

第5章 札幌トモエ幼稚園における 基礎的人権教育の実践

第6節 親子の絆を深め心の病を予防する家族的・健康医学的实践

乳幼児の心身の発達には、母子関係が基盤となる。子どもの情緒安定に直結しているのが、母親がリラックスして子育てを楽しむことである。とはいえ、子育ての責任を母親だけに背負わせてはならない。親として不完全な一人の人間であり、誰も完璧な育児をすることなどできない。乳幼児期の子育ては、母親を中心として、父親や祖父母、親族、友人、あるいは地域社会の多くの人々が協力し合うべきである。

一人の生命は、一組の男女の信頼関係から誕生する。生まれた子どもは、夫婦間の関係を実感的に受け止めている。人が人を愛する意味とその快感を肌で感じながら育つ。昔から「親の背を見て子は育つ」といわれているように、親の生きる姿勢そのものが最も深く強く子どもたちに伝わるのである。夫婦が互いに自分の人生をどのように生きようとしているのか、夫婦がどのように向き合って家庭を創ろうとしているのかが問われるのである。互いに信頼を深め合い、理解し合おうと努力することは、夫婦である以上、無限に続けられなければならないであろう。

現代では、大人の過剰なストレスによって、親が子どもの心に配慮できなくなっている。親が子どもに依存してしまう「家族依存症」の例も増加している。夫婦あつての家族であり、子どものことしか見えない家族観の誤りを認識すべきであろう。

トモエでは、夫婦が向き合って生きることを基盤として、心地よい人間関係から情緒を安定させ、愛し方を学ぶことを推進している。夫婦間の交流を深め、互いに認識を高められるように、家族が向き合って生きることの快感を体験できるように、具体的に援助できる生活環境を創造している。家族が皆で参加し、楽しみながら互いの信頼を深め合うことのできる行事や企画を多く計画して、それぞれが自己認識を高められるようにしている。乳幼児期の子どもは親の影響を大きく受けて育つ。ゆえに、夫婦の援助が人間教育の基礎であり、親の教育が幼児教育の原点であると考え、親子関係の回復と心地よい人間関係の構築を最優先して実践してきたのである。

特に現代では、母親や父親が精神的に不安定であることから我が子を受け入れられない例が多く、親に対する具体的な援助が不可欠な時代となっている。

親自身が乳幼児期に多くの人と親しく関わり合うことができなかつたために、人間関係不全に陥っている例。乳幼児期に抱きしめられることが少なく、自分の親から言葉の暴力や虐待などによって人格を尊重されることなく育てられ、大きなトラウマを背負っている例。親や教師から厳し過ぎるしつけや管理的な教育を受けたため、自己否定的な人格形成を余儀なくされた例。特に母親が子育てについて夫や親族から「こうしてはいけない」「こうすべきだ」といった批判的否定的な言葉をしつこく言われ続けることによって、育児不安が増大し、精神的に追いつめられている例が増えている。

心の病に苦しむ親たちの情緒を安定させ、心の混乱を解決していくために、具体的な個人指導を行っている。まずは親自身が自己を肯定して、あるがままの自分でありたいことを受け入れることが必要である。長期間にわたって心地よい人間関係の中に身を置くことによって、心身が解放される。自分の好きな人、相性の合う人から関わっていくように指導している。好きな人が一人でも多く増えることによって、心に余裕ができ、情緒が安定していく。ここから徐々に人間関係が広がっていくのであ

る。

心を許し合える「親友家族」を見つけ、家族間で互いに補い合い支え合う関係を創ることができるように指導している。

園長は常に現場にいて、親が毎日いつでも個人的な相談をすることができるようにしている。自分の問題、我が子の問題、自分の親との関係、夫婦間の問題、親族や友人との関係、学校教育や地域社会の諸問題など、相談事項は多岐にわたる。同じ立場である親同士が相談し合い支え合う例も多く見られる。

トモエのスタッフは、親たちと親しい交流をもてる信頼関係を構築しつつ、複雑化深刻化する心の病を解決し、あるいは心の病にならないように予防することができるように、日々考察を続けている。精神医学的・予防医学的観点から、家族関係を分析し、心の病や青少年犯罪、科学技術の発達と人間の心の未発達、乳幼児の軽視など、現代社会の諸問題との関連から人間を総合的に考察し続けている。

個々の事情を把握しながら、具体的に指導計画を立てている。また、若い家族を援助できない親族や地域社会などとの関係改善も、具体的に指導している。

事例（４０） 私が子どもだったころの満たされない思い

親たちは、子どもという純粋な鏡を通して、自己を見つめ直すことができる。自分の素晴らしい部分も見えてくるが、自分の醜い部分も見えてくる。自らの過去の育ち方、自分と親との関係が見えてくることもある。

自己を卑下するのではなく、過信するのではなく、客観的に過去の自分を見つめつつ、現在の自分の位置を確認し、未来への夢や展望を見出すことができるように、子育て真最中の親たちに対して具体的に援助しているのである。

次の母の手記は、子どもを通して自己を見つめ、子どもころに満たされなかった思いを満たして、自己を修正していく例である。

私が子どもだった頃...母に対しての気持ちが満たされないことが多くて、よく淋しい思いをしているという記憶が残っています。(私は４人きょうだいの２ばんめ)

母は何でも頑張るひ女と性で、弱音を吐いたりなかなかしない性格のせいかな、何もかも一人で頑張っていて、とにかく大変そうだったなということを覚えています。そんな母の手を少しでもわずらわせたくなかったから、気がついたら私は一人で何でもできる子になっていました。一人で何でもできるようになればなる程、母の関心の枠からは、どんどん外されていっているような感じがしました。母の腕の中にいるのは決まって一つ下の妹でした。

妹は何をやらせても呑気で遅く、都合が悪くなるとすぐに母の後に隠れては、ペロッと舌を出しているところがあったので、そんな妹のやり残したことまでも私にまわってくるのがとっても腹立たしくて、私は妹が嫌いだったし、そんな妹をかばってばかりいる母に対しても強く不満があったのを、今でも覚えています。そんな中で、私と妹との間で何かあると、責任はいつも、年が一つ上だという理由だけで私の責任になるのですから、妹との関係はあまり良いものとは言えませんでした。妹は妹で、私に対して強くコンプレックスがあったらしく、うまくいかない関係が大人になってからもしばらく続きました。

あの時、母から少しでも私の気持ちを気づかってくれるような言葉や行動が感じられたら、多分、

妹に対しての気持ちもずいぶん違ったんだろうな…。思いを残して成長したせい、幼い頃に何か大事なものを置いてきてしまったみたいに、満たされない何かが自分の心に残り、トモエに来るまでは、それがなんだったのかを知ることさえもあきらめてしまっていたような気がします。そのせい、私はありのままの自分を受け入れられず、そんな自分がずっと嫌いでした。

人は誰でも…本当の意味で自分のありのままを受け入れることができたら、その時には、自分を取りまく人や出来事もありのまま受け入れる自信が持てるようになるんじゃないのかな…？

