



最優秀賞

『こころの処方箋』 河合 隼雄

社会福祉学部福祉環境学科 4年

平尾 若香菜

たしか、何かでひどく悩んでいたんだと思う。それは恋人関係だったり友人関係だったり、あるいは課題のことだったりしたのかもしれない。今ではもう思い出せない。多分、取るに足らない些末なことだったんだと思う。でも、この本を開いたときの衝撃だけはありありと思い出せる。

人のこころなどわかるはずがない

日本一の臨床心理士の書いた本だ、と言われて開いたら、これだった。面食らった。え？何これ、人のこころってわかんないの？だって臨床心理士ってこころの専門家じゃん。

その後、こう続く。

臨床心理士などということを専門にしていると、他人の心がすぐわかるのではないかとよく言われる。私に会うとすぐに心の中のことを見すかされそうで怖い、とまでいう人もある。

(中略)

しかし実のところは、一般の予想とは反対に、私は人の心などわかるはずがないと思っているのである。

人はよく人のことをわかった気になって話してしまう。「あの人絶対ああ思っていたよねー」とか「表情でわかるよねー」とか「空気感で何となく伝わってくるよねー」とか言う。でも、そうか「人のこころなどわかるはずがない」のか。

しかしよく考えてみれば、私は自分のこころだって、わかってないような気がした。だって昼に食べたいものも、脱毛したいかも、人生の目標も、まるでわからない。こころは難しい。

ただ河合隼雄に「人のこころなどわかったものではない」と言われることで、なんだかすごく気持ちが楽になった。私は基本的に空気読めないし、さして読みたいとも思わない。人々の機微や雰囲気を読むのも苦手。相手が何考えているのかなんて、全然わからない。でも、それでいい気がした。そういう時に「いやでも人のこころなんてわかったものではないんだよ。」と思って「わかんないから、わかりたいな」ところに向き合うこと、それがいいような気がした。

