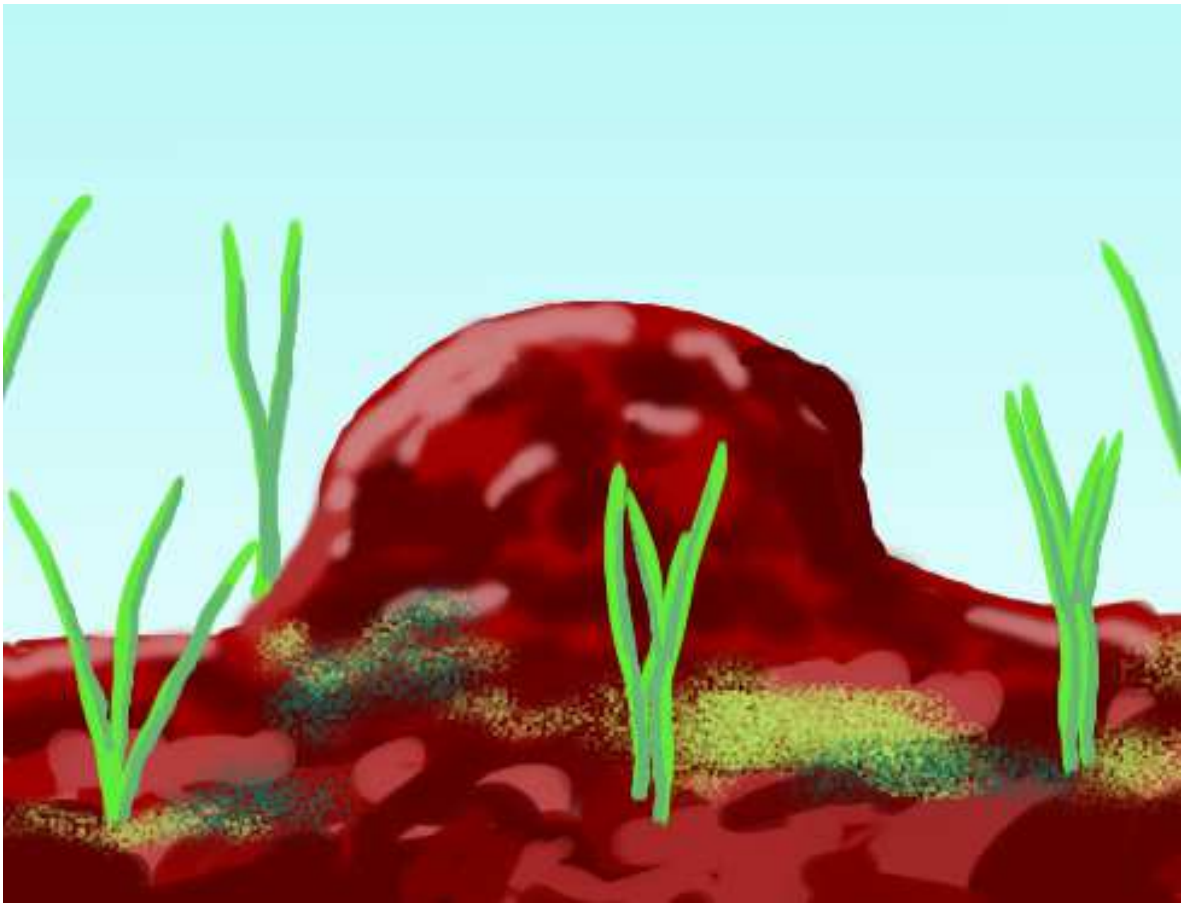


連作絵本 **想像**という現実～3

土の中



東郷 潤

駅のホームで、なんだか馬鹿にされた
ような気がして、笑顔の他人を殺して
しまいました。



私たち、結婚式
の話をして、
笑っていただ
けなのに

え？
結婚式？



ほ、僕を笑って
いたんじゃないの？





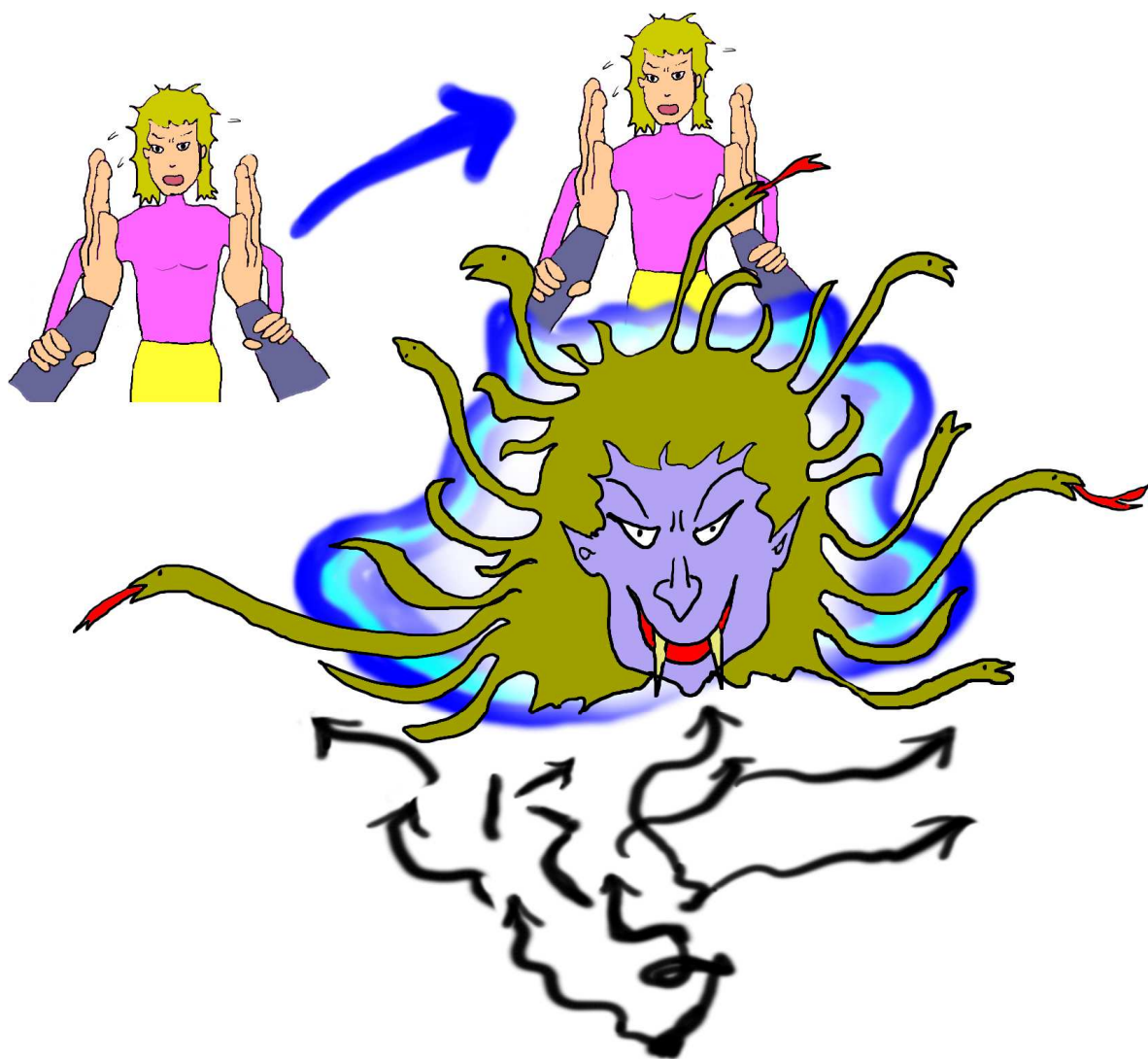
・・・そんな風に、現実を否定して、あなたの想像だけを信じようとすることも出来ますね。人には偉大な想像力が与えられていて、人は何を想像することだって出来るのですから。