トモエでは、子どもと過ごす時間も内容も濃いので、そんな子どもの姿が自分を写す鏡となり、嫌な自分の姿をみつけては挫折感を味わい、ガーン…となったり、ダメ押しに自分の姿にかつての母の嫌いだっと思う姿をみつけては二重にショックを受けて、何度も立ち直れない程落ち込んだりもしました。とにかくトモエで我子以外にもいろんな子がお母さんに感情をいっぱい表現している姿を見ては、あの頃の記憶がよみがえってくるのは私だけなのでしょう…？

幼い頃“本当はこうしたかった”という願望が、トモエにいると親も出てくるからか、親に本当はしてもらいたかった事の一つ、自分の話を聞いてもらうということ、親にかわって園長に徹底してかなえてもらい、受け入れられるという安心感を十分に実感して、あったかいもので心がいっぱい満たされた瞬間、私の心の奥にあった母へのしこりのようなものがはずれていくのを感じました。同時に、あの頃の母の気持ちを私なりに前向きに受け入れられた瞬間でもあったのだと思います。

ここにたどり着くまでに私を感じた事の一つには、幼少期に抱く思いや体験は、大人になってからも、いろんなところに反映して形に残るんだな…、ということでした。

だけど気持ちが満たされると、人はまた少しずつでも自分をみつめられるようにもなるのだと思います。そして自分自身を見つめ知るという作業の繰り返しこそが（果てしないですが…）相手を理解したいと願い、わかり合う気持ちを持つことへと繋がるのだと、そう思わずにはいられません。人として成長していくってそういうことだと思うのです。今そう思える自分ができてきているのも、ここでの数々の人や家族との出会いと貴重な体験を、家族で一緒に繰り返す日々があったからこそだと思います。そしたら改めて、ここで起こったこと全てが必要だったんだと思えてきました。

そしてここでの繰り返される日々の積み重ねこそが、これからの自分を少しでも豊かにしてくれて、今を生きることができる自分をつくってくれるのだな…と、そう思うのです。

事例（４１） 毎日大変だけど、がんばっていれば、いいこともある

子育ては、夫婦が共に協力し合うことによって成り立つ。母親だけでも父親だけでも、バランスを取ることは難しい。祖父母や親族、地域の人々に支えられていけば、よりバランスの取れた家族関係を築くことができるのである。

次の文は、三人の娘をもつ母によるレポートである。夫や子どもに支えられてるという安心感があるならば、母親が子育てで不安に苦しむことも少ない。家族が皆で協力し合って家族関係を構築し深めていくことができるであろう。

最近、長女の麻衣子と私は折り合いが悪い。正確には、悪かったと過去形になりつつある。（そうなってほしい。）トモエから帰って夕食の支度から入浴、就寝と、一番心身ともに疲れているときの一番あわただしい、いわゆる“魔の時間帯”に、それは起こる。内容は、ほんとに些細なことと言い合いになる。

そこに主人でもいてくれたなら、女同士の言い争いも緩和されるであろうが、平日子どもたちの就寝後の帰宅生活なので、それは無理。

どちらが折れるわけでもなく言い合って、そこにはかなり厳しい空気が流れる...といった日々が3~4日続き、また今日もっ！と、結構疲れていました。

そんな中、私は最後の切り札というわけでもありませんが、娘に対して、「麻衣子とママには少し時間が必要だと思うの。ママがおばあちゃんのうちに行くか、麻衣子が行くか、どっちかにしよう、どっちがいい!?」と提案しました。

もちろん本気で思ったわけではなく、麻衣子に対してお仕置きをしたつもりで...

今までの2人の喧嘩&仲直りの歴史上、「ママ、そんなこといわないで！ ごめんね」と言われ、お互いに謝って、ムギュッと抱きしめあう、もしくは「いいよ、麻衣子はおばあちゃんところから、フン!」と言ってお互いムキになる、という流れが私の想定内でした。

実際のところは、というと...、絵を描きながらチラッと私を見て、「なぁーにいてんのさ！ ママだったら！ そーんなことくらいで！ フン!」と喋って、何事もなかったかのように、また絵を描き始めました。

あまりの想定外の展開に返す言葉もなく、なんか取り残された気分でチラッと横を見たら、一部始終を無言で見ていた典子(妹)の姿が...

「典子ー、ママのこと好き？」

気持ちが落ち込んだときや悲しいとき、よく私はこの言葉を投げかける。もちろん典子は、「うん、好きだよ!」

精神安定剤のようなものである。その後すぐ、「あのね、麻衣子もママのこと好きだって!」

私「.....。」

園長にこの話をしたら、「どっちが親で子どもか、わからないねー」と笑われました。

手のひらでコロコロ転がしているつもりが、いつのまにか自分が転がされていたような気がした一日でした。

そうこうして、なんとか子ども達を寝かしつけ、案の定私も寝てしまい、夜中の12時過ぎに目を覚まし、明日のお米とぎと洗濯物を干すのとお茶碗洗いが残っていたので、ポーッとしながら乾いている洗濯物を取り込んでたたもうとしたら、あれ? 湿っている!

私が寝ている間に帰宅した主人が干していてくれていたのです。もしかして...と思って台所に行くと、炊飯器もタイマーセット完了! 残りのお茶碗も洗い済み!

毎日大変だけど、がんばっていればいいこともある。

自分が家族を支えているとばかり思って、重い荷物ばかり私が背負っているなんて悲観しているときもあったけど、改めて支えられているんだなーと思いました。

これもトモエにきて、親子でいいたいことが言い合える、ぶつかり合える関係ができたおかげであろうと思う今日この頃です。

事例(42) 親子の関係も夫婦の関係も「信頼」の一言

家族は夫婦間の信頼の上に築かれている。互いに相手を理解し合おうとする意識がなくなると、家庭は形骸化し、機能不全家族へと陥ってしまうことになる。

トモエでは、夫婦が向き合って生きることができるよう、具体的に援助し指導している。次の夫

婦の例をはじめとして、夫婦の会話が増え、協力し合っていけるようになったという夫婦は多い。

トモエに入園して4週間後、私はこの本を読みました。「トモエでの毎日は楽しい事がいっぱい、子どもの色々な面を発見でき、ストレスなんてすっかり解消したわ～」なんて思っていた私が、色々な事を考え始め、自分自身を見つめ始めた頃でした。

この時一番悩んでいた事、それは、「夫婦とは何か？どうあるべきか？愛って何？」という事でした。毎日真剣に考え、夫と何日も夜遅くまで、お互いの意見や考えを話し合いました。「夫婦がうまくつきあって、いい関係でいられたら、子どもはのびのび、素直に育つ。」漠然と頭でわかっているも、“自分のもの”になっていなければ、夫婦で共感、実感できていなければ、意味がないと思っていたからです。でも、納得のいく結論が出せずにいました。

そんなある日、この本を読んで、頭ではなんとなく理解したけれど、まだ何か足りない...と感じてました。そこで、夫にも“これ、読んでみてよ...”と本を手渡してみました。普段あまり本を読まない夫だけど、トモエだよりを楽しみにしている、トモエを楽しんでいる夫なら、きっと何かを感じ取ってくれるだろう...そう思いました。案の定、園長の書いた本なら！と抵抗なく、真剣に読んでいたようでした（私は先に寝てしまっていたのですが）。

次の日、会社の昼休み、夫は私にメールで感想を伝えてきました。『あの本を読んで、色々考えさせられました。涙を流しながら読んだよ。なあ、トモエは本当にいいところだよな！』このメールを読んで私は、何か、《本当に夫と共感できることがある》と強く実感しました。そしてその日を境に、夫が変わりはじめました。そのあまりの変化に、私自身、とても驚きました。

