのもてなしのためせわしく立ち働いていたが、そばに近寄って言った。『主よ、わたしの姉妹はわたしだけにもてなしをさせていますが、何ともお思ひになりませんか。手伝ってくれるようにおっしゃってください。』主はお答えになった。『マルタ、マルタ、あなたは多くのことに思い悩み、心を乱している。しかし、必要なことはただ一つだけである。マリアは良い方を選んだ。それを取り上げてはならない。』(ルカによる福音書10：38-42)

昔、私が教会学校のスタッフをしていた時、たまたまこの箇所のメッセージをすることになりました。そこでの中高生との議論がとて面白かったのです。

私は最初、遠藤周作の解説をひきながら、こんな風に語りかけました。マルタは「立派な良妻賢母」というタイプの女性で、それ自体は決して悪いことじゃない。お客さんをもてなそうという熱意も素晴らしい。でも、「自分が正しい」、「こうするべきだ」という意識が強すぎると、他の人の生き方を「裁く」態度になってしまいがち。大事なのはまず相手の立場に立つて、その想いを汲み取るうとする姿勢ではなからうか…。そんなことを、もっともらしく語ったわけですね。

臨床心理士
坂岡 大路

1988年京都府生まれ。北海道大学大学院教育学院臨床心理学講座修士課程修了。訪問型フリースクールや、中学校、児童デイサービスなどでのボランティアを経て、現在、札幌市内の児童精神科に勤務。臨床心理士、公認心理師。2019年『こころの字ぶ教会学校』を連載。

ところが、中高生のリアクションは私の予想外のものでした。

「この箇所、いつ読んでもモヤモヤする」。そう言ったのは、「しっかり者・マルタ派」の女子高生です。私は「モヤモヤする」と言われると嬉しくなってしまうので、「ほうほう、どういうこと？」と興味を持って尋ねてみました。すると、返ってきたのはこんな答えです。

『好きなことをして生きていけばいいじゃん』と言う人がよくいる。けど、『やりたくないことをがんばってやっている人』がいるおかげで、その人達も好きなことができるんじゃないの？」

「この時はイエスさまがいる時だったから特別かもしれない。けど、じゃあ、マルタはこの時、どうすればよかったの？誰も食事を準備する人がいなかったら、成り立たない？」

た、たしかにおっしゃるとおりですね…と思った私は、ぐうの音も出なくなっていました。そう、マルタだったつらいのです！「上から裁く」態度よりも、「まず相手の立場に立つ想像力」だ、と私は確かに言いました。そうであるならば、まずこれと同じ姿勢を、マルタにこそ向ける必要があったのではないのでしょうか。彼女の言う通り、だれかがイエス様「一行のおもてなしをしなければならなかった。それをマルタが引き受けてくれた。陰で支えてくれてる人たちの努力のおかげで、自由に生きられる人がいる。でも、マルタだって自由になりたい。ガマンせず、やりたいことしたいと思っているかもしれない。皆の輪の中に入って、イエス様とざくばらんに語り明かしたかったかもしれない。マルタの中には、「周りのみんながワイワイやっているのに、自分一人だけ取り残されている」というような、寂しさだっていたかもしれない。教え諭す前にまず一言、「マルタさん、ありがとう」の一言があったっていいじゃないですか。

この時、マルタは…いえ、この場を集った人たち全員は、一体どうすればよかったのでしょうか？ああでもない、こうでもない、と意見を出し合ったあと、こんな一言が耳に残りました。

「自分がマルタだったら『一緒にやろうよ』と言いたくなる。」

私はハッとしました。そもそも、なんでマルタ一人がこの仕事をしているのだろう、と。「良妻賢母」なんて言葉を使ってしまうですが、別に男たちが家事をしたっていいわけです。イエスの弟子の中には屈強な漁師たちもいました。持ち前の技術と力仕事で鍛えた体力を生かして、重いものを運んだり、おいしい魚料理を振る舞ってもよかったですかもしれない。

「マルタさん、大勢で押しにかけて、場所を借りちまって悪かったな。料理と後片付けは俺たちに任せて、あんたはゆっくり師匠と語り合ってくれよ。なあに、俺達はいつもお師匠と一緒にだから、いつでも話せるさ。でも、あんたたちはいつも一緒にわけにいかないからな。」

