

つながるために

まぐまぐ殿堂入り・日刊メールマガジン
「今日のフォーカスチェンジ」第2507号
(2010年9月9日発行)より

ワークショップのなかで、ときどき、こんなワークをおこないます。

誰でもいいから次々と相手を見つけて、自己紹介のあいさつをします。そして、その相手とじゃんけんをしていって、合計で3回(または5回)、勝ったひとから、すわっていいというワークです。

早くに勝ったひとは、安心してうれしそうにすわります。でも、なかなか勝てないひとがいます。一回も勝てずに、最後に残ってしまうひともあります。そんなひとは、「えーん、残っちゃった」なんて、ちよつとしょんぼりしてしまったりもします。

私は、そのひとを、みんなの前に連れていきます。そして言います。「じゃんけんに負けて、最後まで残ったということは、結果的に、このメンバーのなかで、一番たくさん、ほかのひとと、あ

いさつができたということ。たくさんお友だちができたということだよね」
さっきまでしょんぼりしていたひとが、ぱっと目を輝かせます。みんなからも、拍手が起きます。

こんな話をさせてもらうこともあります。
「みんなは、失敗しないようにって考えるかもしれないけど、一度も失敗しないで、うまくいっちゃったとしたら、そのひとは、ほかのひとに、その方法以外のことは、教えてあげられないよね。でも、うまくいかない体験をしたひとは、そのぶんだけ、アドバイスができるよね。あるいは、うまくいかないときの気持ちを、わかってあげられることもできる。だから、うまくいってことは、必ずしもマイナスではないんだよ。回り道をするのは、いけないことではないんだよ」

そんなとき、子どもたちは、どきっとするほど真剣な顔で、こちらを見つめています。そんな考えかたは、はじめて聴いたというような表情を見せる子もいます。おとなたちのなかには、うなずいたり、ちよつと涙ぐんで聴いてくれるひともあります。

そんな場に居合わせるたびに思うのです。「失敗しないように」「まちがわないように」「効率よく」「正解だけが、価値がある」。私たちは、どれだけ、こうした考えに、圧迫され、窒息しそうになっているとか。

「そんなのは、苦しい」「もう、いやだ」「本当に、それでいいの?」「もっと大切なことはないの?」。そんな思いが、どれだけその胸の底で、叫ばれているか。

にもかかわらず、「自分だけ、だめなんだ…」「きっとわかってもらえない」「どうせ、言ってもむだ…」。そうやって、口をつぐみ、こころを閉ざしてしまうことが、どれだけこうした、苦しみの循環をつくりだしていることか。

もっともっと、自分の気持ちに、正直になつたらいいと思うのです。自分ひとりだけが、そんな気持ちをかかえているのではないことに、気がついたらいいと思うのです。そして、同じ気持ちをもっているひとたち同士、もっと、気持ちを、伝えあつたらいいと思うのです。

もうそろそろ、勇気を出してみませんか? つながるために、つなげるために、一步を踏み出してみませんか?
だって、その思いは、けっして、あなたひとりだけのものではないのですから。あなたが勇気を出すことが、ほかのひととつながるための、きっかけになるはずですから。

「ちがっていいんだよ」「ちがって、当たり前なんだよ」「ちがう視点を受け入れあうことが、ひととの関係をすてきなものにしていくんだよ」
そんな思いを、もっとたくさんひとと、わかちあっていくために。お互いが、お互いをみとめあい、もっとゆたかに、つながりを感じあっていくために。

どうぞ、勇気を出してください。あなたの勇気こそが、いま、とても大切なのです。

●日刊メールマガジン「今日のフォーカスチェンジ」(かめおかゆみこ編集・発行)は、**2003年11月1日**創刊。**2010年9月**、**2500**号達成。3秒で読める携帯版もあり。無料講読は「かめわざ快心塾」から♪

<http://kamewaza.com/>