一つめの変化、それは、自ら私をサポートしてくれるようになったこと。今まででは考えられなかった事です。それも、無理をしてというふうではなく、むしろかなり積極的で、私はかなり驚いたけれど、本当にうれしかった！毎日忙しくて、自分も疲れているはずなのに...と思うと、かえって申し訳ない気持ちにもなったりもして。そうすると、今まで言ったことがあまり無かった「ありがとう、助かるわぁー」という言葉が、自分でも驚くほど自然に言えたのです。そして、心がスッキリした気がしました。そうすると、夫も私に対して、「ありがとう」といってくれることが多くなってきました。二つめの変化です。いや、三つめ？かな？

そうして、私達は「子どもは、二人で力を合わせ、サポートし合って育てる。それが子どものため、自分のため」という結論にたどりつきました。そして、その時、本にあった『夫婦の関係も、親子の関係も「信頼」の一言ですね』という言葉も、本当の意味で理解し、“自分のもの”になったと感じました。いつのまにか素直さを失ってしまっていて、それがトモエで、亮や、いろいろな子どもと関わっていくうちに、素直さを使わせてもらって、自分の中に取り戻して、その事で夫婦も、親子も、人づきあいも、いい関係が築けると、実感できたのです。それが信頼なんだと気づいたのです。

そうこうして、夫婦の信頼が少しずつ強くなってくると、亮はおどろくほどおだやかな表情になり、いままで以上にはつらつと、元気に、のびのびとしてきました。今でも亮は、困ったいたずらや悪い事をして、私は大きな声でしかる事があります。それが嫌になる時もあるし、また、他の人に亮が悪いいたずらをするのは、母のしつけが悪いから、教育が悪いから...などと言われると腹をたててしまう自分もいます。でも、以前に比べるとずっと気持ちが楽になってはいます。きっと本当の意味での信頼があるからだと思います。夫や子どもを信頼し、トモエを、園長を信頼しているから、私たち家族は変わるし、変わったと思います。もちろん、私を育てた母も私を信頼してくれていたし、私も母を信頼しているから、これまでやってこれたと思うのです。「母子相互作用」、私も、亮、敦に良い

作用で関わって、育ち、育てていきたいと決意しています。

その後、2ヶ月近くたった今、私はまた新たな事を考え始めました。いろいろな事を、色々な角度から考え、それが楽しい時も、つらい時もあるのですが、どんどん考えてみたくなるのです。考えなければ楽だろうと思うけれど、考えてしまう...これが自分を創っていくという事かなーと感じています。

この本を読んで感想を...と思うと、本当に、全て書ききれないほど、沢山の事を感じます。でも確かに言える事は、答えは自分自身の中であって、迷った時、この本を読めば、答えを見つけるカギ、もしくは答えそのものに出会えるということです。

この本が伝えている「園長が伝えていきたい事、遺していきたいこと」が、一人でも多くの人に伝わり、世界中の人々が“自分のもの”にできたなら、「ノーベル平和賞」は、現実のものとなるはずで。皆で遺し、伝えていける事を願います。

そして、園長、まだまだ長生きしてくださいネ！世界のために！トモエの子どもと、親達のために！！家族のために！！

トモエの仲間達と家族は、ずっとずっと園長の一番の仲間です！

事例（43） 親も大いに遊び楽しむ「家族キャンプ」

父親たちもまた、トモエでの生活体験と様々な学びによって、自己を確認し意識を高めつつある。次のレポートは、3児の父によるものである。トモエでは、園舎とその周辺の森を会場にして、毎年夏に4泊5日の家族キャンプが開催される。父親たちも多く参加して、寝食を共にしてゆったりと語り、遊び、学び合う。多くの家族が集い、交流を持てるように計画している。

みなさん、4泊5日のトモエキャンプ、お疲れさまでした。身も心もボロボロになられた方もいたことでしょう。そういう我が家も、去年は2泊だったから今年は3泊くらいとの気持ちだったのですが、勢いに流され4泊のフル出場、お父さんはトモエから出社、となってしまいました。

それにしても、子ども達のパワーはすごいですね。連日、慣れないテント生活も何のその、よくもあれだけ動き回れるものだ后感心しました。だけど今回は、子ども達もさることながら、トモエの親のパワー&団結力というものを改めて感じさせられました。よくもまあ、連日連夜、一部は朝まで...。半ばあきれ果てるくらいです。

お父さんバンドにしても、あまり練習していないにもかかわらず、あれだけ盛り上げてくれて。本当は小林さんとうちの奥さんの夢のコラボレーションにより、もっと盛り上がるはずだったのですが...。これはほんと残念というか嬉しいというか、本人が一番やりたくてしょうがなかっただろうけど...。いつか必ず実現してほしいと思います。

ただ、最後の日の帰る直前に、どちらかさんの夫婦のバイオリンと共演できたので、ちょっとよかったかなと思います（小林さんごめんなさい）。

実は内輪話で申し訳ないのですが、このちょっと前に夫婦間トラブルがあり、ピアノが弾けてよかったなと思う反面、とてもそんな気持ちでは聴いていられず、途中で外に出て、玄関横のベンチに座って、ほけ~っとしていたら、みきちゃんママに、「あやパパ、ママのピアノ、聴かないの？ こういうのって、普段あんまり聴けないよね~」なんて言われて、けっこう心にグッサリだったのでした。

こんなことでいろいろあったり感じたりするトモエキャンプですが、来年もまた参加したいと思います。

と、これではただの感想文なので（園長には感想文を書け、と言われたのですが）、もう少しトモエについて書きたいと思います。

実は私自身、こんなにトモエが好きになるというか、「馴染む」とは思ってませんでした。正直、余り理解していなかったと言うか（今でも完全に理解できているかわかりませんが...）、「なぜ親がいっしょにいくの？」「子どもは子どもの世界があるから、そこに親が入るのはどうなの？」「ずーっと子どもと一緒にいて疲れてイライラするくらいなら、幼稚園に行っている間くらいリフレッシュして気持ち良く過ごした方が、精神衛生上いいんでないの？」などと最初は思っていました。

私自身、通っていた幼稚園はバリバリのカトリックで、ひじょーに厳しいところでしたが、まあそれなりに育ちましたので、「幼児期の教育ってそんなに大事なのかな～」などと思ったりもし...

