

「回忆南京 2009」的尝试

笠井绫、MA、MFTI

加利福尼亚统合学研究所 东西方心理学博士课程

1. 寻找自我同一性之旅

和祖父窝在炕桌边，我曾这样问过他：“爷爷，你在战争中杀过人吗？”祖父回答说：“哎呀，都是陈年旧事了，谁还记得啊。”当时还是小学生的我就想：“战争真的是都被遗忘的陈年旧事吗？”我猜想奶奶可能会记得，但奶奶一点不知情的样子回答我：“没听过啊。”无奈我去问父亲，得到的回答却是：“战争时期也是有可能的吧。”谁才能告诉我事情的真相呢……对此我很是不满。我只能从学校、媒体、书本还有家人那边得到了零零碎碎不成系统的信息。无论相信哪一个我发现都会碰壁。墙壁之外，正是将战争定义为“遥远的过去的事情”的日本的沉默，祖父的沉默。

2003年，戏剧疗法大师阿芒德·沃卡思在 *Healing the Wounds of History*（“抚慰历史的伤痕”。以下略称 HWH）的一个环节、重演剧场“*Speaking with the Enemy*”（与敌人的对话）中，我和伊斯兰、黎巴嫩、韩国的年轻人站在一起，以故事的形式提供了我继承到的战争体验。我一直听奶奶说的原子弹爆炸的经历，当时我对自己说“现在就讲讲听奶奶讲这些故事长大的你的体验吧！”参加者听完我的故事之后，就如同绘出我心中的体验一样，演了奶奶牵着我的手带我看只剩下瓦砾的广岛的情景。当时，我体会到了从未体验过的被爆第三代的悲伤，眼泪止不住的淌下。当我感受到全场人员都理解我的悲伤并和我共同感受着，我不禁说出了自己的想法。“虽然广岛因战争遭到了重大的灾难，但日本人给亚洲各国人民带来了深重的苦难。作为一名日本人，请允许我在这表示深深歉意。对不起！”活动结束后离开前，10多个亚洲人来到我身边。韩国人、中国、菲律宾人，大家都眼中含泪，抱着我说“谢谢！谢谢！”。我第一次明白，虽然只是某一个人用心真诚地说一句对不起，却能带来这样令人置信的治疗效果。这个治疗指的是不为政治、教科书、媒体左右，心灵深处相连的感觉。我得以从“在庞大而沉重的历史面前我不过是渺小存在”这样的无助感中脱离出来，并且认识到，就算是渺小的我，也有我可以做的事情。

通过 HWH 的训练和集体活动的尝试，我得以意识到自己作为被爆者第三代的自我同一性和继承到的哀痛与悲伤，于是，小学时的那个疑问又回来了。祖父参加战争的其他国家的年轻人，他们又继承了怎样的哀痛和悲伤呢？旅居国外期间在和亚洲友人和学生的交流过程中，我偶尔能够窥见那些伤痕。那究竟是不是能够治愈的日本和亚洲的战争伤痕呢？我只能用自己的眼睛去看。

2007 年我有幸参加了在南京师范大学举行的以“反省过去，共存未来”为主旨的“回忆南京”国际会议。亲耳倾听幸存者的证言，参加中日历史学者们相互证实历史的学会并自己去思考，并且探访屠杀的发生地，我得以亲身体验了那里的气氛。在那里，我不是通过教科书或者媒体，而是得以自己去看并感受，在深不见底的悲伤中我感觉到了一股沉静的压抑。中国人都那么温和，在他们的守护下，我得以在纪念碑前将我的祈祷献上，并且表达了发自我内心的谢罪的心情。

会议期间，我一直随身带着祖父战争期间拍的照片。和中国学生一起走往历史学会的路上，我给他们看了那张照片。学生们将穿着宪兵服的祖父的脸和我的脸比较后，他们的脸上露出了复杂的表情。看得出来，他们无疑对日本兵有的只是模糊的印象，他们困惑的是如何把那个印象和眼前的我联系起来。其中一名学生对我说：“我是承德人。”我问他有没有听过关于日军在承德的见闻，他想了一会才很犹豫的跟我说：“听说当时的日军因为困于没钱，所以到我家那边的农村来卖麻药的。”因为我的一张照片，我和他们的距离一下子缩短，在一起谈了很多。之后我收到了那位出生承德的学生发来的邮件。“希望您有空来承德，我会给您做向导的。我们一起去您父亲出生的地方看看吧！”信的最后写着“能有机会认识你们，真的很感谢主的安排”，我再次泪水盈眶。我猜想当时他一定有很多话想和我，而没有说出口吧。