でも現実を否定し、自分の想像だけを信じるためには、ちょっとした工夫が必要です。特にこんな風に現実を認めると迫ってくる、嫌な誰かが存在したりする場合には。



そこで1つ、とっておきの心理テクニックをご紹介します。—それは、心の壁を作ること。心に壁を作るって簡単なんですよ。今回のケースを使って、ちょっとやってみましょうね。

ではまず、現実を認めろと迫ってくる
相手を敵だ、悪人だと想像してみま
しょう。



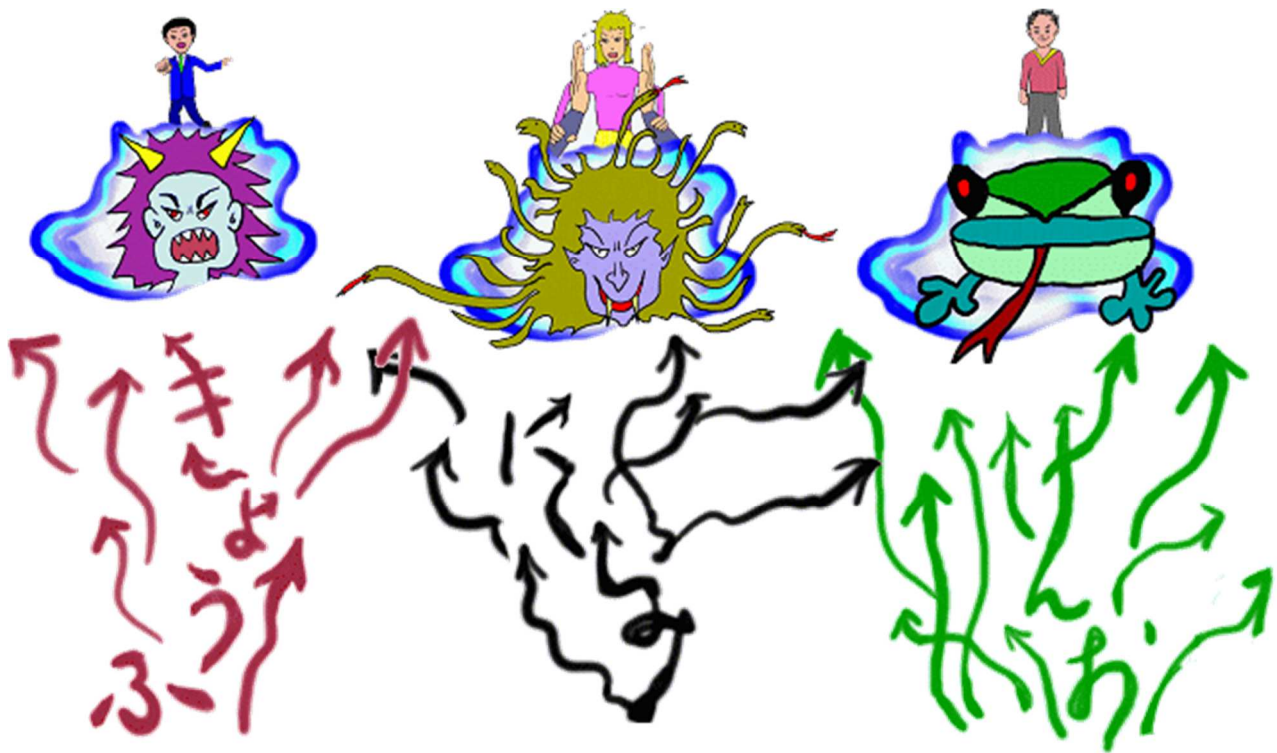
そうしたら、あなたの心の中に、嫌悪や
憎しみや不信感といった感情が、自然
に生まれてきます。

