

まず、受け止めること。

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2219号
(2009年11月25日発行)より

それは、ずっと長いこと、解けない疑問でした。

私は、中学生のときに演劇と出会って、心身ともに解放されるという体験をしました。それ以来の私は、やりたいことがあふれてしかたないようになったのです。

あれもやりたい。これもやりたい。こんなこともしてみたい。
私は、まわりに、どんどん提案をしました。実際に、思ったことは自分から動いてもみました。

ところが、たいていは、うまくいきませんでした。途中で、誰かに(たいていは先生に) (笑) ストップをかけられるのです。

「勝手に先走ってはいけない」
「みんなと足並みをそろえなさい」
「みんながみんな、同じにはやれな

いのだから」

きゆうくつで、息が詰まりそうでした。いつもいつもいつも、頭を抑えつけられ、足踏みをさせられる思いがするのです。

一体、いつになったら、自分のやりたいことを、全開でやれるのか。ずっとずっと思っていました。でも、それは、そこでは最後まであたえられませんでした。

ところが、最近、あるひとと話していたときのことで。私がやりたいことの話をしていると、

「ひとりで走っちゃうと、ほかのひとが、ついてこれなくなるんですよ」 そんなふうに使われたのです。

でもそのときに、自分が抑えつけられたというふうには、まったく感じなかったのです。むしろ、「ああ、なるほどね」と納得がいったのです。

何がちがったのだろうか…。考えてみて、わかりました。子どものころは、最初から、「それはだめ」と、言われてきたのです。すると、いきなり頭から抑えつけら

れたように感じて、強烈な圧迫感を覚えたのです。

でも、最近の場合は、まずいったん、私のやりたい気持ちを受け止めてもらえたのです。そのうえで、「でも…」と、現実に対応を提案してもらえたのです。

たった、それだけの差でした。

たしかに、やりたいことはあるけれども、共同作業である以上、私だけが走っても、うまくいくはずがありません。みんなで、楽しさをわかちあうこともできません。

私の、最終的な望みは、ひとりで突っ走ることではなく、みんなで、よろこびあえること。それがかなうのであれば、どんな方法で、どんなスピードですすんでもかまわなかったのです。

まず、受け止めてもらえること。みとめてもらえること。ほしかったのは、たったそれだけのことなのでした。そして、たったそれだけのことが、本当は、とてもとても大切なことなのでした。

その最初の気持ちで、きちんと満たされたなら、ゆずることも、待つことも、それほど苦にはならなかったはずなのです。

もしもうっかり先に行ってしまったときには、「早くおいでよー」と、みんなをせかすのではなく、そこで、ダンスでも踊って、みんなが来るのを、楽しんで待っていればいだけなのですから。(笑)

そしたら、今度は、待つことさえも楽しみになっちゃいますね。足並みがそろわないことも、苦しみではなくなりますね。

まず、受け止めること。みとめること。私自身が、あらためて大切にしようと思いました。長い長い時間をかけて、疑問が解けた瞬間でした。

●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。2009年4月、2000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/>