会议讨论的时候，历史专业的中方学生对我说的事情还历历在目。“对于日本侵华这件事，我并不愤怒。当时的时代背景下，把中国作为侵略目标的国家太多了。我甚至认为发生战争也是没办法的事情。我认识的日本人都很亲切。那些日本人为什么会在战争中会杀害一般市民和唯命是从的俘虏？为什么会用残忍的手段强奸妇女，屠杀儿童呢？我只是从人的角度想弄清楚这个问题。因为如果不弄明白这个问题，人类就会永远继续这个错误。”这位学生不问责我们，而是以

人的角度一起思考的真挚的诚意深深打动了我。怎么都无法想象慈祥的祖父杀人模样的我和这位学生，我们想寻求的答案其实本质上是一样。对因为担心被问责而一直害怕访问南京的过去的自己感到羞愧，而会议很快就结束了，我们好不容易开始相互坦率交谈却马上要分开，我觉得万分可惜。一同和我度过那段时间的中国朋友们真的非常可爱，我热切期望还能再访南京，重续我们未完成的对话。

2. Healing the Wounds of History 的目的

HWH 是由戏剧疗法师阿芒德·沃卡思开创的。他的父母是犹太人大屠杀幸存者，犹太人被屠杀的心理创伤影响到了第二代、第三代，而第三帝国的后代则心怀着加害者子孙的伤痛和罪恶感生活着。这个治疗方法作为由此打开两个民族的心结，以各自未来为目标进行和解及和平教育的方法发展至今。沃卡思说：“如果在共同体中没有表达出对历史事件的愤怒和悲痛，那这些感情就会像亡灵般影响我们的生活方式，民族间关系及共同体的健康发展。”（2002，2003）

这个方法首先运用表达性艺术疗法和戏剧疗法等技法，在 25 名左右的较少人数中进行对话，之后举行以映像、表演、艺术、仪式为媒介的大型公开活动。其目的在于，通过把少数人心中的深层经验和更多人分享，来向大家表明像这样的治愈形式是可行的。再现剧场和制作纪录片等都是有效方法之一。

笔者以沃卡思的翻译身份、或有时作为会议主持参与了于加利福尼亚、京都、广岛等地进行的 HWH 的尝试。其中浮现出来的是日本人心中还尚未被完全感觉到，以及没有完全表达出来的过去战争的伤痛和折磨是真实存在的。只有用整个身心和整个灵魂去感受它意识它，然后被接受包容并得到共情，才有可能真正感受别人的痛苦。人只有在和他人的关系中才能学到共情和关怀。美国对投下原子弹的历史的处理方式在笔者看来，既伤害了人也救助了人，但最终作为广岛原子弹被害者的意识还是很强烈的。尽管如此，在 2003 年的再演剧场中，我能够边叙述原子弹爆炸被害的故事边从加害者的立场思考亚洲人民的所受到的伤害，是因为对我而言是加害者的美国人，正是他们包容了我的悲伤和愤怒并和我一同感受了这些情感。通过感情被他人包容，进而自己也能够接受。令感情逐渐转化从而触发新的感情是很多心理治疗的原理，而这和心理治疗师的关系及团体治疗的过程是相重合的。这个共情的力量是我们人类本身拥有的自我治疗的力量，给人类这个团体提供了一个引出其共情力量的机会，并创造了共情文化。可以说这

就是 HWH 的最大的目的。

3. “回忆南京 2009” 的尝试，活动流程和考察

2009 年 10 月 7 日至 10 月 10 日，在南京师范大学用 HWH 的方法举行了“回忆南京 2009 ~ 因战争引起的心理创伤的世代间连锁与和解修复的尝试”。HWH 不拘泥于特定的技法，为促进治疗历史伤痕的六步骤（1. 冲破禁区、2. 互相确认人性、3. 观察人类本身的残酷性、4. 分享悲哀、5. 共同的仪式、6. 转化、创造）的进行，活动主持根据场内情况提供合适的方法。这次尝试也是这样。虽然计划好了大致的内容，但是用哪种技法则由企画者临机应变，边商量边决定。下面我将记录下的活动流程，并以现在为止收到的参加者感想为基础从日方参加者及活动主持的视点进行考察。