その自然に生まれた嫌悪感や憎しみや不信感を使って、心に壁を作ります。



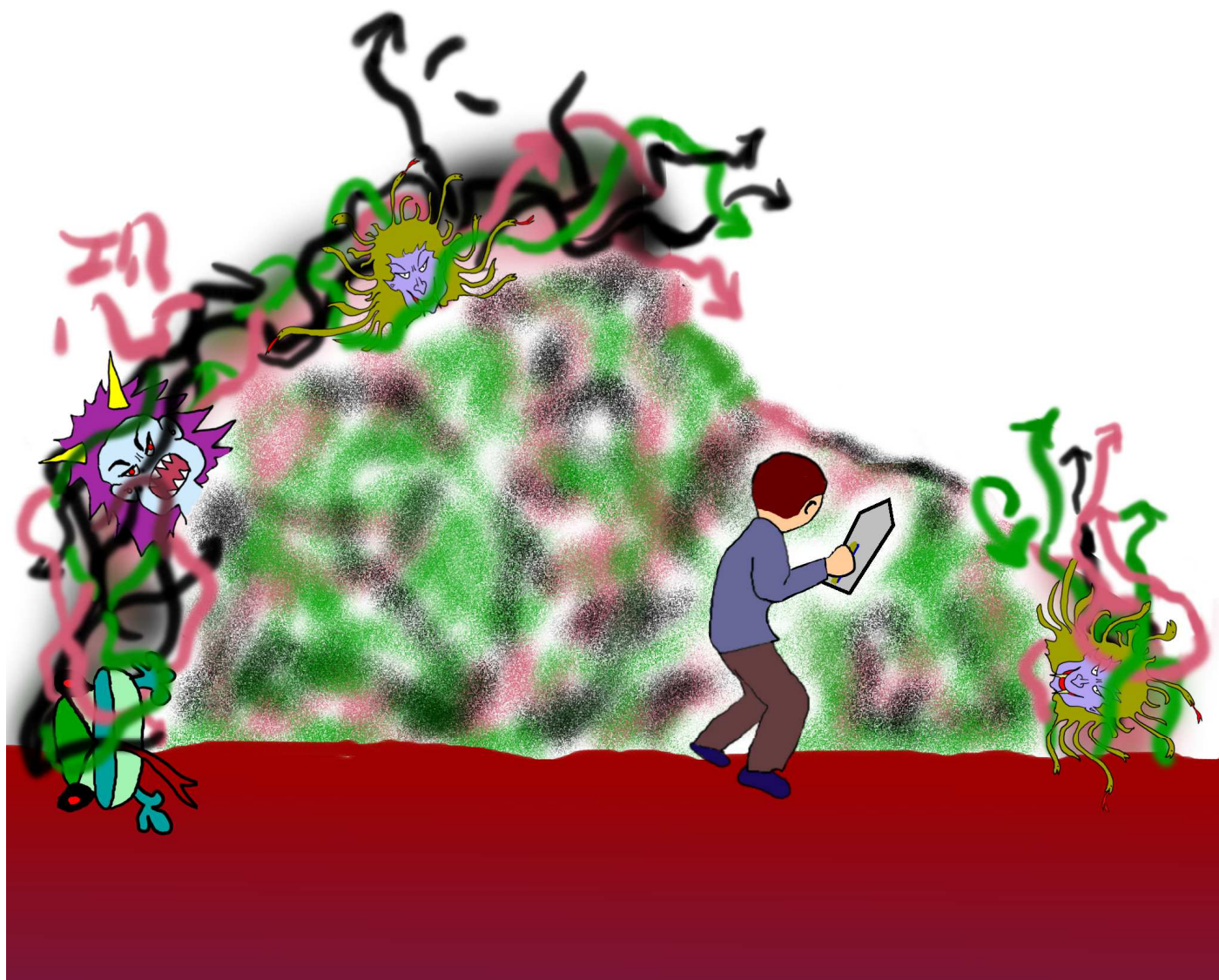
あれま！ これじゃ、まだダメですね。
外の現実が、まだ見えちゃいます。

もっと大きくて厚くて頑丈な壁を作り
ましょう。そのために、…そうですね。
全ての人間は、敵だ。悪人だ。社会は敵
だ。悪魔の巣だ。…これぐらい思い切っ
た想像をしてみましよう。これだって
簡単に出来るでしょう？