こんな「ジェントルマンな」一言が言えていたら、マルタが「モヤモヤ」する必要はなかったんじゃないでしょうか。「お、マルタ、仕事を任せてしまつて悪かったな！私も血洗いでもなんでも手伝つよ。分担しようじゃないか。私はこう見えて、血洗いは得意なんだよ！」なんて、イエス様が言ってくれたら、それはそれは愉快だなあ、と私は想像します。

この想像は決して「不敬」ではない。むしろ極めてリアリティのあるものだ、と私は思っています。なぜなら、イエスはこんな言葉を残しているからです。

「主であり師であるこのわたしが、あなたがたの足を洗ったのですから、あなたがたもまた互いに足を洗い合うべきです。」
(ヨハネによる福音書13:14)

イエスは弟子たちの足を洗い、「仕える者になりなさい」(マルコ10:43)と語った方です。それはつまり、「こういふ促し

だと思えます。

「一人に重荷を集中させないで、みんなで重荷を担い合おうよ。」

「一部の人の犠牲の上に成り立つ自由はいらない。みんなで一緒に自由になろう。」

もちろん、イエスほどの「自己犠牲」の人はいません。ガマンや忍耐が必要なことも、生きていればたくさんあるでしょう。しかし、「犠牲」や「ガマン」というものは、自分で納得して引き受ける場合「のみ」自由」と両立するのです。このケースの場合、マルタは「やりたくてやっている」わけではなく、明らかに納得していません。無理をしています。納得していないからこそ、「他の人はずるい」と感じてしまいますし、責めたくなるのも当然でしょう。（本当に心から納得して、「やりたくてやっている」のなら、抗議しないはずですよ。）つまり、「一部の人の犠牲を強いる」ことによっては、誰も得をしないのです。本人も不自由であり、周りの人も責められるのですから。

だからと言ってマルタを責めるのは筋違いです。この「納得して役割を引き受ける」という感覚は、「納得しろよ」と言っていて、周りが強制できるものではないからです。また、たとえ明白な強制がなくても、「なんとなくやらなきゃいけない空気」や「暗黙の構造」というものが、私達の周りにないでしょうか。「仕事を分担する話し合いの場すらなく」、「だれかが我慢してやらなきゃいけない空気感」に押されていないでしょうか。私には、それこそが「モヤモヤ」の正体ではないか、と思えてならないのです。

「この箇所、いつ読んでもモヤモヤする」と、彼女は教えてくれました。「モヤモヤ」を一人で抱え込ませて、無理をさせたり、我慢させたりする共同体は、あまり健全なものではない気がします。むしろ、みんなで一緒にモヤモヤしたいものです。「納得」は暗に強いるのではなく、隣人みんなで、一緒に創っていくものなのですから。



からしだね館のひとこま こころ病む人の支援



京都市東部障害者
地域生活支援センター
からしだねセンター主任
武山 世里子
(精神保健福祉士
相談支援専門員)

書店「ユースで」からしだね館のひとこま」を紹介するようになり、5回目になりました。この「書く」という作業は、私にとっては簡単なことではないのですが、苦しみや喪失について、静まって思いめぐらす機会となっています。そして、人は、苦しみや喪失のただ中で、それらに意味を見出し、そこから新しい希望を持つことができるんだな、と感じています。壊れそうにならなくても、知るべきこと、出会うべき人、歩むべき道を見出していく…、そんな姿をそばで見ていると、苦しみはただのやっかいなものではないのかな、喪失を恐れる必要はないのかな、と思えてくるのです。私自身が励まされ、勇気や希望を与えられているのです。

今回のストーリーの主人公、M子さんも、大きな喪失を体験した一人です。

「なんで私が病氣？」

M子さんは、50歳の女性です。高校を卒業してから職を転々としながらも、母親と妹の3人で京都の昔ながらの街並みのその一角で静かに暮らしていました。

20代半ばから、少しずつ「見張られている」「陰口を言われている」「自分を貶めようとしている人がいる」という思いが強くなり、家族や職場の人との関係がうまくいけなくなりました。

他者とのあたたかな交わりを求めても、なぜかいつも争いになって終わってしまいます。警察の介入が必要になることも増え、46歳の時に精神科の病院に入院することになりました。「なんで自分がこんなところ…」治療の拒否が激しく、なかなか退院の目途が立ちません。

「家族に何が？」

彼女が入院している時に、妹が突然この世を去ってしまいました。彼女がまだまだ不安定な状態だったので、きちんとお別れすることもできませんでした。さらに追い打ちをかけるように、高齢の母親が自宅で転倒・骨折し、入院になりました。自宅で暮らすことが困難になり、退院後は介護保険の施設に入所することになりました。