10 月 7 日 活动第 1 天

上午：研讨会：

张连红、村本邦子、杨夏鸣、阿芒德·沃卡思演讲和来自 2007 年度参加者（陈新兴、董天艺、渡边佳代、笠井绫）的报告。重新佩带上名牌，含翻译在内的 26 名参加者各自做了自我介绍。

事前：将全体参加者每人 1 页的自我介绍（含：参加动机、和二战的关系、留言）制作成册子给大家浏览，每个人的个性和经历已初见端倪。因为有这一步，可以把册子上的自我介绍和具体人物联系起来，可以说已经开始形成一个令参加者安心的空间。另外，设立这个空间还有其他的目的，例如将 2007 年的成果报告和本次活动联系起来，通过至今为止的经历和 2007 年的参加者发表个人体验报告，由此对参加者的转化过程起到促进作用等等。日方参加者大多是来自心理学和心理咨询等领域，而中方则有来自心理、历史和语言等多种领域的参加者，他们基本上都是第一次体验戏剧疗法、表达性艺术疗法和 HWH。因此，这次活动，这次尝试的目的在于用语言解释，以及让大家能对战争的世代间心理创伤的心理治疗过程再次有所了解。从自我介绍开始，参加者就对历史与心理的关系表现出非常大的兴趣和想学习新事物的真挚态度。另外 2007 年的中方参加者还详细记得日本人参加者的言语和动作，并将当时的情感变化在报告中与大家分享，这令日

方参加者非常感动。

下午：参观纪念馆、使用艺术疗法的治疗过程和分享

在第一天的下午设计这个环节的目的在于学习纪念馆提供的史实，意识到日中参加者在知识上的差距，另外在参观中感受并意识到自己的变化，从而在第二天开始的工作坊中找到双方共有的主题。因上午的研讨会比预期大幅延长，先前预定的纪念馆参观时间大幅缩水，变成了1个半小时的急匆匆的参观。很多日方参加者的感想中都提到：“好不容易有机会来了，真是有些遗憾。希望有充足的时间用自己的眼睛看，用自己的心感受。”

另外，大家参观时仍然佩带着上午用的名牌，因此在馆内参观时很介意自己胸前的名牌，感觉到胸中翻腾着的复杂心情。每个人的过程都不同，如虽然出于作为日本人的罪恶感没有摘掉名牌，但是很想把它藏起来；想象着会被众多中国人参观者寻仇而感到恐怖；体会到作为日本人来参观的意义而决定不摘下名牌等等。另外中国人、日本人参加者都出现了发现无力、反胃、头痛等身体反应。

参观结束后，大家在馆内的广场上组成中日混合小组，用画纸和蜡笔表达各自的心情或眼前浮现出来的情景，之后相互进行交流。小组一起绘画的时候，很多一般参观者都停下脚步，很好奇地围过来看。孩子们也跑过来参加，看起来就像是在共同作业，进行公开艺术表演一样。在室外的太阳、风、水、绿色的包围中，有孩子们参加的艺术工作坊给人温暖和希望，周围的人们守护着我们，他们见证了我们的到来。但另一方面，参加者组成的团体在第一天，团体的安全性尚未形成的阶段，成员中也有人对这预料之外的公开表达出不安和困惑。而作为主持者，应当优先确保团体的安全性，今后会重新考虑安排上午参观，下午回到会场进行工作坊。另外，活动的后半部分中加入一些集体艺术表达环节也非常重要。

10月8日：活动第2天

上午：HWH 工作坊

热身练习：

站成圈，

名字和动作 用名字和动作表达现在的状态。一个人表达后全体一起模仿，促进共情。

雷声传递 将每一个人表达出来的声音和动作像波浪一样传递。促进更自由、更自发表达。

想象接力 好像真有这样东西一样交给下面的人，从而不知不觉间习惯了表演。小鸟、瓢虫、火柴、金鱼缸里拿出来的金鱼等等。

声音球 一个人扔给另一个人发出声音的球后，接到的人一边模仿那个声音表示接下这个球。接下后发出新的声音的球向别人投去。然后球的数量也增至 2 个、3 个，让大家发出各种各样的声音以促进积极的沟通。