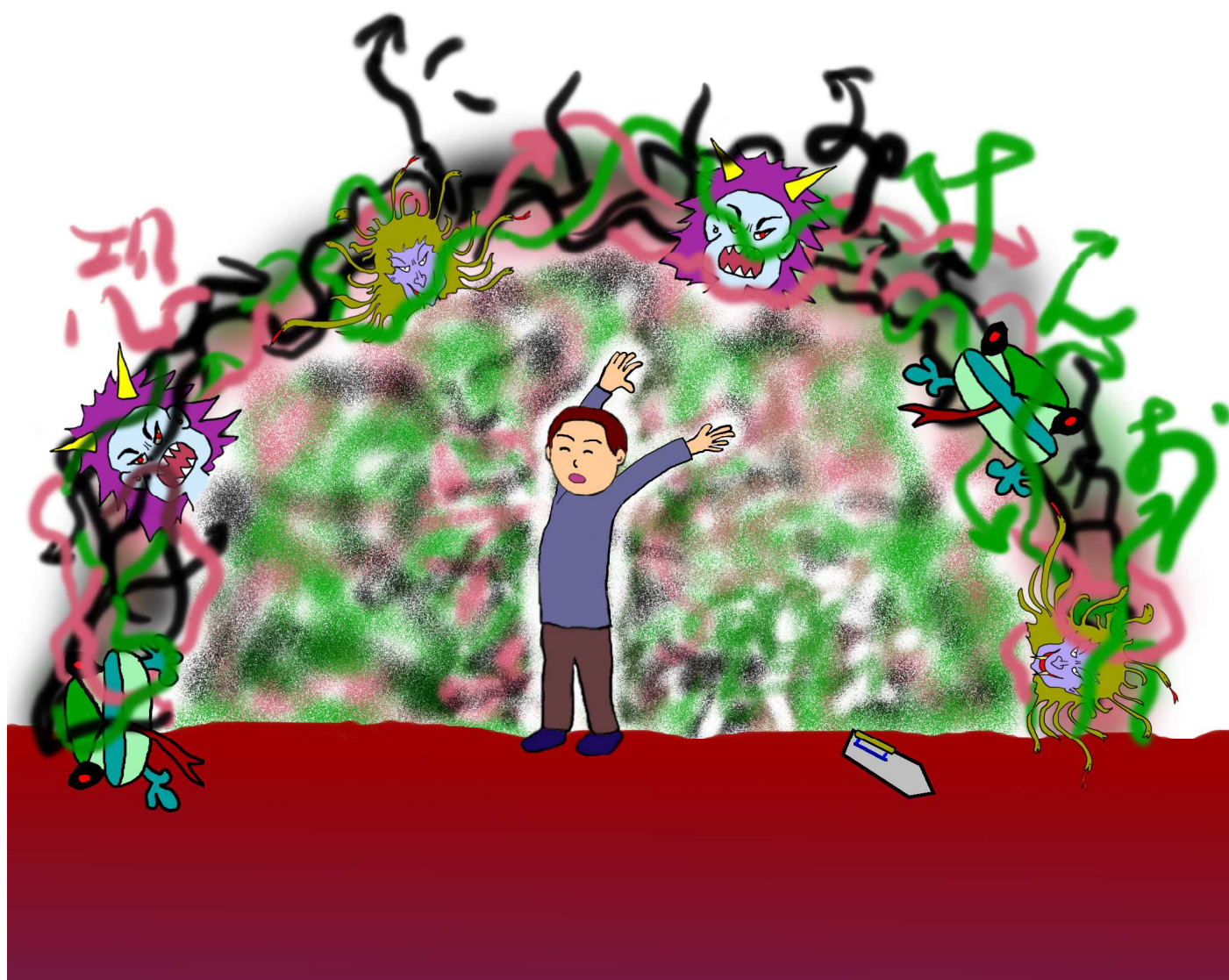


さあ、たくさんの不信感、嫌悪感、憎し
み、恐怖が生まれましたね！

今度は、この嫌な想像と、そこから生まれた様々な感情を使って壁を作ります。頑丈な壁を作るためには、複雑に組み合わせた方が効果的です。



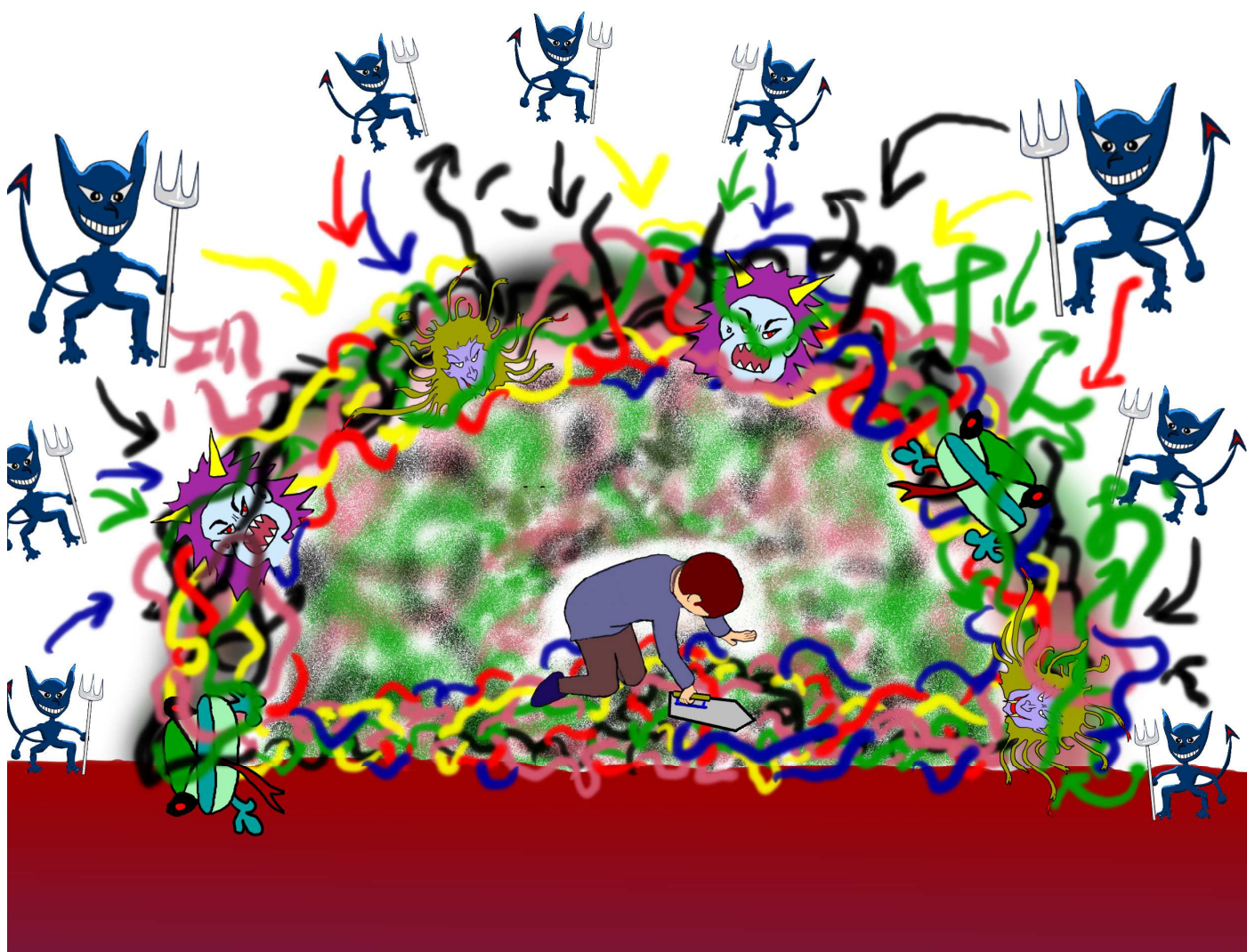
さあ、もういいでしょう。頑丈で厚い壁が出来ました！ これでもう、あなたは想像の世界の住人です。全ての現実を否定することが出来るのです！



