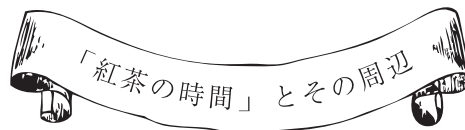


きもちは、 言葉を さがしている



第11話

水野 スウ

Kさんのこと

わが家の週1オープンハウス、「紅茶の時間」にやってくる人たちの中から、前は2人の若い人のことを書きましたが、今回は私とほぼ同い年のお母さん、Kさんの話をしようと思います。

21年前、今の町に越してくるなり出逢って、それからよく紅茶にくるようになった、近くに住むKさん。逢ってすぐ、私はこの人のこときっと好きだな、と予感しました。

自分を少しも飾らず、感じたきもちを素直に言葉にするとところや、話がおもしろくて一緒にいると楽しいところ、小さなうれしいこと見つけの名人なところ、等など、私がいいな、と思うところをいっぱい持ってそうな人だったからです。

そんなKさんのいいところを、私がある時どきに見つけて彼女に伝えると、Kさんは、え？と意外そうにして、「いやあ、私なんか……。だけどそう言われてみると、そんなとこ、私あるんかも」と半信半疑の顔で言っていました。

そのKさんが紅茶に来だして1、2ヶ月した頃だったか、他の人のいない紅茶の時間に、ちょっと真顔で私に言ったこと。

「あのお、私ってすごくヘンで、変わってて、常識はずれのとことか、たくさんあるらしいので、もしも失礼なこと、私が言ったり、したりしたら、その時は言ってね、教えてね」

そう聞いた私は、それこそ、Kさん、今日はヘンなことというなあ、って思った。その、ほかの人と同じじゃないとこそ、彼女のおもしろさで、楽しさで、すてきなとこなのにな、と出逢って以来、ずっと感じていたからです。

色とりどりな人たち

紅茶には、ほんとに多種多様の人々がやってきます。——いい人に思われたくて無理してそうふるまう人や、緊張してなかなか話せない人や、ついついカッコつけた話をしてしまう人や、妙に謙遜しすぎ、逆に卑下しすぎの人、警戒心が強くて自

分を出さない人、自慢気な人、上から目線の人、
等など。

でもそういう色とりどりな人たちが、かなりの割合で、紅茶になじんでくるにつれだんだんにほぐれて、守りの上着の脱ぎ、世間体のかざりをはずしていく過程を、私は何度となく目にしてきました。

一人ひとりそうやって脱いで、自然体になっていけばいくほど、その人がこれまで経験してきたことも、その人の持っているいいところも、前よりもっとずっと見えて来て、へえ〜、この人にはこんな面もあんな面もあったのか、こんな感性持ってたのか、と発見し、初対面の時の印象がいい意味で裏切られる楽しみを、私はたくさん味わってきました。

思えばKさんには、そういうカッコつけたことや、裏表や、バリアーというものが、最初からさらさらないなあ。ああ、だから私はこのお母さんにこんなに惹かれたんだ。

そんな彼女の存在が、紅茶に来だして間もないまだきもちの固い人にとって、どれほど気が楽になり、ほっとさせてもらえることだったろう。Kさんが紅茶の場によく居てくれることが、私にとってもおおいに助けられることだったのです。

そしてごく自然な流れで、紅茶仲間の間に、Kさんって、なんかいいよね、一緒にいると楽しい、ほっとするな、あのお母さん、好き、という人がふえていきました。

ぼろぼろ、大泣き涙

それからだいぶたったある日、Kさんが「あのね、スウさん、私が紅茶に行くようになって3ヶ月くらいした頃かなあ、紅茶からの帰り道、私、家までずっと泣きながら帰ったんだよ」と言うので、え、何かあった？ と訊くと、返って来たのがこんな答え。

「違う違う、何かあったんじゃないくてね、たぶんあの日、私やっと気づけたんだと思う。ああ、そうだったのか、私はこのまんまの私でよかったんや。これまで自分は、いったい何を気にしてたん

やろ。私は私のままでいい、これでいいんや。そう思ったらもううれしくてうれしくて、自分でもなぜかよくわからなかったけど、ぼろぼろぼろぼろ、泣きながら家まで帰ったんだよ」

突然の大泣きうれし涙のわけにびっくりしながら、私はいろいろと想いを巡らしました。

Kさんとつきあいはじめの頃、彼女が何度か、自分のおいたちについて話してくれたことがあります。

お母さんは、彼女を生んですぐに亡くなったこと。小学生の時に、お父さんも亡くしたこと。7人きょうだいの末っ子の彼女を、兄姉たちが親代わりになって、慈しんで、懸命に育ててくれたこと。お金はなかったけれど、家にあるものをうまく工夫してお兄さんがおもちゃをつくってくれたり、遊びを發明してくれたりしたこと。