这边到那边 用演技和动作，以自己喜欢的方式一个接一个从房间的一角走向另一角。用更长的时间自发、自由表达的同时，得以逐渐习惯在别人面前表达自己。

从这里到那边（2 人小组） 2 人一组，在不商量的前提下即兴进入表演，边表演边从房间的一角走到另一角。通过和他人共同想象来促进 2 人之间的即兴性。

围成两重圈：

30 秒剧场 和自己的同伴在 30 秒之内扮演规定的角色。通过扮演警官和违反交通的司机，被惹恼的校长和小学生，在公园里认识的害羞的 5 岁小孩，没写一个字的电脑画面和截止日就在眼前却挤不出半个字的学生，钓鱼人和鱼，减肥者和蛋糕，骑士和龙等角色，促使大家用想像力和幽默来表演“加害者和被害者”“敌人”“力量关系”“矛盾”“不自然”等，尝试在对话和和解的过程中浮现出的这些主题。另外，因为大家一起扮演角色，所以不会那么害羞，可以引出大胆、即兴性和童心。此外也逐渐进入事物和动物也会说话的童话和幻想世界里。

台词练习

将规定的台词以不同的语气重复。

“想要呢” vs “不行啊”

“对不起” vs “你太过分了”

到此为止，参加者大概都会因为第一次体验而感到惊奇。如日本和中国、东方和西方表达方式的不同，身体使用方式的差异等。但刚开始时僵硬的身体表达渐渐出现幽默感，如同回到儿童时代般全身投入游戏的状态。目的在于在两人小组的活动中，感受到相互都有游戏心态和孩子般的童心，就算语言不同也能通过表情和动作交流，身体游戏的时候甚至可以格斗和吵架。用规定的台词表演的工作坊中，重复“你真过分”，“对不起”的时候，感到非常难过，“虽然得不到原谅，但是道歉之后觉得心情舒服很多”等，参加者开始注意到离主题接近的感情正在

涌现出来。

社会之圈

站成圈，根据主题一个人向大家说一个符合自己情况的事实，认为自己也是这样的人向前跨一步围成圆。大家相互确认目光，确认大家都有这个共通点的事实。

父母直接和战争有关联的人

祖父是士兵的人

从祖父母那里听说过关于战争的事情的人

直接从战争被害者那里听到过战争体验的人

觉得自己也受到战争影响的人

对于南京的悲剧感到愤怒的人

被害和加害两方的自我同一性都持有的人

我叫～。我是～人。（自我同一性的工作坊）

中日方参加者在全体面前说出自己的名字还有国籍。在大家的前面，说出“我叫～。我是～人。”体会涌现上来的心情和感觉。像公开采访一样主持者展开工作坊。重复说几次时，或用不同的语言陈述时心情的不同等等。这次有1名日本人和有日本在住经历的2名中国人在两国参加者前面和大家分享了他们复杂的心情和在南京这块土地上第一次感觉到的自我同一性等。即使习惯单独将自己展示给别人的人都需要很大的勇气，因此第一次参加的人可能很难举起手来。有人边观看工作坊的进行，边在自己心里构思如果是自己的话会说什么。但如果能有时间分成小组，全体成员都能在小组中体验的话，效果会更好。

信息地图（自我同一性的解体和构筑）

我们的自我同一性和相互之间对中日两国的印象，通常是从家人、学校、友人、地区社团、媒体、因特网、政府、书籍等得来的信息而形成的。从哪里得到了什么信息，如果通过地图的形式画出来的话，就可以被解析。另外，大家一起再现了一个参加者的地图，通过参与这个人的地图制作而促进了共情的理解。这次以一位日本人的地图为例作了再现。通过这样的再现，他所处的状态和周围的信息环境就会一目了然，才有共情的可能。这位参加者说，通过信息地图和其他参加者的距离得以飞跃性地缩短了。由一直都很茫然自己是谁的“日本人中的一个”，到拥有充满自己个性的故事的“M”，团体的认识发生了很大的变化。