ただ、トモエに来るようになり、家族 day の日なんかは、「さあ今日はなにをしようか」「今日はどんなことがあるのだろう」「今日はどんな料理が食べれるのだろう」など、子どもなみにワクワクする自分もいたりして。

やっぱり、最近思うのは、トモエのポリシーにもありますが（あるはず？勝手に作っていたらごめんなさい）『親が楽しんでいる姿を子どもに見せる』ってというのが大事だよなー、と思います。『遊び』って大事だと思います。私の数あるポリシーのひとつに『遊びを知らないやつにいい仕事はできない』ってのがありますが、私自身いろいろな遊び（かなり危険なものも含む）をして育ててきており（継続中）、子ども達にもそういう経験をさせてあげたい（してほしくないものもありますが）とは、ずーっと思ってました。

ただ、そういう点では、トモエの子はすごいですね。遊びをどんどん自分で作っていきますよね。「オレがルールだ」と言わんばかりに、どんどん遊びを変化させていきますよね。まさしく『創造』ですよ。いいですよ、この言葉、大好きです。英語で言うと『Create』、私の数あるポリシーの中にも出てきます...。鬼ごっこの鬼がいつのまにか5人くらいになったり、ローソク鬼のローソクがローソクのまんま動いていたり...。ついていくお父さんけっこう大変です。

上に書いた「子どもの世界に親が入っていく～」というの、見ていると、親が周りに居ようが居まいが、子ども達は自分たちの世界を作っていますよね。そして、そこに入っていくのではなく、見守っている親が子どもの世界を見ながらいっしょに育っていくんですよ。

これこそまさしくトモエなんですよ。

うちの奥さんはいろいろ教育関係の本を読んだりするのですが、どうも私はそういう精神的なもの、頭で入っていくものというのは苦手で、とにかく「やってナンボ」って感じですので、今後も「幼児期の教育は～」というところを理解するのはまだまだかかるとは思いますが、「遊び」という点でトモエにどんどん関わっていきたいと思います。

事例（44） 「家族とは？」を考え続けて父親が変わっていく

次の文も、ある父親のレポートである。別の園から転園してきて、約2年間、娘と妻と共にトモエの生活を体験した。トモエでの創造的な日々の中で、家族の基盤を構築し直すことになったのである。幼児期に形成した親子関係は、小学校以降、子どもが大きくなってもずっと続くはずである。

トモエ（あえてトモエ幼稚園とは呼ばない）を卒園するにあたり、成人してからの郁美に、そして将来の自分に何かを残しておくことが、今、一番大切なことではないのか？との思いに駆られ、今、私が感じていることを率直に文字にしてみようと思い、ペンを取った次第です。

いま私が強く感じている事。それは、トモエと出会い、人間のすばらしさと、己が何者なのか？という問いに（木村園長のように人間とはなにか？というところまではまだ100年かかると思う）おぼろげではありますが、「少しだけ答えのかけらを見つけられた」と思えるようになったことです。もう一つ感じたのは、我々親の責任として、絶対に、このトモエの環境を後世に残し、伝えて行かなければならないという事です。そしてそう思えるようになったのは、園長、トモエの子供達、お母さん達と出会ったからだ実感しています。

まずは、そう感じるようになった経緯を少しお話させて頂きたいと思います。

私とトモエとの出会いは、前の幼稚園とのトラブルがきっかけなのですが、私も世間一般の父親とおなじく、仕事が忙しく家庭をかえりみない、そして子供は母親にまかせっきりの父親そのものでありました。

約1年8ヶ月程前のある日、妻から「転園したいんだけど」と言われ、「なにをバカな事を言ったんだ」と最初から相手にしていませんでした。後々この事が現実になる訳ですが、その時の私は子供のことは妻にまかせっきりの訳ですから、当然、妻がどこまで追い詰められて吐いた言葉なのか、知る由もありませんでした。ただ、その頃に幼稚園で何が起きていて、妻がその園長の考え方や園の教育方針、取り巻きの母親達に、いろいろな矛盾ややりきれない気持ちを抱いているのだけは聞いていました。そして妻が毎日、毎日、真剣に私を説得しようとするものですから、半信半疑で、転園したいという幼稚園（トモエ）のホームページを見る事にしました。

私は、そのホームページ（今のホームページの更新前のもの）を隅から隅まで読みました。読み終えた後、（今考えると、その当時のお母さん達の手記がたくさん掲載されていて、その手記によってものすごい興味を引かれたのだと思います）なぜかしら涙があふれ、今まで感じたことの無い感動と、いいよの無い何かを感じている自分がそこに居ました。そしてそのことを妻に話すと、妻も「やっと解ってくれたのか？」という顔で満足気でありました。そこからはトントン拍子で、経済的なこと、あるいは、通園の距離、父母の同伴の事など、何も考えず1日も早く入園させたくて（自分が入園したかった？）そわそわしていたのを覚えています。この時すでに妻も私以上に何かすごく大きなものを感じ取っていたようで、この事が転園を決定的にしたのだと思います。

父母揃っての園長との面接の日。園長のお話や、アルバム、資料などを見て感動し、すぐに入園の手続きを取りました。

ちょうど夏休みの直前だったので、夏休み明けから登園することになりました。

郁美はといえば、元々、天真爛漫で物怖じしない性格（親とはまったく反対の性格）の子供でしたが、更に水を得た魚のように、いかにもずーと前からトモエの園児だったかのように、すぐ環境に溶け込んで自分をいっぱい表現し、遊んでいました。

しかし登園当初は、仲間はずれにされたり、ケンカしたり、泣いたり、笑ったり、とにかくいろいろなことがあって、彼女自身も、そして母親も戸惑いと感動があったときいています。そして自分にとって戸惑いだったのは、この園は、自分から見たり、聞いたりしないと、待っていても誰も何も教えてくれないという所でもあったという事です。

私も休みが取れたとき（平日）は、園に行っていました。最初は雰囲気やお母さん達のパワーに圧倒され、少し戸惑いましたが、わりかしずうずうしい性格なので、時々台所に立って料理したり洗

い物をしたりして、お母さん達と立ち話をして情報収集していきました。

そこで感じたことは、お母さん達は、皆、自然体で、面倒見がよく、こんな人相の悪い私でも暖かく受け入れてくれる そんな人達ばかりでした。子供達に対しても誰の子と言う事はなく、誰の子でも平等に愛情を注いでくれているのを目の当たりにし、私達家族にとって、この環境がものすごく居心地の良い空間となり又、なくてはならない場所になってゆきました。

そしてスタッフとのフリートークや園長のお話会、あるいは、イベントや園長の出演番組のビデオなどを通して、人間とは？、愛とは？、家族とは？、親子とは？、夫婦とは？と色々なことを考えさせられるうちに、トモエの存在が、今の殺伐とした社会に、いかに重要なのか、又、必要なのかを実感し、今この空間に居られる自分達がなんて幸せなのか、実感した次第です。

1年8ヶ月という長いようで短い期間ではありましたが、とても濃厚で充実した時を過ごせたと思います。そしていま私が確信していることは、大人が子供から教えられることはあっても、子供達には、大人からのしつけは必要ないということです。子供のしつけって何？、しつけとは、親が正しいと思っていること（親の価値観）を子供におしつけているだけであって、その正しいと思っている親の価値観も、もとを正せば代々の親から受け継いだ価値観であって、正しくもなんとも無いものだということが解りかけてきました。

ただ解っていても、自分が幼少期の頃からそういう親の価値観でしつけや物事を教えられてきたので、私達の代でそれを変えていくには、相当の覚悟とエネルギーが要ります。でもそれを遺伝させるとこの世が滅びるといふ危機感。そういうことを色々考えているうちに、自分は何者なのか？ どういう価値観を持った人間なのか？ その価値観はどこから来たものなのか？ という原点を省みないと変化も進化もして行けないということに気付きました。トモエに出会う前の自分はやはり、子供が生意気だとか、わがままだとか、だらしないとか、汚いとか、思っていました。しかし、人間は体感を繰り返し、その体感した物事を学習していく動物であり、20歳になってもテーブルの上を走ったりソファではねたりしている大人はいないはずだと思うのです。ここに来て、子供から学ぶ、あるいは子供と同じ目線で感じてみる、という事の重要性を改めて感じている次第であります。