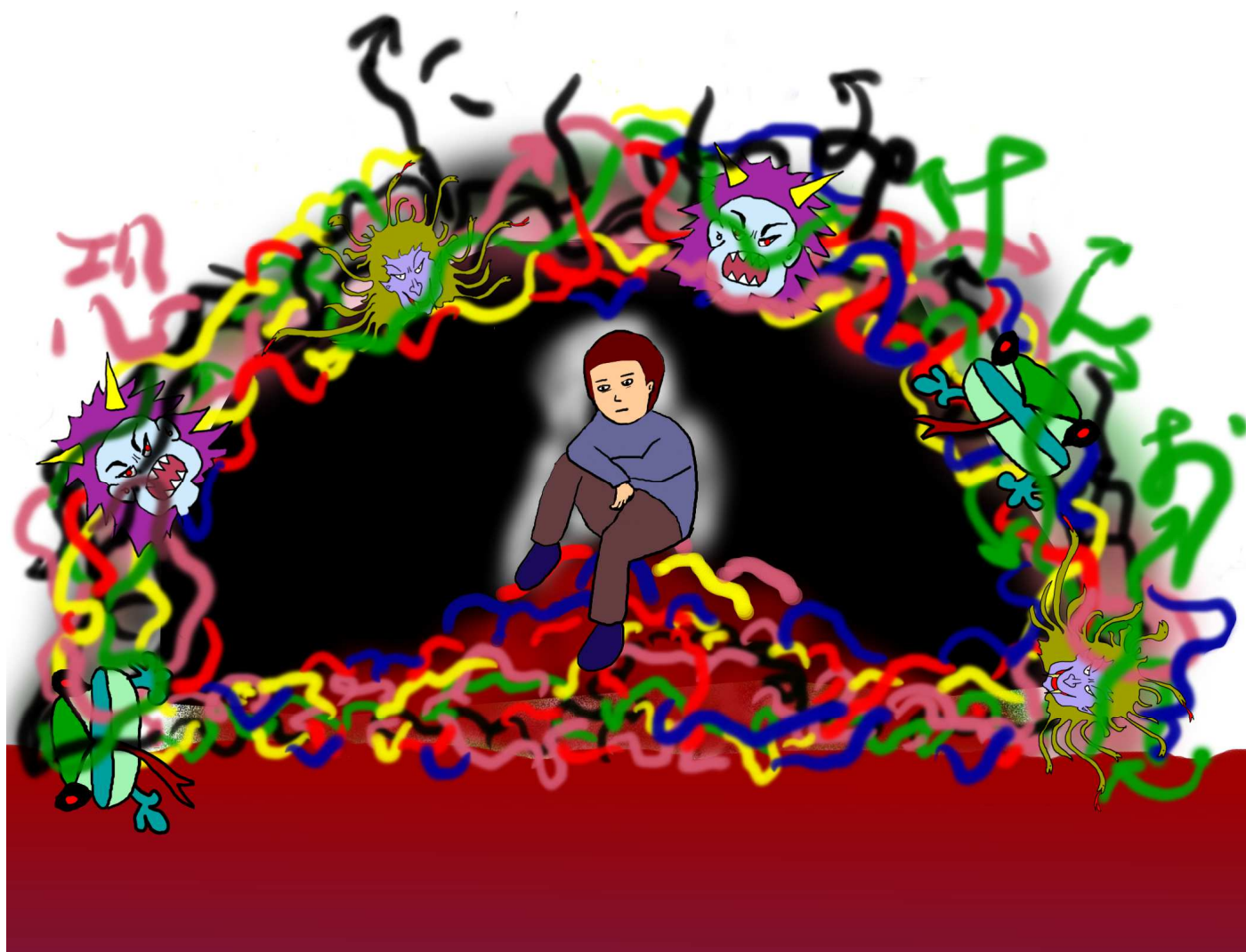


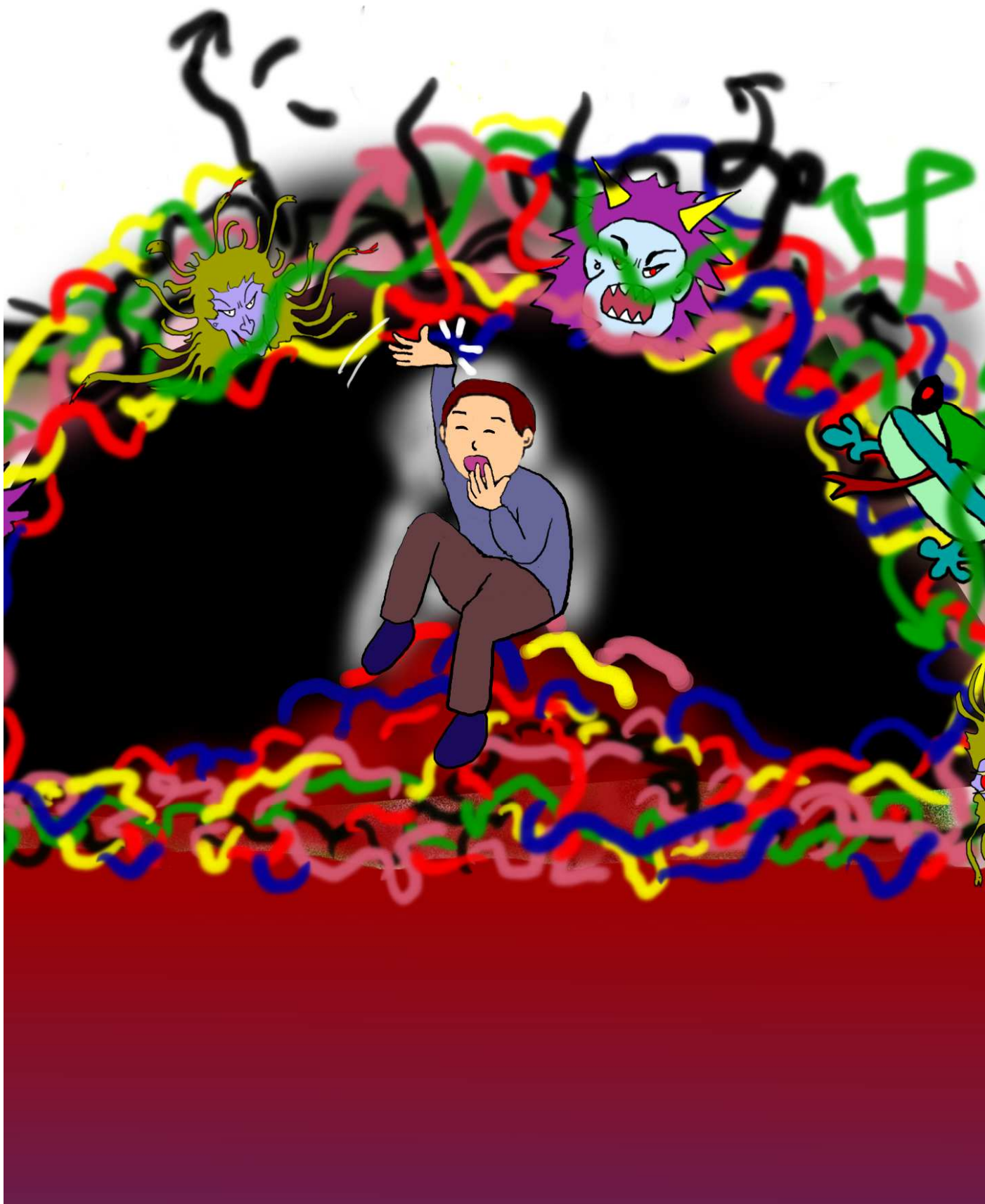
おやまあ！ 現実を認める別の自分が、
心の底から出てきちゃいました。こん
なに厚い壁でも、まだダメだったんで
すね！