彼女は、兄姉たちとのそんな暮らしの中の、楽しかったひとこまひとこまを、今も実にあざやかに覚えています。そしておうちの経済的な事情から、彼女は中学を出るなり、都会の化粧品のお店に住み込みで働きだしました。

「でもね、自分が末っ子で幼すぎたせいとか、貧しかったことを不幸だとかつらいとか、ちっとも思わなかったなあ。兄姉たちに囲まれて自分ら子どもだけで暮らすことを、おさな心にむしろ楽しいと、あのころ感じてた私もいるの」。

子ども時代のたからもの

子ども時代に味わった、楽しいうれしい時間はたからもの、その人のその後の人生の、生きるちからになる、とよくいわれるけど、Kさんの場合もまさにそうなのだろうなあ。

ちいさな妹が、お兄さんやお姉さんたちにどれほど愛されたか、大切にされたか、一緒に笑いあったか。私の惹かれる彼女の明るさ、くよくよしないおおらかさ、くったくのなさ、といったものが育まれたわけも、きっとそんなところがあった気がする。

Kさんがいきいきと語る子どもの頃の思い出話を聴くたび、こっちも大笑いしながら、やっぱり

そうなんだ、現実にはそれは生きるちからとなって、彼女のその時代とその後を支え、はた目に大変な苦勞に見えることでも、きっとなんとかなるさ、と乗り越えてきたんだなあ、と思ったものです。

常識のものさし

私からはそう思えるKさんだけど、紅茶と出逢う前の彼女は、ご近所とのつきあいの中でくりかえし何度もこんなふうに使われてきたそうです。

「やっぱり親がいないって、ふつうの人と違うよね」「ふつう、みんなそんなことしないよ」「常識を教えるのは親やから、知らないのかもしれないけど」「〇〇さんは変わってるからできる、自分ならそんなこと、ようできんわ」「世間はこうするものだよ。これが常識。しないのは変」

こうして並べてみるときつい言葉だけど、言う側に、意図した悪気はたぶんないのです。というか、世間体や常識を大事にする人たちのものさしではかると、そこからはずれたところがKさんにはいっぱいあるように見える。そう思った人たちが、正しい方はこっちだよと、教えてあげているつもりだったかもしれません。

だけでもKさんにしたら、あまりに度々そう言われてきたので、自分は、常識を知らない、普通と違う、どこか欠けたところのある人間なんだ、親を知らずに育った自分だから、やっぱり変なところがあっても仕方ないんだ、としっかり思いこんでいたらしいのです。

ああ、それであの時私に、ヘンなこと、失礼なこと、もし言ったら教えてね、と言ったんだ、とやっとな私にも疑問符がとけました。

まるごとの私

私は自分のことを、かなり常識はずれに生きてきた人間だな、いわゆる世間のふつう、にはあまり縛られないタイプなんだらなあ、と思っています。10代のころから、言うこと、すること、着るもの、興味あるもの、などに関して、水野さんって

変わってるよね、とよく言われてきたけど、それを下向きにとらえないですんだのは、両親が私に、あれこれとダメ出しや干渉をしなかったことと、加えてもう一つ、母を亡くした後、15歳の時に出逢った銀座の画材店のおやじさんの影響が、ものすごく大きかったと思います。

当時ですでに70歳近かったおやじさんから、「スウヤ、お前はおもしろいなあ、ほんとにお前さんはおもしろい子だ」と、何度も心から言ってもらえていた、という稀な経験。

私のまるごとを、このおぢちゃんはそのまゝ認めてくれている。私が、人とは違うおもしろさを持っている、そのことこそ私のいいところなんだ、という感覚をあんな年齢で持てたことは、その後の私の人生の中で、私が、自分自身をあまり否定しないで生きてこれた、原泉の一つなんじゃないか、と今でも思っているからです。

「水野さんって、フリーに生きてますね、個性的だね、マイペースですね」思い返せば若い頃、よくそんな言葉も聞いたっけなあ。いま思うと、こういう言葉のいくつかは、とりようによれば必ずしもほめ言葉じゃなかったのかもしれませんが。

だけど当時の私はまだ人生経験も浅く、そこまで他人の言葉に気を回すほどは敏感でなく、その成り行きの結果として、今日まで、少数派であることをさほど怖れることもなく、なんとかこうして生きてこれちゃったのだなあ。

はからずもそうできた、その根っここのところには、画材店のおぢちゃんが私に贈ってくれていた「お前さんはおもしろい」、そういう自分を信じていい、という漠然とした、でも私にとってはたしかな根拠と思えるものがあったんだ、とあらためて思うのです。

ひとをはかるものさし

ひとを、いったいどんなものさしではかるのか。いや、そもそも、ひとを、世の中の平均、というものさしにあてはめて、良い悪いの点数なんかつけられるものなのか、って度々思います。

