



●自立した大人となる

FFJ刊「愛されたい妻と尊敬されたい夫」(エマソン・エグリッチ著)は、男女の違いに焦点を当てるものだが、本書は性差に関わらず、夫婦それぞれがまず自立した大人となること、大人になれて初めて二人がひとつとなるのだと強調する。どちらも、「相手を変えるのではなく、自分が変わることを鍵だ」という点で一致する。

第一部「境界線を理解する」は入門編。前2作を読んでいる人にも復習になる。「種まきと刈り取りの法則」「責任の法則」「力の法則」など十の法則を結婚生活に適用しながら説明する。第二部「結婚生活に境界線を築く」は基本編。サブタイトルの「夫婦をつなぐ境界線」は、一見矛盾して聞こえる。「境界線は、つなぐのではなく分けるものではないか」と。

しかし、夫婦がひとつとなることの必要条件是、二人の大人がいることであり、大人とは自分自身の感情、態度、言動の「所有者」としての意識を持つことだ。それができず、他人の問題の責任を肩代わりしたり、本人に責任を取ることを求めな

いことが「共依存」であり、それが諸問題の源になると著者は言う。

●自覚していない問題

第三部「結婚生活における衝突を解決する」は応用編。個人的には、第13章「六種類の衝突」の中の「自覚している問題と自覚していない問題の衝突」が有益だった。

「ほとんどの衝突には、正しいも間違いもありません」(287ページ)

「互いの行動について、気づいたことがあれば指摘し合ってください、あらかじめ同意しておきましょう」

「問題を指摘されたら、心を開いて耳を傾けましょう。自己防衛的になってはいけません」(327ページ)

「心を開いて耳を傾ける」自分分はこれができずに、無自覚でいた悪い癖を妻から指摘され、驚き、怒り、反発し、ガードを固め、弁解を重ねた。しかし頭を冷やしてから、しぶしぶながら努力したことで、変えられた点もあったのではないかと思う。

子どもの扱いも、テーブルマナーも、衣類の整理も、そして口の利き方も…。これは、「お互いさま」なのではないか。

●生活習慣病

問題の渦中にあるカップルもさることながら、「我々はうまくいっている」と思っている人も油断はできない。

「結婚がいかに壊れやすいものであるかを自覚していないと、二人の関係に侵入者を招き、さらなる問題が起こることがあります」

「互いに対して肯定的な感情を持つているため、二人の関係は大丈夫と思ってしまうこともあります。このような考えは幼稚であり、結婚というものを甘く見ています」(268ページ)

治療が必要だが、予防も大切だ。医療の世界で「生活習慣病」というものがあるが、結婚生活に起きる諸問題も、まさしく生活習慣病と言えるだろう。自分の習慣には気づきにくいから、このような境界線の原則をおさらいすることは、自分を見直す

チャンスである。

著者が接した夫婦の模範例も、そうでない例もふんだんに盛り込まれている。「ハロルドとサラ夫妻は」「フランクとジュリアも」などなど。著者の臨床経験の豊富さを物語るものであり、読者は自分の身に置き換えて理解しやすい。

「境界線」の根拠は聖書にあるが、焦点が夫婦問題の解決なので、信仰がない人でも抵抗なく読み進めるだろう。

編集上の提案をさせてもらえぬなら、「もくじ」は章のタイトルのみだが、章内の小見出しも含めていただけると、内容を短時間で一望するのに役立つ。400ページの厚さを見て通読をためらう方でも、小見出しを見て興味を持ち、内容に引き込まれるのではないだろうか。



クラウド&タウンゼント博士の

『二人がひとつとなるために～夫婦をつなぐ境界線～』

既刊の「境界線(バウンダリーズ)」(地引網出版)および「聖書に学ぶ子育てコーチング」(あめんどう社)に続く同著者の「境界線」シリーズ第3弾。原題の直訳は、「結婚における境界線」。

(著者は臨床心理学博士、カウンセラー、講演者)

前2作と同じ経験豊かな訳者による読みやすい作品です。