下午：HWH 工作坊

继续自我同一性

中午大家都各自填好信息地图，为了了解中国人的自我同一性，更深入地进入个人故事，我们决定开始其他的相关练习。

首先分成小组，和大家分享让自己初次意识到战争主题的事情，以及让自己意识到日本人或中国人的自我同一性的故事。因为到现在为止连一般内容的谈话时间都很少，因此我们决定延长时间，这样不仅限于规定的主题，小组成员可以自由引出各种各样的话题进行交流。有几个小组分享了每位组员的信息地图，很多参加者表示因此相互间的距离得以缩短了。

之后，因为上午是日本人向大家展示了自我同一性，因此下午想让中国人展示自己的自我同一性，于是由两位参加者将他们在小组谈话中说到的故事在大家面前以即兴剧的形式进行了再现。第一名参加者 R 分享了他小时候在乡下流传的有关日本兵的故事。他说自己小时候觉得日本人很恐怖。在想象中还是孩子的 R 如果面对令人恐惧的日本军人说话，他会说些什么呢？三名参加者扮演孩子的 R 一起共同感受，也表达了对伤害了村里人的日本人的抵抗情绪。

第二位参加者，华的故事里讲了被日军强奸的村里的婆婆和华之间看不见的墙壁。三名参加者扮演看不见的墙壁，另一名扮演婆婆的参加者也加入剧中。不少参加者感觉到想接近却无法接近的悲伤，对暴力的愤怒，对强奸经历、战争体验被歧视的愤怒，在婆婆的沉默中超越世代传达给后世人们的痛苦和悲伤，和华一同感受落下泪来。华在这个剧中拥抱了婆婆。在现实中没有实现的，在剧中得以实现了。

这两个短剧和在纪念馆的见闻有所区别，是反映站在眼前的同世代的年轻人实际继承到的战争心理创伤的故事，在日本人参加者的心中引起了强烈反响。两个都是小时候的事情，所以战争造成的心理创伤传达给孩子，会不会对他们造成不良影响，还有想起自己也在很小的时候继承到战争心理创伤，而意识到自己正是因此而形成了对其他国家的看法。主持通过中日、中英、日英的六方翻译的即兴短剧过程中出现了一些困难，要顺利交流的话今后还需努力。这一天的即兴短剧的分享在时间允许的前提下进行到了最后。有日方参加者因感受到对受害者的

愤怒，作为加害者的罪恶感，还有因强烈感受到加害者自我同一性而非常痛苦。同时这也是非常自然的反应。和仅仅日本人通过学习历史或者通过媒体或书籍而单方面得到信息不同，涌现出来的心情的另一头有和我们分享了经历的另一个国家的伙伴。这一天，日方参加者在分享时间和工作坊结束后向中方表达了自己的心情，在参加者的记录中提到了因为用心对话而令人温暖的场面。与此同时，大家也对因时间不够而没能在工作坊促进这个重要的过程表示遗憾。

10月9日：活动第3天

上午：幸存者证言

使用身体进行了短剧练习的热身之后，我们有幸邀请到幸存者常志强给大家做证言。为了让他了解这次发言的对象，首先由参加者做了包括出身、专业、名字在内的简单的自我介绍，然后坐成圆圈而坐。通过翻译，常志强翻出九岁时的记忆，流着泪在两个小时内和大家陈述了超越大家想象的遭受过的残忍经历。参加者都非常想把自己的感受告诉给常大爷，而常大爷也有强烈的愿望和年轻人交流，因此他和大家一起度过了包括午餐和休息在内的一小时。每个人用一分钟左右表达了自己的感想。常志强听了大家的感受，又和全体参加者握手，并谢绝了大家因担心高龄的他的健康而叫出租车送他回去的好意，独自搭公交车回去了。