「喪失に直面したM子さん」

何も知らない入院中の彼女は「病氣ちゃうのになんで薬を飲まなあかんねん」と言いながらも、服薬による治療の効果で、少

しずつ落ち着いていきました。そして、入院から数か月後に、ようやく退院となり自宅に戻ることができました。変わり果てた自宅の様子に彼女は愕然としました。けんかもいっぱいしたけれど、どんなにぶつかってもそこにいてくれた、母親や妹がいなくなってしまうました。その厳しい現実と直面せざるを得なくなりました。どうして妹が突然いなくなったのか、どうして、母親が以前の元氣な頼れる母でなくなってしまったのか…、どうして、どうして…、先の見えない喪失の日々が始まりました。

このせいもあるのか、彼女はますます周囲の誰をも信じなくなりました。特に医療や福祉の関係者に対しては「病气やと決めつけられて、病院に閉じ込められた。その間に母親も妹もいなくなった」と、不信感をあらわにしました。私が訪問しても、「あなたに何ができるんや。母親や妹を戻せるんか。何もできひんくせに、ちよるちよるすんな」と厳しい口調で言い放ち、対話になりません。退院後2か月ほどで、扉を開けてくれなくなりました。

彼女は酒浸りの生活を送るようになりました。眠剤がないと眠れない彼女は、お酒の力をかりて眠りたかったようです。そして、自宅に戻って半年ほどした頃。妄想状態に加え、泥酔していた彼女は、外出先で大声を出し、警察に通報され、精神科の病院に搬送・入院となりました。

私がその知らせを受けた時、警察がこんなことをいいました。

「小さな犬が彼女の自宅にいますよ」

「もう一人(1匹)の家族が!」

病院にかけつけ、隔離室にいる彼女でしたが、病院に強引に面会を頼み込んで、自宅の状況を聞き取りました。妄想状態の彼女でしたが、なんとなく状況が確認できました。

私たちの訪問を拒絶していたあの時、孤独でたまらなくなった彼女は、立ち寄ったペットショップで子犬を購入したこと、ぶうたくんという名前をつけたこと、カードローンで購入したが、貯金も底をつき、返済が滞っていること、警察に連れられて病院に来たので、えさがなく子犬がお腹を空かせていること…

奪うように鍵をもらい、彼女の自宅に行きました。

飼い主のいない真つ暗な部屋で、彼女の子犬、ぶうたくんは、見知らぬ侵入者の私におびえきり、ありったけのエネルギーで吠えまくっていました。

餌の容器も水の容器も空っぽでした。

彼女の入院は最低でも3か月は必要とのこと。子犬のぶうたくんをどうすればいいのか、関係者みなで必死に考えました。彼女は「ぶうたくんは私の唯一の家族。絶対に手放さない」と譲りません。購入した際のローンも返済できない彼女に、ペットホテル3か月分の料金(1日3000円×3か月)が払えるはずありません。ぶうたくんを手放し里親を探すことを必死で説得しましたが、彼女の意志はかたく、迫れば迫るほどより強固に反対しました。

手当たり次第、動物愛護団体に電話をしました。そしてようやく、安価で預かってくれる保護施設を見つけることができました。

翌日、ぶうたくんを連れに彼女の自宅に行きました。補充した餌も食わず、吠える力も弱くなっています。ペット用のケージに入るのに、おびえて逃げまくり、入ってくれません。長時間汗だくになってようやく連れ出すことができました。

京都市内から車で4時間ほどの、山の中腹にあるその施設は、お世辞にもきれいと言えないような場所でした。建物の外には、等間隔で大型犬が鎖につながれ、その多さに目を見張りました。建物の中には、数えきれない程の小型犬が、仕切られた狭いスペースの中で3、4頭ずつ飼育されていました。その一つのスペースで、ぶうたくんは何度も何度もマーキングをし、少量の嘔吐をしました。恐ろしい緊張状態であることが、痛いほど伝わってきました。

施設の人に丁寧に敬礼を言って離れようとしたときに、ぶうたくんが柵から乗り出し、何かを伝えるような必死な眼で、こちらを見ていました。

翌日、彼女の病院を訪問し、施設に預けたことを報告しました。彼女は食い入るように私の話を聞いていました。自宅でのぶうたくん、保護施設に連れて行った時のぶうたくん、飼い主である彼女に包み隠さず話しました。それを話す間、彼女は一言も口をはさみませんでした。