私は今現在も、相変わらず多忙な日々を送っておりますが、一人の人間として一番大切なものをトモエからもらったような気がします。そして言葉でハッキリと言い表わせませんが、自分の中の何かが変わったように思います。私は、トモエに係わりを持ったことを生涯忘れず、今後も子供達とおもいきり係わりをもって人生を歩んで行きたいと思っています。そして日常生活におぼれ、忘れそうになった時は、心の栄養補給にトモエの空気を吸いに来たいと思います。まだまだ愛とは、人間とは、家族とは、という答え探しは永遠に続くと思いますが、ヒント探しにこのトモエに係わってゆきたいと思います。

園長、スタッフ、お母さんたち、本当にありがとうございました。またちょくちょく遊びに来ます。

事例（45） 子どもを通して父親が自分自身の成長を感じる時

ある父親のレポートを紹介する。この親子も別の園からトモエに転園して、実に濃密な1年間を体験した。第一子卒園後も、二子目三子目と共にトモエに通い、充実した日々を創造している。

私は3学期が終わった翌日から、農場通いを再開し、野菜作りを始めました。畑で一人働きながら、12月から3月までほぼ毎日通ったトモエでの生活を思い出したり、噛み締めたり、不意にウルウル

したり、ニヤニヤしたりしています（あやしい人です。）

トモエに来て8ヶ月、いろんなことがありました。卒園の集いの時に正人さんから、昌弘のトモエでの生活について「短かったけど内容は濃かったね。」と言われましたが（そして、その言葉に、その日何度目かの涙を流しました。）特にこの4ヶ月は私自身にとっても本当にいろいろなことがありました。

泣いたり、笑ったり、悩んだりしながらトモエで感じたこと、そして、今、少し距離をおいて思うことなどを書いてみます。

11月になって、冬の間には少しはバイトもしなきゃ、でも、まずは12月中はトモエに通おうと決めました。そのころの私は、とても疲れていました。それは、昨年1年間に起こった出来事（退職して農業研修に入り、昌弘（現在1年生）が8月にトモエに転園、9月に引っ越したことなど）によるものなのか、それらをきっかけに10年間の公務員生活の疲れが出たのか、あるいは、これまで35年間の比較的「いい子」に生きてきたことへの疲れなのか、それはよくわかりません。「とにかく、少し休みたい」という気持ちでした。そして、トモエに通えば、これから私自身が生きていく上で大切なものを見つけられるのではないかという思いもありました。園長にも「冬になったら時間があるんだろうから、週に2回くらい通ったら？」「お父さんが一緒に通うことは昌弘にこれ以上ないプレゼントになるよ。」と声をかけていただきました。

通い始めたころは、子ども達と遊んでいても、何となく周囲の目を気にしてしまっていました。何かを演じてしまっているような、少し居心地の悪い感じもありました。でも、毎日通って、肩車をしたり、闘いごっこをしたり、抱き上げてマットの上に投げ飛ばしたりして、体を使って遊んでいるうちに、子ども達との人間関係が広がっていき、子ども達に対して「昌弘の友達」というよりも、私自身の友達という感覚を持つようになりました。昌弘を介しての人間関係ではなく、私と子ども達との直接の人間関係とでもいうのでしょうか。これは今まで経験したことのない感覚です。そして、少しずつですが、子ども達と自然に接することができるようになっていきました。

私の心に深く刻まれている感覚があります。10月頃のことだと思います。トモエで遊んでいる時に、昌弘が体育コーナーのブランコをしたいと言い出しました。ブランコを始めると、あっという間に子ども達の順番待ちの列ができます。汗だくになりながらブランコを引っ張っているうちに、何とも言えない爽快な気持ちになってきました。ちょっと大げさですが、「こんな自分でも（と卑下することもないのですが）、今この瞬間、この子たちに必要とされているんだ。」という何とも幸せな気持ちでした。あとで妻から、園長が「ああやって子ども達に必要とされて遊ぶことが彼の自信になるんだ。」と言っていたと聞きました。「自信」と言われると今ひとつピンとこなかったのですが（園長、鈍くてすみません。）気持ちがとても穏やかに、安定した状態になっていくのを感じていたのは確かです。その日は家に帰ってからも昌弘や紘史とも余裕を持って接することができて、自分に対して「おっ、今日は調子いいぞ。これってトモエ効果だな。」などと思っていました。

毎日トモエに通ううちに、そういう気持ちになる瞬間が少しずつ増えていきました。それでも、そういう状態は長く続かないもので、何か嫌なことがあったり、不意に将来のことが不安になってイライラして、それを昌弘や紘史にぶつけてしまったりする自分に逆もどりすることもしばしばでした。また、自分達はこのままでいいのだろうか悩んだりしたこともありました。

毎日通い始めた頃は、「子どもと遊んでみよう（遊んであげよう）」と思っていました。しかし、子ども達と遊んでいるうちに、だんだん、私が子ども達と遊んでいるのではなく、子ども達が私を受け

入れてくれているんだ、と思うようになり、子ども達に「ありがとう」という気持ちになっていきました。よく、子ども達と遊んでいると、お母さんに「ありがとうございます。」とか「すみません。」と言葉をかけていただくのですが、それはこちらが言いたいことです。「お宅のお子さんが僕と遊んでくれました。ありがとうございます。」と言葉に出しては言えませんが、そんな気持ちです。子ども達と遊んでいると、とても楽しく、心が楽になっていきます。そんな素敵な時間をくれた子ども達に「ありがとう」と思うのです。

そういう気持ちで子ども達を見つめていると、子ども達の素敵な面がたくさん見えてきました。子ども達の言葉や行動に感心することが多くなってきて、尊敬にも似たような気持ちを持つ時もありました。確かに、園長やスタッフの皆さんが言うように、子ども達から人間らしさを学ぶことがたくさんありました。そして、そういう子ども達に受け入れられている自分を「オレも捨てたもんじゃないな」などと思ったりもしました。今、私はそれを子ども達がくれたプレゼントだと思っています。自分を認めるというか、事に当たって自分は自分の思うようにやってみよう、と思うことが多くなってきました。

4ヶ月のトモエ通いが終わり、自分も少しは成長したかな、と思う出来事がありました。昌弘が入学式の翌朝、「今日は学校休む。」と言い出しました。何日かしたらそう言い出すだろうとは思っていましたが、いきなりだったのでちょっと驚きました。まだ時間があつたので「あ、そう。」とだけ答えて「どうしようかな」と思いつつ様子を見ていました。家を出る時間が近づき、「今日は休むから、先生に電話して。」と言われて、「うん、わかったよ。」と答え、学校に電話をしました。昌弘への対応として、学校に行くとかこんな楽しいことがあるよ、と言って誘うという方法もあったかもしれませんが、でも、そうはしませんでした。それは入学式での昌弘の様子を見ていたからです。昌弘は8ヶ月ぶりに「みんなお行儀よく椅子に座っている」状況に放り込まれ、不安だったようです。先生が、入学式が始まる前に「水を飲みに行きたい人」と聞いた時に、昌弘は周りをキョロキョロ見ながら不安げに手を挙げていました。入学式ではずっと椅子に座り、校長先生やPTA会長さんのお話を聞いたりして、きっと昌弘は疲れただろうと思いました。昌弘が休むというなら、それを尊重しようと考え、担任の先生に電話をし、「昌弘が今日は休むといっているので、様子を見たいと思います。恐らく弟と一緒にトモエに行くと思います。」と伝えました。

