

心の傷を癒すということ

安克昌

早いものでもう2月。春休みはもうすぐそこですが、その前にテストがありますね...！風邪をひかないように気をつけて、もう少しがんばりましょう
1月から2月にかけて、NHKで「心の傷を癒すということ」が放送されました。
阪神淡路大震災から25年を機に制作された全4回のドラマです。初回は先生の子ども時代から奥さまとの出会い、地震の日までを丁寧に描いていて、あと3回しかないのが寂しく思えたほどです。見ているとたくさん知っている場所が出てきました。布引ハーブ園や須磨の海岸、阪急の映画館として使われたのは団体鑑賞でお馴染みの大倉山の神戸文化ホールでしょう。地震前の阪急三宮駅もCGで再現されていて、こんな感じだったのかぁ、と感動しました。最終回まで本当に素敵なドラマでした。

今回紹介する本は、ドラマと同じタイトルの『心の傷を癒すということ』。産経新聞の記者に「被災地の状況を内部から書いてほしい」と言われ、1年間「被災地のカルテ」を連載。その原稿に加筆・新たな書き下ろしを加えたのがこの本です。読んでみると、先生自身も被災されているとは思えないほどの冷静な筆致や、当時は今ほど心のケアについて知られていなかったことに特に驚かされました。突然地震に襲われ、家がつぶれ、街が燃え、人が亡くなり、ショックを受けないなんてありえません。自分や周りの人の力で立ち直ることができる人もいれば、そうではない人もいます。地域・社会全体がストレスを受けたあと、それをどのように受け入れていくかを考えることが大事なんだろうなぁ、と思いました。本の最後に、

世界は心的外傷に満ちている。“心の傷を癒すということ”は、
精神医学や心理学に任せてすむことではない。それは社会のあり方として、
今を生きる私たち全員に問われていることなのである。

と書かれていました。

震災のような大きなできごとだけでなく、日常の中にも心を傷つけるようなできごとはたくさんあります。「傷つかないこと」が褒められるのではなく、傷ついても誰かが寄り添ってくれることが自然な社会になるといいですね。

安克昌

1960年、大阪市生まれ。神戸大学附属病院精神科勤務を経て、神戸市西市民病院精神神経科医長を務める。震災1年後に臨床報告としてまとめた「心の傷を癒すということ～神戸...365日～」で第18回サントリー学芸賞を受賞。「心のケア」や「心的外傷後ストレス障害(PTSD)」が日本で認知される中心的な役割を担った。2000年12月、肝細胞がんのため39歳で死去。