下午：人体雕塑

因有较多位参加者反映“身体发沉”等身体症状，所以我们决定将下午剩下的时间用来进行活动身体的环节。按照沃卡思的指示，“我们听了幸存者的证言，也感受他所感受到的。现在我们把自己想象成和他一样受到战争心理创伤的9岁孩子。一定有很多痛苦的场景出现在我们脑海中。但是我们的目的不是给大家造成二次伤害。他告诉给我们的事情，以将它消化并统合为目的，一起把它表达出来吧！”参加者被分成中日混合、4～5名的小组，每个人都成为雕刻家，将自己心中的感受、场景、印象深刻的场面让小组成员用身体附上台词和姿势表达出来。每个人都用雕刻来表达，并各自给雕刻赋予标题。事先还安排进行了排练，以便各自记住动作台词，发表时雕刻就像幻灯片一样一张接着一张在舞台上展示。最后，二十多位参加者按照小组顺序，每人将自己创作的人体雕刻，一个接一个像仪式一般在大家的面前再现。整场表演看起来犹如在阅读一本用我们内心的东西创作出来的壮大的战争绘本，我认为它正表达了大家听完证言后超越语言的感

受。

谈论战争经历无疑是非常痛苦的，但是陈述人自己却无法得到治愈的情况也很多。例如常见的战争经历的证言，幸存者在脸都看不清的众多听众面前，只陈述自己漫长人生中经历战争的部分，说完以后往往就默默地离开了。广岛原子弹爆炸幸存者中有一位证人曾说：“每次给修学旅行的学生作讲座，我都是服了安眠药才去的。”最近关于脑和心理创伤关系的研究表明，人在面对恐怖时我们的大脑负责将个人经历转换为语言功能停止，而其他感觉相对变得敏感的状态下储存信息，因此关于恐怖的记忆不是以语言，而是以身体的感觉和印象的形式复苏的。另外，受害人每回想一次，当时的悲惨感受就会得以渐渐复苏。既然陈述给陈述者带来了如此痛苦，听者就应当努力注意倾听的方法，至少使陈述过程能起到一点治愈的作用。而倾听方面的经历又应当如何处理呢？“倾听”作为和平教育的一环，一直得到重视，但是要让无战争经历的年轻一代有所收获的话，单靠倾听是不够的。由于战争经历过于沉重，倾听者要么被压得承受不了，要么则认为那是“和自己无关的过去的事”，让自己与之保持距离。要使自己能够共同感受别人经历的超乎想象的悲惨的战争体验，并作为对自己有意义的东西来接受，无论是任何年龄的人都需要消化和统合的过程。倾听者的“恐怖”、“悲伤”等反应也应当作为“共情力”而被包容。而通过心灵和身体感受别人的故事，从而意识到涌上来的各种感觉，“和自己无关的过去的事”就会慢慢转变为“有意义的重要的事”。我们希望通过第三天的活动能够使大家体验到这个过程，而参加者也表示能和幸存者握手，表达自己的想法也对自己起到了正面作用。在他们的报告中还提到在之后的活动身体环节中感受到快感、开放感和表达的自由，也用心灵和身体体会到了其他成员的感受。幸存者常大爷说，“能和大家交流真是太高兴了！”我们衷心祈祷通过和我们的交流，他的痛苦能暂时得到一丝缓解。

10月10日：活动第四天

上午：追悼仪式

追悼仪式在长江岸边的燕子矶纪念碑举行。本来追悼仪式应该由参加者一起商量而决定追悼的方式，但由于时间有限，最终由三名企画者商讨之下做了提案。首先，由中国人和日本人各一名一起走到纪念碑前献花，献上追悼的祈祷，相互

作证。之后先由中方，再由日方各自献花，进行追悼。仪式也对一般市民公开，希望他们看到参加者追悼的身影，这样能对我们的团体起到一定的促进作用。之后大家在公园内随意散步，有人拍照留念，有人和普通市民交谈等。

全体参加者真挚并且肃穆地参与了追悼仪式，并以各自的方式表达了悲伤、追悼和谢罪的心情，为牺牲者的冥福祈祷。在杀戮发生地举行追悼仪式，无论是个人还是团体都重新感受到了很多。中方参加者说，看到日方流下泪，表示哀悼、谢罪而感动，不由得一起流下了眼泪。在中方参加者的活动回顾中也提到了路过或者远远看着自己的一般市民的感动。还有日方参加者在感想中写到走上阶梯的过程就如同中国和日本的结婚仪式一样。日本人中的几名参加者说，在散步的时候开始体会到身处历史的现场和来到南京进行工作坊的意义。有些东西是只有在这里才能感受到的，是这个地方引导着工作坊的进行，从后面推动着我们前行。给我留下深刻印象的是，追悼仪式结束后的散步时间，参加者的表情都非常明朗，非常稳定。连只有这一天和我们同行的摄影师，原本在一起乘大巴时神情肃穆，之后在交谈中向我表达了他的感动。