その日の夕方、担任の先生が電話をくださいました。たまたま昌弘が電話を取り、先生から、「今日は幼稚園に行ってきたの？」と聞かれました。すると昌弘は、「トモエは自由な幼稚園で、午前中は好きな遊びをして、午後からは集まりがあるんだけど、それに出るかどうかは自分で決めるんだ。自分で決めて集まりに出ないで遊んでいてもいいんだ。」と先生に説明したそうです。実は、昌弘は怪我をして通っていた病院でも医師や看護師に同じような説明をしていました。それは、「オレはこんなにいい幼稚園に通っているんだ。」と誇らしげな感じで、その姿を見ていると、トモエに通っていること、トモエそのものが昌弘の「誇り」になったんだと思えてきました。このことを正人さんに話すと、「自分らしくいられた場所は誇りに思えるんだよね。」とのこと。昌弘は、毎日、思い切り自分を表現して、いい面も悪い面も出して、「自分」を感じていたのでしょう。その「自分」をトモエが（つまり、園長やスタッフ、お母さんたちが）受け止めてくれて、期間は短かったけれど（ただし、1日当たりの時間は長かった。付き合ってくれた子ども達、お母さん方、そして見守ってくださった園長、スタッフの皆さん、ありがとうございます。いろいろとご迷惑をおかけしたことを、この場を借りてお詫びします。）、内容の濃い8ヶ月を経て、昌弘の心に「トモエ」という「誇り」が出来たのです。その「誇り」をもって昌弘はこれから生きて行くのです。これは何物にも替え難い財産だと

思います。

小学校入学後初めての参観日に行くと、廊下に昌弘が学校で初めて書いた絵が貼ってありました。絵は一番上に昌弘が大好きな「きかんしゃトーマス」、一番下に一昨年家族で望来浜に行った様子が描かれてあり、中段には青、赤、ピンクのバスが書かれてありました。1台1台に「トモエ」「トモエ」「トモエ」と書いてありました。昌弘の心にはいつもトモエがあるのだと思いました。

昌弘は1日休んで、翌朝は「先生に会いたいなあ。」と言って学校に行きました。担任の先生が昌弘のトモエの話を電話で聞いてくれたことで、自分の気持ちを先生が受け止めてくれたと感じ、安心したのかもしれません。朝は妻と紘史が教室まで送っています。帰りは友達と帰ってきます。週に1回位は休みますが、それは自分で自分の精神状態や体調を把握して対応しているのだろうと思っています。

最初の2週間位は、毎日、次の日の時間割をみて、不安に思うことをいろんな形で表現していました。それを私は「ああ、不安なんだなあ」と、できるだけそのまま受け止めました。受け止めて、無理に言葉をかけて安心させようとするのではなく、昌弘の気持ちに共感するよう心がけました。昌弘は、不安に思うことはあっても、学校に行くのも休むのも、自分で決めて、その不安を一つずつ乗り越えています。新しいことがたくさんあって、疲れることも多いのだと思います。私は疲れたら休めばいいと思っています。これから十数年学校に通うのです。焦る事はない、昌弘のペースで、自分でバランスを取りながら歩いていけばいいのだと思っています。

3週目くらいからは、音楽の時間に覚えた歌を歌ってくれたり、給食のこと、休み時間に遊んだこと、学校探検で校長先生からサインをもらったことなど、学校での様子を楽しげに自分から話すことが多くなりました。「学校はつまらない。」とも言っていますが、昌弘の様子をみているとつまらないことばかりではないようです。

そうした昌弘の姿を見ていて思い出すのは、昌弘が1月の誕生会と前後して、集まりに積極的に出るようになったことです。初めは私と一緒に、そのうち自分で集まりに行くようになりました。それは、「集まりには出たくなければ出なくてもよい。出ることを強制されない。」ということへの安心感からではないかと思っています。きっと、昌弘は心の奥底では、みんなと集まりに出たかったのだと思います。しかし、トモエに来てからの約5ヶ月間、それまで受けてきた教育の中で蓄積されてきた、集団で何かをすることへの恐怖感（自分がやりたくないことを強制されることへの恐れ）とでもいうものが昌弘の心を支配していて、集まりには出たくないという気持ちが強く表に出ていたのではないかと思います。それが、トモエで自分のやりたいことを思い切りやって、ほぐれてきて、自分のやりたいことを素直に表現できるようになってきたのだと思います。

それと同じく、学校生活も「疲れたら休んでいいんだ」（世間的には非常識かもしれませんが。）という道が用意されていることによって、「休みたい」という気持ちを表現する一方で、「やりたい」とか「楽しみだ」という気持ちも素直に表現できるのだと思います。昌弘は、自分の状態を把握しつつ、毎日放課後にトモエに行って遊んで、うまくバランスをとりながら歩んでいるように見えます。

私は、そういう昌弘の気持ちを見つめることができるようになったことに、この4ヶ月の自分自身の成長を感じています。昌弘は入学、紘史は入園と、新しい生活が始まり、不安な気持ちを抱えて生活しています。毎日畑から帰ると、子ども達の精神状態はどうだろうか、と考えながら余裕を持って接することができるようになっていきます。これは自分でもちょっと驚きです。そして、昌弘や紘史の緊張や不安をほぐすように、冗談を言って笑わせたり（たまに空振りあり）、布団の上で体を使ってじゃれあったりして、寝る前に子ども達が思い切り笑ってから、眠りにつけるように心掛けています。

(いつまで続くかな?)

卒園の集いの日に園長から、私が4ヶ月一緒に通ったことを指して「昌弘に最高のプレゼントをしたね。」と言葉をかけていただきました。たぶん、それは逆です。昌弘が私に最高のプレゼントをくれたのです。昌弘がいたから、私たちはトモエに来ることができたのです。昌弘が、家族で通った4ヶ月を私にプレゼントしてくれたのです。昌弘のためにと決めたトモエへの転園ですが、それは、私にとって必要なことだったのだと思う今日この頃です。

この4ヶ月、私を受け入れてくれた、子どもたち、お母さんたち、スタッフのみなさん、そして、園長。本当にありがとうございました。これからは毎日はいませんが、できるだけ顔を出しますので、引き続きよろしくお願いします。

最後に、私が昌弘のトモエへの思いを感じた言葉を披露して終わりにします。

昌弘「園長は何でトモエを作ったの？」

私「園長は他の幼稚園で園長になったけど、運動会とか笛とか練習ばかりしていて、子どもが楽しそうじゃなかったから、子どもが楽しい幼稚園を作ろうと思ってトモエを作ったんだよ。」

昌弘「園長、頭いいなあ。」

事例(46) 自分の本当の気持ちに耳を傾ける

自分を見つめるという作業は、困難な過程の連続である。夫婦間の問題、自分の親との問題など、様々な壁にぶつかり、苦悩する。しかし、自分ひとりだけで苦しむのではなく、心許せる人たちに支えられながら心の余裕を生み出すことで、その苦悩を克服していこうとする意欲を育むことができる。次の母の手記は、自分を見つめていく過程を率直に綴ったものである。

