

でした。しかし、やはり一緒に同じ目的地まで歩きました。その途中に一匹の火を噴くドラゴンに出会い、一緒に協力してドラゴンと戦ってから、お互いを信用して友情を深めました。更に一つの丸太を見かけました。あまりに橋が狭いので、私達はどちらも先に橋を渡りたくないのです。後の人が悪だくみをしたら、川へ落ちるかもしれないし、お互い譲り合っていました。

私は先に橋を渡り、安全を確認しました。このように、また信用を重ねました。それから私達は老夫婦に出会いました。老夫婦は本当にお年寄りで、90歳くらいです。しかし彼らは私が日本人だと知ると驚いて倒れてしまいました。それから私とその夫婦の世話をしたら、意識が回復しました。私のことを良い女の子だと言って、夫妻は私達を受け入れました。

それから向こうの景色が美しいのを発見したので、私達はそこで永住することにしました…その村で私達は、また老夫婦となりました…

感受

商情情（南京师范大学心理学）

参加了这个关于南京大屠杀的工作坊，倾听了会议的组织者及07年参加者的一些发言。首先是村本邦子的发言，她作为一名临床心理师，在总结多年临床经验的基础上认为家庭暴力、性暴力和虐待行为等等都可以追溯到集体性暴力——战争。因此她认为要想防止现代暴力得首先从矫正战争等集体暴力的记忆创伤开始。这给了我一个很新的视角来防止暴力的延续。另外让我颇为感动的是两年前参加会议的两名日本人的发言，她们发自肺腑的诉说上次与会的感受。她们从小没有听说过南京大屠杀，即使有也是零星的，因为她们的家人都回避这个话题。当她们来到中国，看到了这么多的证据之后她们怎么也无法相信自己慈爱的祖父会是个杀戮者。她们因此陷入巨大的痛苦当中。巨大的羞耻感涌上心头让她们久久无法释怀……

我从来没有听说过日本人对南京大屠杀的看法，今天听到了她们那么真切的情感我感到非常感动，我想这对于加强中日理解是非常有意义的。

听幸存者证言。常大爷早上坐两个小时的公交车早上赶过来，他已经83岁了，

但是看上去还是那么精神矍铄。常大爷声情并茂的跟我们讲述了他那悲惨的遭遇。十一岁的他，那时亲历了一家六口被日军杀害的惨状，真的是一幕幕回忆起来犹如在眼前。我们现在又邀请常大爷来为我们做这个证言，真的是很残忍。日本政府啊！你干嘛这样掩盖事实，如果没有你们这样，这些受害者也不用再站出来用再一次揭开自己伤痛的方式来讲述故事给新一代的日本人听，去让他们正视现实。真的是很残忍的事情！在听常大爷故事的过程中我感觉到体内一阵热一阵冷，热的时候心里心潮澎湃热血沸腾，冷的时候浑身鸡皮疙瘩直冒。我能感受到在面对日本人刺刀时一家人的亲情与爱，那种人与人之前的关心，这让我觉得温暖，可是日本士兵的残酷真的是让我愤怒！！最后我又被常大爷的宽容所感动。他说他去过长崎，看到了日本民众所遭受的原子弹的伤害，他深刻的意识到日本人也是受害者。他内心里对于日本人那种深深的仇恨慢慢化解了，他深深地意识到日本人不仅是侵略者也是受害者，那些惨死的日本民众也是无辜的，他们和中国的民众一样也是无辜的，因为他们没有到中国来杀戮，却要承受这样的痛苦。常大爷最后的心愿就是我们一起来拥抱和平，消除战争，因为战争才是最大的杀戮者。这让我对于南京大屠杀的认识又提升了一步。我也被常大爷的情绪深深的感染，虽然他一家六口被日本人杀害，他还是那么友善的对待日本友人，还是那么理解日本人，宽容了日本人，我想这也是我们应该学习的。看到那么多日本友人听了常大爷的故事后痛哭流涕，我也感受到了他们深深的悲痛，我真的从心底里觉得原谅了她们。正如常大爷所说：他们并没有错，因为他们没有到中国来杀戮，那都是祖辈做的事，他们都是好孩子是善良的孩子，没有必要背负上一辈人的羞耻与痛苦。

下午我们首先每个人有一分钟的时间对常大爷的话进行反馈，说说自己的感想。我对常大爷说：常大爷，我想让你再一次撕开伤口感受那时的悲痛是一件很残忍的事情，但是我相信你的付出不会白费，我们感受到了你的愿望与信念，我们会努力传递下去。

后来在 armand 教授的引导下，我们进行了人体雕塑。每小组五个人，组成一个小组来进行人体雕塑，来诉说自己的心情。我们小组五个人刻画了五个场景组成了一幕剧，下面是我们小组的作品展示。