下午：统合和回顾，活动评价

粘土雕刻美术馆

回到南京师范大学会场后，我们进行了粘土工作坊。一边捏着、抚摸粘土，一边回顾这四天的体验，各自将回想起来的印象以及即将被带回去的印象制作出来，放在绘画用纸上，写上标题，将会场设置为雕刻美术馆进行展览。通过翻译每个人都向大家展示了自己的作品。

活动评价

坐成圆圈，每个人用一分钟的时间将活动前和活动后觉察到的自己的变化和与大家分享。

最后的短剧工作坊

30秒剧场（2人组）

在水缸里竞争的2条热带鱼

飞机失事坠落在热带雨林中，但互相讨厌对方的两名幸存者

传说剧场

两人一组，先由一个人从“很久很久以前”开始说。根据主持者的指导语轮流说故事，将虚构的故事接下去。之后慢慢地用动作边表演边说故事。

“很久以前一个地方，有一个中国人和一个日本人，他们两人开始了为治愈历史伤痕的旅行。”以这个为故事的开头，用规定好的故事要素编故事，在旅途中遇到了三样事物（桥、龙、住在山里的老夫妇）。

这次在纪念碑所在地的山脚下，出乎意料的，我们有机会和当地的孩子们进行了接触。参加者们就像是在寻求什么似的，一下子被吸引过去的情景，给我留下了深刻印象。我们多么渴望希望和未来，并且希望能守护好新生命。最后的粘土工作坊中很多作品表达了这样的梦想和祈祷，还有超越梦想的决定和信心。另外可能是由于至今为止的活动所营造的确保安全性的氛围的关系，大家的表达变得非常丰富、富有创造性且形式多样。愤怒、价值两面性、战争的普遍性、关怀、无法忘怀的决心等主题中的一部分都被表达了出来。我们意在通过粘土做出形状，来使各种情绪能在个人中，或者团体中得到二次统合。大家都反映这个环节的作业非常舒服，非常快乐。粘土烧制后可以成为陶，沾水后又可以恢复为粘土，回归大地。

在活动评价中，两国参加者都将自己参加活动之前的不安和疑惑，以及之后有了怎样的变化，用率直的语言表达了出来。大家提出了直接对话的意义，对自己所继承的历史性心理创伤的意识，从心理层面研究历史问题的可能性，治愈的可能性，使用短剧和艺术方法的意义等主题。另外，在很多留言中表示自己对对方民族的印象、对历史认识的变化等。具体请参见本册中所附参加者的感想。

4. 今后的课题

回顾我作为主持者的经历，这次是将源自西方的戏剧疗法和表达艺术疗法由欧美人和日本人的主持者带到南京，这或多或少会给中方参加者带来影响。而我们必须通过翻译用日语和英语发出指示让团体行动，这让笔者想起了以西方宣教为基础的殖民主义以及因被日本侵略而被强制学习日语的历史，因而几度陷入矛盾和痛苦。我认为本来就不应该由属于加害方的人来担当和解团体的主持者。举个例来说，由家庭暴力的加害者来主持和被害者的和解是一件非常不合理的事情。但是，身为犹太人的沃卡思说，“从事德国人和犹太人之间和解工作的一直是犹

太人的我。从来没有德国纳粹的后代主动和我谈和解工作的事情。而作为日本人的你们想做和解工作，从而和中方接触，这件事情本身就有着重大的意义。如果德国人能像你们一样率先给我们主持工作坊，是我的话会感到很开心。”另外，在这次的活动的很多场合都体现出艺术表达能超越国界、文化、语言的障碍的普遍性。反过来，每一个都那么真实，作为主持者的我也存在个人无法克服的心的问题。出于以上考虑，除了在尊重上下级关系的文化中必须确保参加者能更自由表达的安全性之外，希望将来能尝试着增加中方主持者。另外，日方主持者需要学习中文，而欧美主持者需要理解东方式的理解和表达方式等课题也亟需重视。各种戏剧练习和艺术工作坊也不能生搬硬套欧美的做法，如果能吸取西方的精华，用中国惯用的表达艺术，或者中国和日本共通的表达方法的话，参加者应该会更自然的投入进来，自由表达。这是作为主持者今后应该摸索的课题。另外，用收集起来的录音、录像、记录等数据资料在各个领域进行发表也刚在起步阶段。日美中应当共同在各自的领域里继续活动评价和分析。