無理をするということは、体や心の声を無視することなのかもしれない。笑いたくないのに笑ったり、悪くないのにごめんねとあやまる。疲れているのに休まなかったり、胃が痛いのにコーヒーを飲む。そんなことが続いたせいか、体調をくずしやすくなった。ちょっと心にためただけで、すぐ体のどこかが痛むようになった。もういいかげん自分に正直に生きたら？と、体に言われている様な気がした。

トモエの様な、人が集まる所にいると、時々ひどく居心地の悪さを感じる。それは孤独感であったり、疎外感であったり、罪悪感であったりする。人の目や人と違うことを恐れる気持ちが、姿を変えながら見え隠れするのだ。そろそろ自分の中のメンタルな部分に向き合おうと思った。恐いけれど勇気を出して見つめようと思った。同時に母や夫、子供達との関係を見直すいい機会となり、ずっとフタをしてきた子供の頃の傷が、少しずつ癒されていくのを感じていた。

世の中はたくさんの情報やメッセージにあふれていて、自分は本当は何を考え、どうしたいのかがわからなくなる。否定的なメッセージの渦の中にありながら、“あなたはあなたのままでいい”という言葉をよく耳にするようになった。私のままでいるということは、自分の中からわきあがってきたどんな否定的な思いでさえ、そのまま受け止めることと、日々感じている“居心地の悪さ”を“居心地の良さ”に変えることだと思った。

なぜこんなに人の目や人と違うことを恐れるのだろう。子供の頃はパワフルで、泣きたい時に泣き、怒りたい時に怒り、自分で自分を癒す方法を知っていた。人の目なんか気にしなかった。それがだんだん、泣いてはダメ！怒ってはダメ！けんかしてはダメ！と止められて、体は感情のごみためとなっ

ていった。受け入れてもらえないのは私が悪いからだと自分を責めることを覚え、そしてだんだん人も許せなくなっていく。自分のままでいると受け入れてもらえなかった何度かの経験、嫌われたくないという思いが恐怖感となっている。私の場合は母の影響が大きい。

子供が生まれてから、母と同じようにしかできないジレンマを感じた。抑圧されたくないのに抑圧されてしまう。泣かれると責められているような気がする。毎時毎分、ダメダメダメのオンパレード。ほんとに自分がいやになる。たぶん私がいやだと感じることは、母や誰かに止められてきたことなのだと思う。それはしっかり傷となって私に残ってしまった。母もそのまた母や誰かから、傷を伝染されたのだ。子供を育てていると、その傷にふれて痛い。痛いけれど、私は子供達に伝染させたくない。だから直すために傷の絆創膏をはがすことにした。

絆創膏をはがしたら、母への恨みがドーンと出て来た。なんでもっとちゃんと育ててくれなかったんだ。私のやりたいことをみんな否定して！私のせいにしないで！誰かと比べないで！...と、いいだけ出したらすっきりした。かわりに母から深く愛されていたこと、母は母でいつも精一杯だったことに気づいた。その日の晩は、久しぶりにたくさん泣けた。

母の抑圧的な言い方は今も変わらないけれど、もうそれほど気にならなくなった。子供達に泣かれても、私を責めているわけではないということがわかった。相変わらずダメダメと言ってしまっただけ、前よりは言う回数が減ったと思う。自分の中の居心地の悪さは、『私のことをもっと見て』というメッセージなのかもしれない。

母との関係がクリアになりつつある時、今度は夫との関係を見直さざるをえない居心地の悪さを感じていた。

人といい関係を作りたいと思った時、それを妨げる心の動きがある。昔からの悪いパターンを破ろうとすると、必ずつきあたるのが母親との関係だった。母親は、私にとって人間関係のスタートであり、根っこの根っこだ。夫と向き合っていると、お互い特に強くそれを感じてしまうのだ。第一段階を乗り越えた今になって言えることだけれど...

結婚は、決して安心や安全を約束するものではない。結婚当初、そう言い聞かせつつも心のどこかで、“幸せになれる”イコール“私の欠点を補ってくれる”と思っていたのかもしれない。恋愛の延長線のような生活が終った時、何らかの形で問題が吹き出してくる。私達の場合、しばらく問題を直視することをさけていたけれど、結婚6年目にとうとうその時が来てしまった。

私の父はボタンつけまで自分でできる人だったから、仕事以外何もしない夫とのギャップは大きかった。夫は、私が自分や子供達の世話をし、家を守ることが私の幸せと思い込んでいた。私は子供と共にいることを選んだけれど、本当はどんどん外へ出て新しいことをやってみみたい方だ。夫とは依存ではなく助け合う関係を作りたいかつたし、お互いの人生を楽しみ、共に分かち合うのが家族だと思っていた。自分達が理想とする家庭環境の違いが、こんなにも大きいのかと驚いてしまった。と同時に、何だか古い常識に支配されているようで、すごい反発を感じていた。それから、これはおかしいと思うことがたくさん出てきた。

ホンの数回だけれど、夫に子供達を預けて出かけたことがある。いい気分で家に帰ると、夫はお役目が終わったとばかりにさっさと寝てしまう。私は山になった食器に向かい、ちらかった部屋を見つめながら、どうしようもない無力感に襲われるのだ。子供達を見てもらったという負い目で、本当の気持ちは言えなくなってしまう。子育てや家事に参加してもらいたいと思いながら、やっぱり“それは私の仕事”と思い込んでいることに気づく。

子育ては本当に、私だけで背負わなければならないものなのだろうか。夫の仕事はあまりにも忙しすぎる。忙しすぎて、いつもくたくただ。そして私も実はくたくたなのだ。子育ては予想もつかないことの連続で、心身共に疲れが消えない。毎日深夜帰りの夫には、申し訳ないけどお願いだから自分のことは自分でやってよという気持ちだった。本当に申し訳ないけれど、私には育児と苦手な家事で精一杯だった。会社の社長に「こんなに働かせてどうすんだ」と、文句の手紙を書こうと思ってやめたこともある。だから不満を感じても、話し合う時間すらなかったのだ。

どんどんたまっていた不満は、何が何だかわからなくなっていき、いつものパターンでドッカーンと爆発する。その時はもう、夫と同じ空気を吸うこともいやになってしまった。本当にひどいものだった。初めて真剣に向き合い、感情的になると夫に殴られるんじゃないかと思って恐かった。殴られたことなど一度もないのに、恐くて思考が回らなくなり、言いたいことが何だったかわからなくなる。子供の頃、両親は私や妹の目の前で、よく殴り合いのけんかをしていた。そのことを思い出すのかもしれない。今でも深い傷になっていると思う。

長いどろどろ状態の中で、ほんの少し夫の本質が見えた時、この人も実は傷だらけなんだなと思った。相手が心を開こうと、解決への道を探そうと努力しているうちは、逃げてはいけないと思った。今ここで立ち止まって見つめないで、いつかまた同じことにぶつかるような気がしてならなかった。お互い隠してきた傷が相手を通してあらわにされ、その傷を癒し、心を磨き合う。夫との関係はまさにそうだと思った。