もっともっと厚くて頑丈な壁で、上下左右、全ての方向を囲みましょう。幸いなことに壁の向こうはもう見えません。見えなければ、想像するのはとても簡単です。・・・ほら、壁の材料を無限に作れるでしょう！？

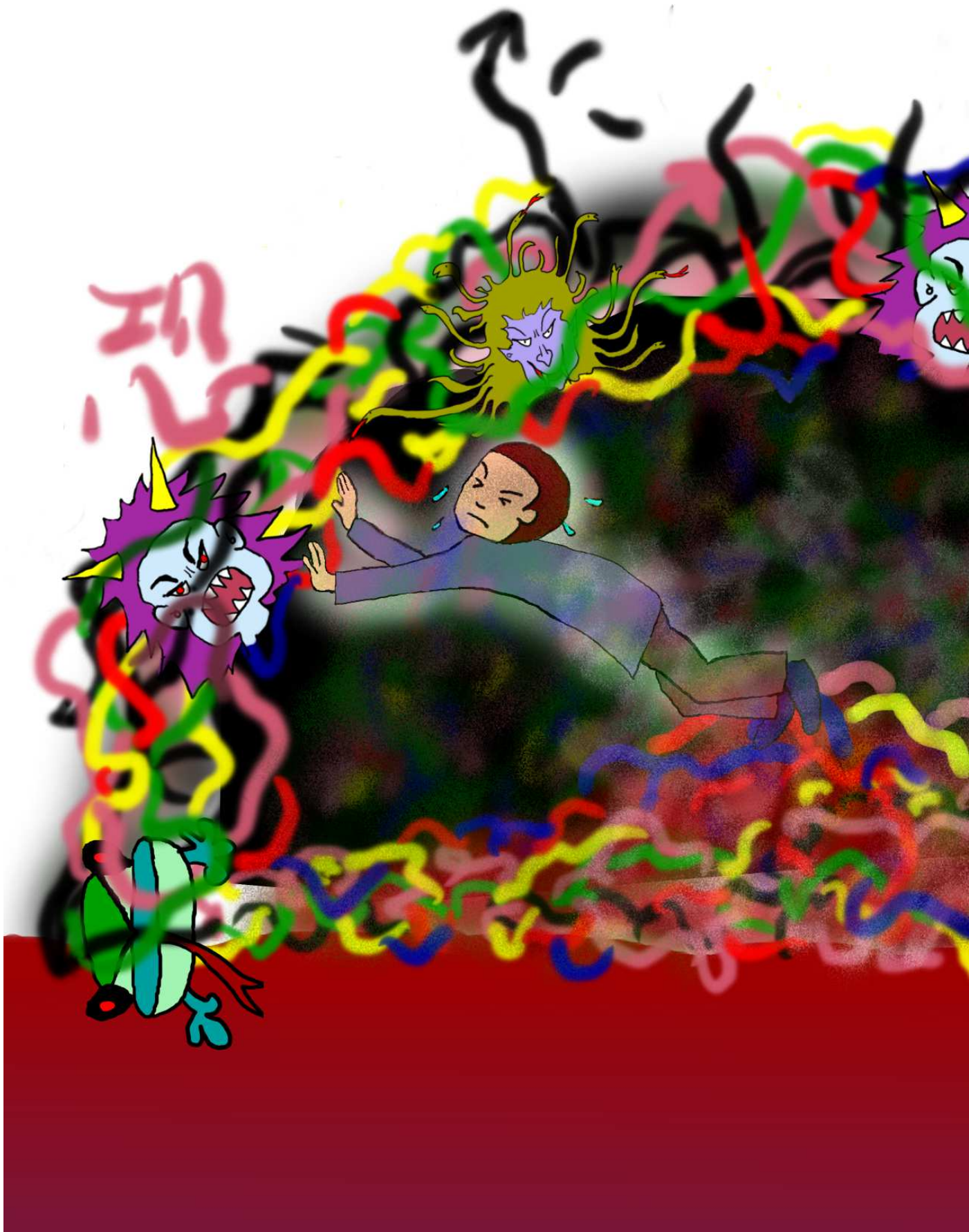


さあ、今度こそ、もう大丈夫です！・・・でも、なんだか狭くて、暗くなっちゃいましたね。それにとっても、静かです。

