

ニュースレター

ヘリンガー インスティテュート ジャパンより

News-letter from Hellinger Institute Japan

このメールは、これまでに小林真美（チェトナ小林）のファミリー・コンステレーション、システムック・コンステレーションのワークショップにご参加いただいた方々にご登録の方々にお送りしています。

#10-2015/03/03

こんにちは。

ヘリンガー・インスティテュート・ジャパンの小林です。

（今回から出だしをカタカナの名前から名字で始めて見ました。）

なんと、これが今年最初のニュースレターとなってしまいました。

1月、2月と書いたような気になっていたのです。

今、ちょっと自分が書いていなかったことを知ってびっくりしてショック状態です。

新年のご挨拶すらしていなかったかと、自分にガックリ、アルファベットで表すと、orz
です。おひな祭りです！

さて、気を取り直して、今思い浮かんでいることを書き始めることにします。

「年齢不詳」

ひな祭りと何の関係もないです。

久しぶりにテレビをつけて観ると、

びっくりするほど礼儀も言葉遣いもなっていない、

1年が12ヶ月あることを、

まともに数えることができないほど頭の悪い女子高校生が、

ちやほやされる番組が画面上に流れていました。

AKBとかHKTとかSKTとか、（これら3文字も正しいかどうか知りません）

NHKだかUFJだかUSJだかなんだかもはやわかりませんが、

歌を聴かせる歌手がいつのまにか消え、
学芸会のような幼児退行を起こした衣装のいい歳をした大人の女性が、
集団でお遊戯をしているのがテレビでは普通になっているようです。

非常に違和感を覚えます。
これでいいのかな。

かつて、早く責任ある大人になりたいと言う子供達はたくさんいました。
まあ、だいぶ前ですけど。
今は、いつまでも子供でいたい大人と、
いつまでも自分を子供だと勘違いしている大人で溢れています。

実際の自分の年齢より、
最低でも15歳から20歳くらい、
自分を若いと間違えているのではないかと思う人がたくさんいます。
そして、その人たちは本気でそう思っています。

40歳くらいで社会に出て行くことが怖いとか真剣に言います。
って言うか、出ていないとあなたは思っていますが、
その状態の社会をあなたが今まさに創っています。

いやいや、そうやって怖がって、
社会に属していないという幻想に浸っている内に、
あなたもうあつという間に50歳60歳です。

でも、そうやって怖がりながら60歳になった人たちも、
自分にはまだ余裕があると思っています。
だって、頭の中ではその人はまだ40歳くらいですから。

そして、70歳くらいになって、
徐々に身体が思うように動かなくなり、
ある日突然、実年齢に気づきます。

あれ？ この20年、
いつも20年分くらい、生きていなかったような気がする。

これは実は笑い事ではなく、
非常に深刻なことが起きています。

これは晩婚化、少子化、鬱や自殺の多発と繋がっています。

とても多くの人に見られるこの現象に関して、
コンステレーションの現場を通じ私が実感したことは、
これはトラウマによるものでも、心理的な問題でもないため、
セラピーでどうにかなるものではないということです。

これは教育によって思考が方向付けられた結果です。

これに対抗するための方法は、
自分への再教育しかないのではないかと考えています。

まずは何が起きているのか知ることです。
興味のある方は、ネットで「日本人愚民化政策」で検索してみてください。

「日本人愚民化政策」という言葉は、
テレビや新聞では使用してはいけない禁句扱いの筈です。
この言葉を知る人が増えては困る側が規制しているのでしょう。

今、この問題への対抗策を研究しています。

セラピーで対応できることと同時進行で、
自分への再教育をしていかなくは、
自分でトラウマを再生産する仕組みを私たちはどうも持っているようです。

この頃のワークショップやトレーニングは、
もっぱらその二つを同時に行うものになっています。

大人として自分の人生に責任を持つことがどれほど楽で、
軽やかなものかを知らなくては、
漠然と「責任」という言葉を雰囲気だけで怖がり、
大人として生きることを嫌がる夢から覚めることはできません。

夢の中に留まり続けるよりも、
現実に今を生きる方が数百倍楽なんですけど。

断言します。
夢を見続ける努力を無意識にでも続けているより、
現実の荒波に揉まれる方がよーっぽど楽です。

小林 真美 (チェトナ小林)
ヘリンガー・インスティテュート・ジャパン
<http://www.hellingerinstitutejapan.com/>