人間の本質は、愛に溢れ、パワフルで知性的、ユーモアがあり、そして創造的だと思う。目の前にぶらさがっている問題さえなければ、本質はいつも目覚めている。逆に問題は、本質に気づく為にあるのかもしれない。色々正直に書いてきたけれど、私は両親のことは大好きだし、夫とは人生のいいパートナーになりたいと思う。母には、私の不満を直接ぶつけたわけではない。傷つけてしまうことがわかってきたから、時には自問自答してみたり、誰かに話を聞いてもらったりしているうちに気づいたことだった。今感じている本当の気持ちに耳を傾けることで、さらに奥に隠れていたホンネの本音に出逢えるかもしれない。傷は必ず癒せる。まず、それに気づくことから始まるけれど。

私の中には6才までの私がいって、子供を育て始めてから突然自己主張を始めた。最初それは何なのかよくわからなかった。ずーっと眠っていた子供の頃の傷は、ある日何かに刺激されて目を覚まし、苦しみの原因となる。私の場合は自分の子供が2才になった頃から始まった。そしてそれは、夫も同じだった。夫は6才までの記憶がほとんどない。いやな感じしか覚えていないという。幸いといっていいのか、仕事が忙しく子供と接する機会があまりなくて、私ほど刺激されることは少なかった。でもそれは、子供達がだんだん大きくなって、自分の気持ちをはっきり口に出せるようになるまでのことだった。

夫が子供達に接する姿を見る時、そこまで怒鳴らなくてもいいのに、と思う。もっと話を聞いてあげればいいのに、もっと遊んであげればいいのにと思う。子供のキックやパンチがあたった時、怒りで2倍にして返す姿を見ると、えらそうな父親の仮面をかぶったタチの悪い子供だと思ってしまう。信じたくないけれど、夫のそういう姿の中に、時々私の姿がだぶって見えてしまうのだ。

私はただ自分の傷ができた原因と、それを癒す方法を知りたかった。人は一生傷に左右されるほど、やわな存在ではないと思っていた。心のふたがひとつあくたびに、ひとつクリアになっていき、世間の常識と思われていることや、私の中であたり前だったことがガラガラと崩れていった。傷の原因は、誰もが持っている心の自然治療力が使えなかったからだということを知った。泣いたり、笑ったり、

怒ったり...、癩癩をおこしたりすることをとめてはいけないのだ。だけど子供に泣かれると、つらくて泣きやませたくなる。癩癩や怒りをぶつけられると、私が悪者のような気がしてくる。兄弟げんかが始まると、いいかげんにしてーと叫びたくなる。頭ではわかっていても、本当に難しいことだった。

ある日、あんまりつらくて泣いていたら、かずが「どうしたの?」と聞く。「つらいから泣いているんだよ」と言うと、「ママ、いっぱい泣いていいからね」と言ってそっと隣の部屋に行った。私は嬉しくてもっと泣く。泣くことを認めてもらった心地よさ、それはいつも私がかずに言っていた言葉だった。私自身の泣くことも、怒ることも、あんなやつ死んでしまえという気持ちも、否定しないで受け止められるようになった。本当の私は、「死んでしまえ」とは思っていない。分かり合えない何か、「死んでしまえ」という気持ちに変化しているだけなのだ。

私はずーっと、自分は価値のない人間だと思っていた。知らず知らずのうちに、白と黒、善と悪をはっきり決め付けていた。人の目を気にするのも、嫌われるのを恐れるのも、人を差別するのもここから生まれていた。私の価値を認めてくれる人を探しては、それにすぎることを繰り返していた。自分のことすら受け入れられないのに、人のことまで受け入れられなかった。いつも傷つくのを恐れ、傷つけることも恐れていた。それがある時、私自身を本当に肯定できるようになった。人の評価は自分の価値ではないと気づいた。何々の為、ではなく、私は私の人生を楽しんでいいんだと思った。

私の夢は、子供が大人になっても、家族が自分の気持ちを話せる関係を築くことだ。親は、つい支配や所有的な話し方になってしまう。否定しないで相手の話に耳を澄ますことはすごく難しい。なぜなら、話を聞く方も話したいことが一杯あるからだ。だんだん鋭い批判と、大人びた言葉を話す息子達。今の私にとって、子供とお互いの考えを分かち合えることに、この上ない幸せを感じている。子供には、私の弱いところをいっぱい見せてきた。子供がすぐ人を許せるのは、いつもありのままの自分でいられるからだと思う。私の傷は、何ひとつ無駄ではなかった。どこかで生きにくさを感じた時、それは立ち止まって自分自身に耳を澄ます時なのだろう。

< 参考資料 >

心の病年代別発症表 (木村 仁 試案)

0	乳児期	・愛されないゆえの情緒不安 ・大人への不信 ・諦め ・同化への道
3	幼児期	*親への依存期 *過保護、虐待、放任 *パニック症候群 ・ADHD ・厳格的なしつけ等による情緒不安 ・乳児の目を恐ろしがる幼児
6	児童期	*人間恐怖症
9		・いじめによる自殺～心身症 ・内臓疾患等 ・親の学校信仰症候群(学校依存、学力主義による子どもへの脅迫等・子どもの人格を無視した倫理観)
12	少年期	・多重人格症 ・恐喝 ・援助交際 ・覚醒剤 ・躁鬱症 ・殺人(教師・親・大人・子ども・その他) ・依存症(親・大人・ブランド・お道具箱症候群～みんなと同じものを持たないと不安になる心理状態) ・対人関係障害(母子関係障害) ・親族殺人 ・引きこもり・ニート
18	青年期	
21		・子育て拒否 ・アダルト・チルドレン
24		・乳幼児虐待
27		
30		(宮崎勤?)
33	成年期	
36		
39		
42	熟年期	・無責任症候群(理想論者・～主義者)
45		・夫婦による息子殺し<仮面の家>(埼玉県)
48		
51	責任期	
54		
57		・金属バット息子殺し ・定年離婚(成田離婚等) ・無責任症候群(乳幼児とその若い家族に理想を押しつける。温かく育てようとしなない身勝手な老人が増える)
60	責任と奉仕期間	
63		
66		・著名人の自殺(多くの影響を与えた人の諸問題)

<参考文献>

- * 『魂の殺人』 アリス・ミラー（新曜社）
- * 『母という暴力』 芹沢俊介（春秋社）
- * 『母子関係障害という病』 ジャン・マリ・デラシュー（光文社）
- * 『家族依存症』 斉藤学（誠信書房）
- * 『子供の愛し方がわからない親たち』 斉藤学（講談社）
- * 『家族の間をさぐる』 斎藤学（NHK出版）
- * 『アダルトチルドレンと家族』 斎藤学（学陽書房）
- * 『仮面の家』 横川和夫（共同通信社）
- * 『かげろうの家』 横川和夫・保坂渉（共同通信社）
- * 『息子殺し』 斎藤茂男（太郎次郎社）
- * 『家族の中の孤独』 岩月謙二（ミネルヴァ書房）
- * 『閉ざされた扉のかけで』 M.A.ストロース・R.ゲルス・S.スタインメッツ（新評社）
- * 『親から自分を取り戻すための本』 マーガレット・ランホルト（朝日文庫）
- * 『失われる子育ての時間』 池本美香（勁草書房）