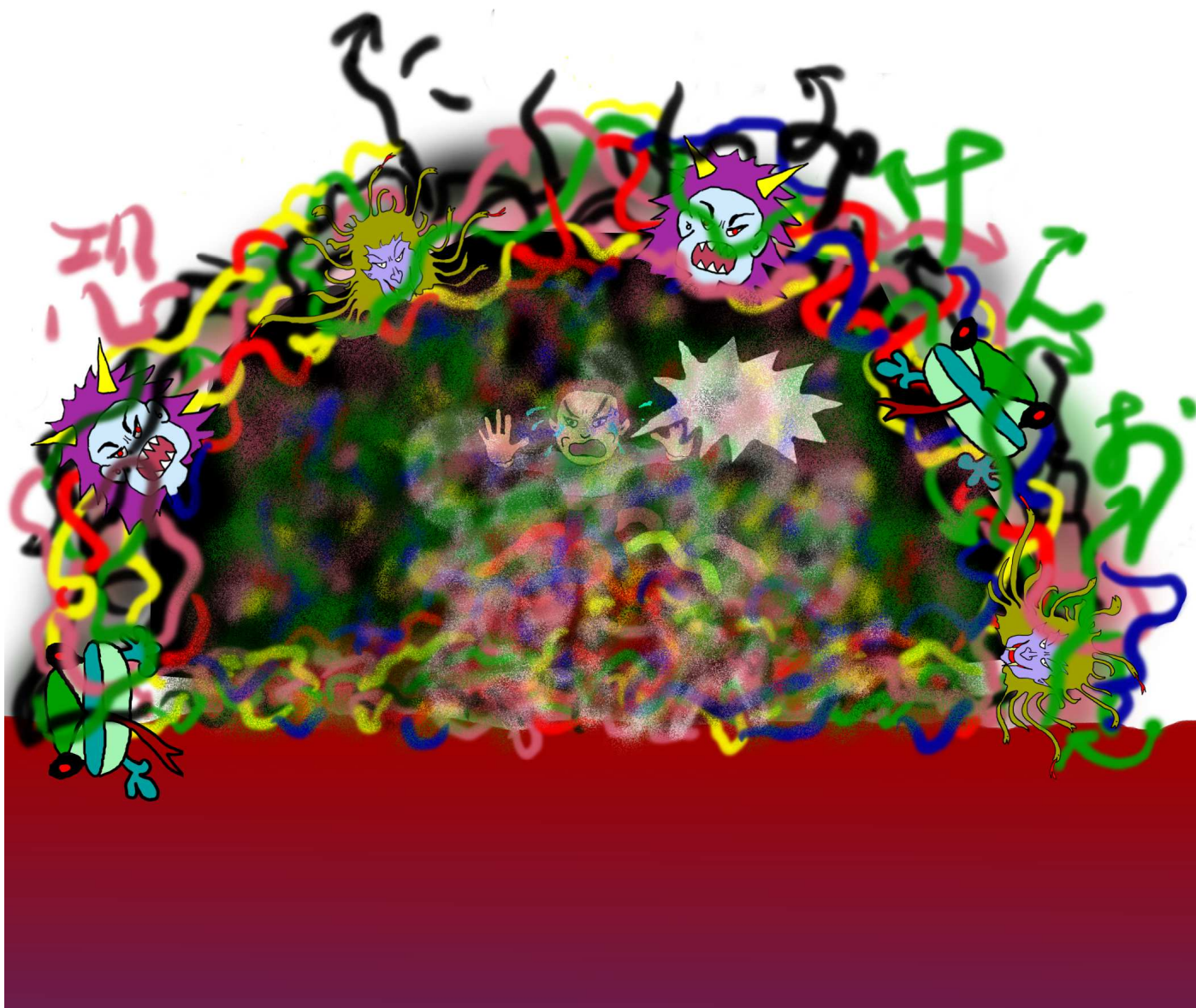


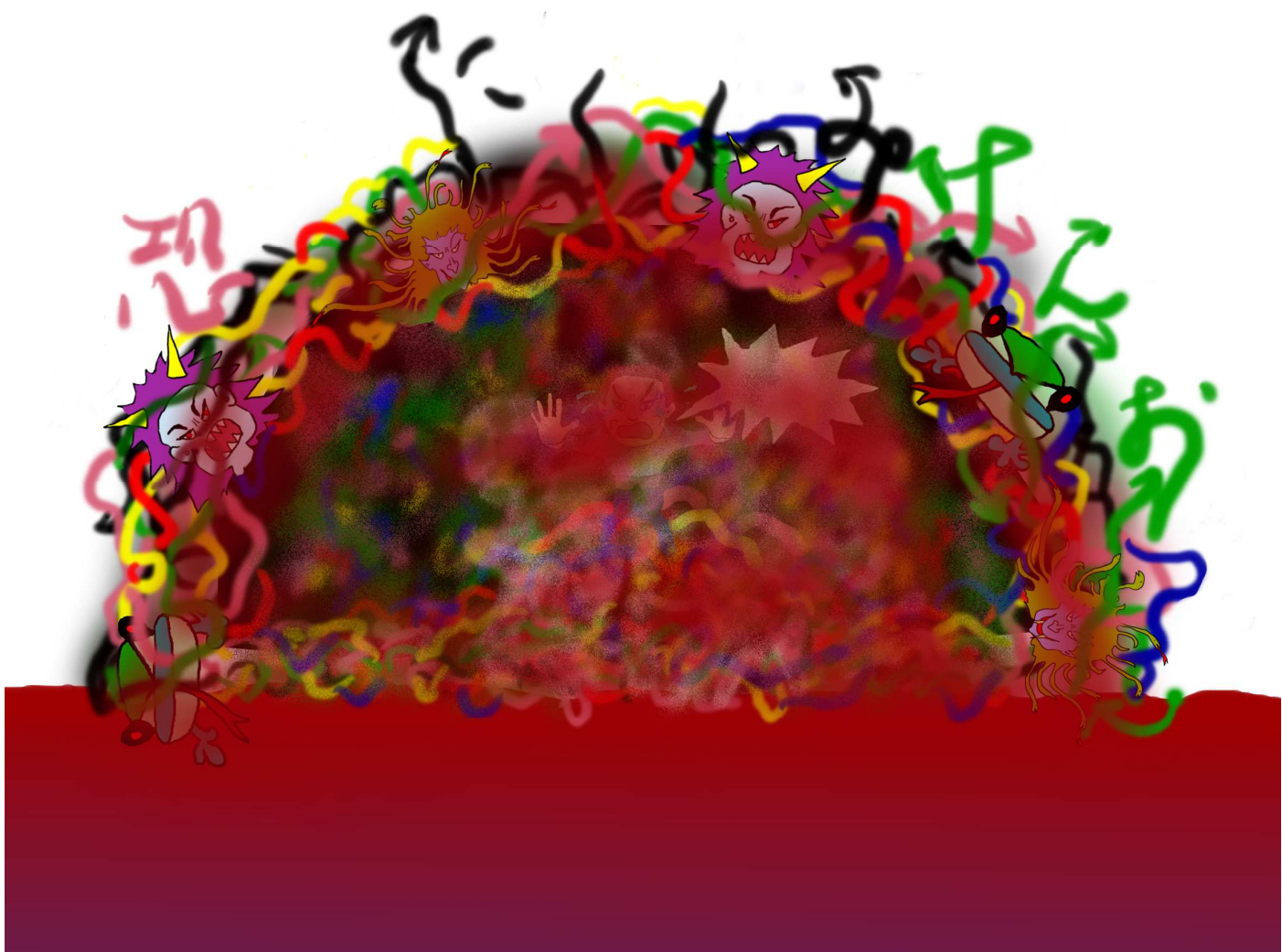


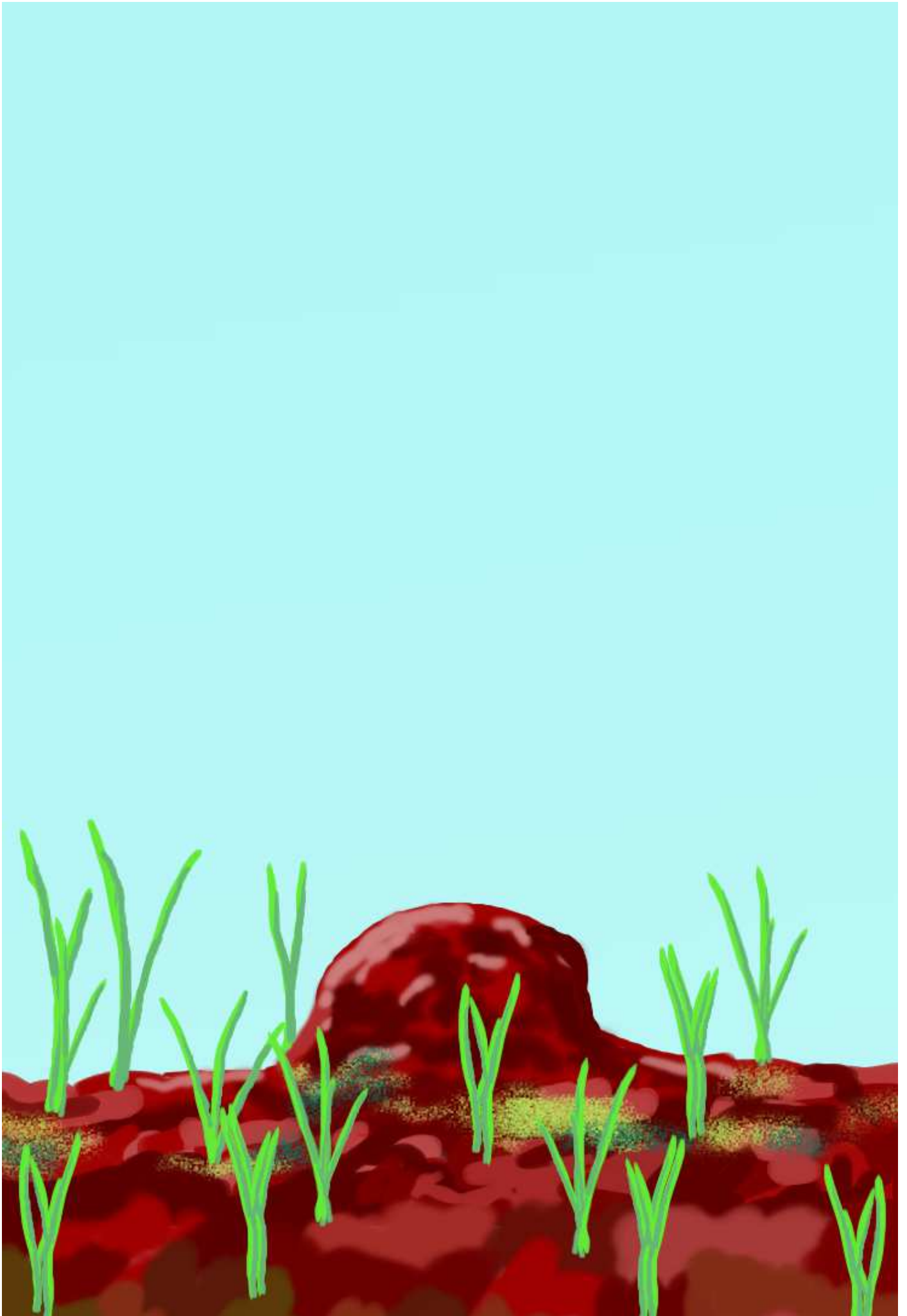












あとがき ー絵本「土の中」

もし、あなたがこの絵本に共感されたなら、出来るだけ多くの方に、読ませてあげていただければと思います。

本絵本は、自由にコピーして下さって結構です（商業出版はじめ金銭的な授受を伴う場合を除きます）。また下記WEBからは、東郷潤の他の絵本やメッセージをダウンロードすることが出来ます。

www.j15.org

©Jun Togo 2010