自身の病气、家族との別離、寂しさを埋めるために唯一そばにいてくれた愛犬とも離れることになった彼女。この喪失は彼女に何をもちたらしめたのか…。次月号では、この時には想像もできなかったような彼女(と小さな子犬のぶうたくん)のストーリーが続きます。ぜひ、お読みください。

からしだ物館では、障害のある方の生活全般の相談を受けたり、就労支援をしたりしています。

障害のこと、福祉のことで「こんなことを聞いてみたい」ということがあれば、ぜひ、CLCからしだね書店(cic@karashidane.or.jp)までお知らせください。



献本についてのお知らせ

たいへん申し訳ございませんが、送料をご負担いただけるとありがたいです。書店への直接お持ち込みもありがたいです。

【献本をお願いしたい本の種類】

- 1 キリスト教書、キリスト教に関連した本（多少、書き込み等があっても、大丈夫です）
- 2 哲学、心理学等、人の生き方に関する本
- 3 社会の中で起きている問題を扱った本
- 4 暮らし（料理、健康、経済等）にかかわる本
- 5 小説（人の暮らし、尊厳、生き方を表現したものであればジャンルを問いません）
- 6 漫画（人の暮らし、尊厳、生き方を表現したものであればジャンルを問いません）

【本の送り先】

住所：〒607-8216 京都市山科区勤修寺東出町75 からしだね館
宛先：CLC からしだね書店 献本係 電話：075-574-1001 FAX075-574-0025
Mail：clc@karashidane.or.jp

【本と一緒にいただきたいもの】

以下の内容を記入したメモ

- ①献本者のお名前②ご住所③お電話番号④メールアドレス
- ⑤さしつかえなければ、献本者の簡単なプロフィール、献本いただいた本の感想や思い出等を一言。
- ⑥献本くださった方のお名前を書店だよりにご紹介させていただきたいと思います。お名前の掲載は困るという方は、お知らせください。【古本の売上を含むCLC からしだね書店の収益は、すべて、書店で働く障がい者の工賃になります】

【献本者】 お名前記載漏れがございましたら、ご一報くださいますようよろしくお願いいたします。

一村洋子様、山岡真理子様、八幡キリスト教会様、藤田様、向島福音自由教会様、水川武志様、深谷与那人様、川戸重乃様、八幡福音教会様、福井牧師様、兼松哲夫様、梅村千恵子様、山崎俊生様、野崎康明様、近藤栄恵様、小島悦子様、宇治福音自由教会様、中川様、山本優樹様、山田素郎様、匿名の方

編集後記

◆「京都新聞に掲載されたCLCからしだね書店の記事を読んだ」と言って、京都市内のお寺のご住職さんご夫妻が来店。「こういう時代だからこそ、人と人のリアルな出会い、つながりが大事。書店がそういう場づくりを目指していると聞いて、とても共感します」とのこと。また「私の知っているクリスチャンの方々は皆、それぞれの心の中にある神への信仰に基づいて、他者のために行動しておられます。すごいなあと思います」とも。たくさんの方を代表しておほめの言葉を拝受しました。キリスト教書店は、教会にはおいでにならないであろう方々との出会いの場にもなるのですね。ちなみに、このご夫妻、たくさんの方のキリスト教書を買って帰ってくださいました。

◆このたびの「読書感想本」のコーナーにもありましたが、「喪失」をテーマにした勉強会を行っています。私たちは先が見えない現代を生き、「私の前に広がっていたはずの未来」を見失うという体験をしているのかもしれない。興味のある方はオンラインでも参加できます。書店にご連絡ください。（次回は6月19日土10：30～）

◆からしだね書店の軒下、しかも、テントの内側、入口ドア近くという大胆な場所に、ツバメが巣を作り始めました。このたび、めでたく、ヒナが誕生。人間を全く怖がらない親夫婦は、暗くなると巣のそばに帰ってきます。「うちのツバメが一番かわいい！」とからしだね館一同、強く確信しています。皆様、からしだねにお越しの際は、頭上注意です。



編集・発行：社会福祉法人ミッションからしだね
就労継続支援A・B型事業所からしだねワークス
からしだね書店&カフェ・トライアングル

〒607-8216 京都市山科区勤修寺東出町75 からしだね館
書店電話番号 075-574-1001 FAX 075-574-0025
書店メール clc@karashidane.or.jp