5. 最后

在这里无法把所有的经历都记录下来，而中方参加者的感想也因一部分还在翻译中，所以无法在本稿中全部反映。我仅以现在为止的情况为基础作了以上分析。最后回到日本后，我试着观察和2007年相比自己的变化。2007年的时候，在中国期间不明显但在回到日本后出现了很严重的身体反应。因第一次认真面对加害历史而引发罪恶感与羞耻，甚至在回去的火车上，我有了想回到中国和想让自己就此消失这样矛盾的心情。最终，拯救了我的是和我一起的中国人的善良。我从他们身上感受到的温暖使我从自虐的泥沼中脱离出来，能再次发现他们对我不变的关怀和同情。至今想起来，那对我来说是一次极珍贵的经历。这次我回到日本时又会有什么样的体验呢？

在开往神户的大巴上我的心情非常平静。那是一种作为日本人的骄傲的心情。在广阔而沉重的历史的大海前，我只不过是其中微小的一滴而已，但我确信并骄傲这一滴水有它存在的意义。我感受到人与人之间的联系就好像海水一样。我可以毫不犹豫地承认自己是日本人，这让我很开心。和2007年相比，我又向前成长了一步，带着轻松而自豪的心情回到了日本。但是，这还不是终点，心灵的旅程还会继续。下一次我回国的途中又会有什么样的体验呢？

要说明统合了历史、心理、艺术、和平教育、行为的 HWH 方法是一件非常困难的事。它是用戏剧和艺术的方法将本来用语言就很难表达完全的“心理创伤”、“沉默”、“禁区”引向心理层面的过程，所以如果不实际参加的话可能无法理解。尽管如此，我们为探讨活动事宜而访问中国的时候就感觉到，南京师范大学的历史学家张连红教授从简单的说明和企画书中深刻理解了我们的尝试。在这次交谈中才明白，那正是因为张教授通过至今为止所做的几百人以上的幸存者的调查而亲身感受到战争给心灵造成的伤害至今还确实存在着，幸存者的痛苦还没有结束的缘故。另外，南京航空航天大学日语系系主任罗萃萃担任了四天的翻译，边参加了我们的工作坊，给我们的活动给予了很大的支持，在此向二位表示衷心的感谢。还要感谢在沟通上给予我们帮助的杨夏鸣、黄辛隐、Cathy，以及在组织活动中给予帮助的陶同学，还有放弃长期休假、放弃工作和学习参加进来的中日方各位、作为参加者中唯一的一名韩国人、以证人的角度一直守护着我们的金同学、摄影师土井亨、忙于翻译和口译工作的戴辛迺、翁晓丹，还有现在还在忙于翻译及整理录音的各位。另外，为了本次活动的企画而四处奔走，一直走在前面将我们再次带到中国的立命馆大学教授村本邦子、一直将经验尚浅的我视为同事、胸怀广阔的老师、加利福尼亚统合学研究所的阿芒德·沃卡思教授，和他们两位相遇实在是我的幸运。真诚希望这项共同研究今后还能成功地继续下去。

笠井綾 (2007)「こころとからだで考える歴史：HIROSHIMA STORIES コミュニティワークの自己治癒力」『新しい芸術療法の流れ クリエイティブアーツセラピー』关则雄编、フィルムアート社

ヴァン・デア・コルク、マクファーレン、ウェイゼス (2001)「トラマティック・ストレス-PTSD およびトラウマ反応の臨床と研究のすべて」西泽哲监译、诚信书房

Volkas, A. (2009). Healing the wounds of history: Drama therapy in collective trauma and intercultural conflict resolution. In R. Emunah & D. R. Johnson (Eds.), *Current approaches in drama therapy*. Springfield, Illinois: Charles C. Thomas.

Volkas, A., Keynote address, Dramascope, Vol.XXIII, Issue 1, 2002/2003, pp.6-9. 中野左知子译