コロナ禍にある創造性

南山大学人文学部心理人間学科　**伊　東　留　美**

コロナ禍で今の私が考えていることを書き始めたが、言葉と一緒に様々な記憶が浮かんできて的をえない有様になった。そこで、からだの感覚に委ねて図のようなイメージで表してみた。このイメージからコロナ禍での私のからだの語りを言葉にしていきたい（この作品をご覧になった方には、それぞれの感性で意味を見出してもらえたら嬉しい）。

先ずこの制作過程を記したい。初めに、鉛色で上から下へと何度もゆっくりと曲がった線を描いた：流れる線は重なりながらグレーから黒に近いグレーへと深みを増した。そして、息を吐きながら中央に黄色の線を上から下へとまっすぐに引いた。その黄色の線に赤色を重ね、そして周りの曲線に寄り添うかのように赤色を少しだけ付け加えた。その後、黄色と青色もグレーの曲線にブレンドするかのように付け足した。

この作品から私は、「重」「動」「静」という言葉を連想した。ふりかえるとこの２年間、自分なりに「持ちこたえている」と感じている。そういう感覚を大なり小なり感じる人も少なくないだろう。「会いたい人に自由に会えない」「行きたいところに自由に行けない」など、重苦しい感覚や不安や不満、焦りや怒りという感情もあるだろう。「喪失感」のような負の感情体験をしながらも、私たちは工夫し新しい楽しみを創り出し、今できる日々の生活を営み、揺れ動く心のバランスを持ちこたえようとしている。

コロナ禍で私は何とか自分を見失わず持ちこたえようと、自分の中にある「ぶれない」中心を探していた気がする。どうしてもぶれていく自分を助けてくれたことの一つが芸術活動であったと感じている。『ケアの時代「負の感情」との付き合い方』（鎌田東二、2021）で鎌田は、負の感情とうまく付き合うための「解放のいとぐちや処方」として宗教や芸術を捉えている。私もまた芸術はこころの調整役だと考える。創作活動は心の開放（カタルシス）を可能にするだけでなく、負の感情をプラスにするほどの力を持ちえる。芸術は負の感情をほぐし、それを「美」に向かって調和していく。フロイドならこれを「昇華」というのだろうか。表現活動をする時、私の中にある負の感情はまとまりのある形となり、自らの生きる力（レジリアンス）へと変わっていくようだ。そう考えると、イメージの中心にある線は誰もが持つ「創造性」と言えるだろう。