(由于照片太大，放进去发送邮件无法发送，所以就不粘图片了。)

通过这样一个展示，我感觉到心中的感受得到了明确的表达，并且深深的刻在了

心理。

那就是这几天的很多戏剧表演对于我的人格产生了很多作用。我之前总是感觉自己不被这个世界接纳，只有我努力为这个世界做出什么贡献我才能被这个世界接受否则我就应该消失，所以我总是缺少基本的安全感总是战战兢兢的害怕被排除，总是很努力的去获得别人的认可，活得很辛苦。而在这个团体当中，armand 教授让我们每个人都有机会陈述自己的心情和感受，而每个人都会无条件的接受你。我感受到一种强烈的被接受的感觉。不是因为我为这个团体做出了什么贡献，只是因为我是这个团体的一员，我就被接纳了。不是因为我为这个世界作出了什么贡献，这个世界仅仅因为我是一个人而接纳了我。我觉得人格获得了一次重生。真的是很重要的一种感受。

我们驱车去了燕子矶公园，我们两个人一组（一个日本人一个中国人一对）上去祭拜那些在燕子矶江边死去的无辜民众。我为他们深深的哀悼。后来我们全体中国人去默哀，全体日本人上去后就跪倒在石碑前失声痛哭长跪不起，我想他们也感受到深深的悲痛和忏悔。但是我相信他们深深的忏悔会得到原谅，他们也可以得到释怀了。我感觉他们能扛着压力过来正视这个现实，并能深深的忏悔，这就是一种了不起的勇气。

然后在江边我把自己以前那个总是感觉不被世界接受的自我放飞了，我迎来了自己的新生，我觉得自己变得自信和开朗，更加的开放、宽容和接纳。

下午回来我们用泥塑捏出自己的心情。大家的泥塑透露出来的都是那种和平与希望，让我感受到这几天大家的心情变化。从第一天混乱的图画到第二天如血的人体雕塑到今天的和平与希望。我也感受到很欣慰。我的雕塑是一个大鞋子背着一个背包。我取名为“使命”。我感觉我背负着过去的战争的事实和记忆、走过了这几天的沟通和理解，心理有了些新的感受与理解，还有常大爷的信念与心愿，我都把它收到我的背包里，带着它走向未来，这仿佛是一种使命，需要我去完成。

最后对我们这几天的活动进行每个人的总结。我陈述了自己的人格成长和自己从一开始对于心理学能化解这种历史和政治问题的可能性到自己又一次体验那种波涛汹涌的情感，到最后又归于平和，我感觉这得归功于 armand 教授的戏剧疗法。我感觉这个疗法中很多仪式化的东西真的具有很神奇的作用，让我们在语言贫瘠的情况下表达自己的感受并且让感情宣泄，最后趋于平和。armand 教授

真的像一个魔法师。

armand 教授让我们两个人一组想象一个关于很久以前的日本人和中国人一起去旅游的故事。我和张连红老师一组，我们的故事是这样的：

很久很久以前我作为一个日本人和一个中国人（张老师）相遇，我们恰好要去同一个地方旅游，当他知道我是日本人时不太情愿和我一起，但是还是一起走了。在走的过程中我们先是遇到了一条喷火的龙，我们一起搏斗，然后我们加深了对彼此的信任。再就是遇到了一个独木桥。我们谁都不想先上桥，因为桥太窄，万一后面的人使坏推一下前面的人就可能落入滚滚洪流当中，所以我们僵持了很久。后来还是我先放下包袱上了桥，之后我们安全通过了桥。这样我们彼此的信任又加了一层。后来我们遇到了一对老夫妇。老夫妇很老了，九十多岁了，但是他们一听到我是日本人后都非常恨气晕了过去，后来在我们共同的悉心照料下老夫妇清醒过来，张老师细心开导他们，说我是个好女孩，很善良之类的，后来老夫妇就接纳了我们。后来我们发现那边的风景很美，于是就决定留下来在那边定居……于是我们就又成了一对老夫妇……

5

「南京を思い起こす」の4日間を振り返って

玉（仮名）

みなさんと一緒にいた時、深く感動させられました。私はみなさんの顔に誠実があるのを見ました。日本のみなさんが自分のストーリーを述べる時、私は彼らの苦痛と戸惑いを感じ、これも私の過去と共に身にしみて受け止めました。率直で誠意がある交流は、国籍、立場を除いて、私達はすべて同じ人間なのです。

午後の記念館の見学中、私は大きな苦痛と悲しみを感じ、頭が非常に痛くなりました。見学する時、友達がずっと私に付き添ってくれたのが嬉しかったです。日本の方が真実の写真を見ている、その勇氣に感動しました。完全に感じることはできませんが、私は彼らが勇氣を出してこれらに直面しているん