長く紅茶の時間を続けてきて、言えるのはこういうことかな。

ひとつ、ダメダメ視線——そこがダメだ、劣ってる、足りない、そこはこう直さなきゃ、正さなくちゃ、といったよくないところ探しばかりの視線——にさらされている中では、元気は内からなかなか湧いてこないし、自分で自分を好きになることも、自分を認めることも、受け入れることも、自分らしく生きることだって、おそらく結構むずかしいことなんじゃないだろうか。

現に、私の目から見て、すてきなとこいっぱい持ってる、紅茶仲間にもファンの大勢いる、このKさんですら、足りないとこ、みなと違うとこ探しの視線にずっと囲まれているうち、自分には人間としての大切な何かが欠落しているんだ、とかなり本気で思いこんでいた、というか、思いこまされてしまっていた。そのことで、紅茶に来はじめの頃は、自分のどこかに引け目を感じていた彼女だったのです。

ダイナミックな宙返り

いつも思うけど、その人のいいところって、そのひと本人にはなかなか見えない。誰かに見つけてもらって、それを少しずつ受け入れて、そのうち、自分も誰かのいいところを見つけて、また人から見つけられて。

そういったきもちのいい循環が、紅茶に来だしてしばらくしてから、Kさんの内と外で、ぐるぐるまわりだしたようでした。

ひとつのものさし、たとえば、世間や常識というメジャーからは外れてるとされた彼女が、紅茶ではもう当たり前の、バラエティ豊かなゆるい価値観の中で、まったく問題ないどころか、むしろ、构子定規でない彼女のオープンマインドや率直なものいいが、魅力的なものになる、という反転のおもしろさ。

つまりKさんの感じていた引け目って、そのひと本人が努力して解決すべき問題ではなくって、これがふつう、みんなこうするもの、といった常識的な価値観のものさしに人をあてはめようとし

て起きた、言い換えるなら、その人をとりまく環境問題だったんだ。

Kさんの本来持っているよさが、紅茶の中でたくさんの人から発見され、その仲間たちから、彼女はお世辞でないほめ言葉のシャワーをいっぱいあびて、それがだんだんと貯金されていったのでしょう。

そしてそれがある時点で一定の量まで達した時、彼女の内側で、自分に対する価値観の、ダイナミックな宙返りが起きた。それが突然の、ぼろぼろのうれし涙の大泣きだったのだと思います。

そうとわかった時、そりゃあもう、Kさん、どんなにうれしかったろう、どんなに安心できたことだろう。

Kさんは今、前よりもっと紅茶にとってなくてはならない、大事な仲間の一人です。彼女は、紅茶に行くようになったことで、自分のいいところもいやなところも、両方見つけることができた、それがほんとによかった、と今だに何度でも私にそう言います。

そして、ご近所さんとのおつきあいも、ここがまた彼女のすてきなところだと思うけど、そのまま続いています。

その団地に越して来て以来、その人たちに子育て中もたくさんお世話になったし、その人たちのいいところもあらたに見つけられるようになったし、前ほどは、変わってる、と言われなくなったし、よしんば言われたとしても、以前のような、自分への悲しい思い方はもうしない自分いることを、彼女はもう十分に承知しているのです。

そのままのあなたで

今ふと思いついて、今回の文章の、Kさんのいいところを言い表す言葉を、ここにまとめて並べてみました。

自分をかざらないところ
感じたきもちを素直に言葉にするところ
小さなうれしいこと見つけの名人

ほかの人と同じじゃないとこ
話がおもしろい
カッコつけない
人に対する裏表やバリアーがないところ
一緒にいると楽しい
ほっとする
きもちの明るいところ
くよくよしないおおらかさ
くったくのなさ

読み返してみて、ちょっとおもしろいことに気づきます。これって全部、これができる、あれができる、といったdo的なほめ言葉じゃなくて、be的な認め言葉ばかりだ。それはまた同時に、

そのままのあなたでいいのだよ
そういうあなたが好きなんだ
どこにも欠けてるところはないよ
まるごとのあなたが、いいんだ

と言ってるのと同じこと。

こういった、その人の存在そのものを認める、beの価値観の言葉がある一方で、みんなと違う、一緒じゃないとこがおかしい、という世間の枠を基準にした、足りないところ探しの責め言葉や、そんなじゃだめだ、がんばりが足りない、結果を出せ、といった、叱咤激励、成果主義的な、doの価値観の言葉も、ちまたにいっぱい過ぎるほど、あふれています。

doの価値観が強い人たちからすれば、そのままでもいい、なんて一度でも言おうもんなら、その人のそのままを認めてしまったなら、なんにも努力をしない、ダメ人間があふれてしまう、とおそれてるのかもしれないけど、はたして本当にそうかな、と私はたびたび思うのです。

ここでもまた、宙返り

私のよく知っている若い人、Sさんは、もっと若い頃はもっとまじめで、四角四面の完璧主義さ

んでした。

たぶんそれゆえに、こんな自分じゃだめだ、もっと努力してみんなみたいにがんばらなくちゃ認めてもらえない、だからがんばるしかない、と思っていた時期が長くあって。

でもなぜかそう思えば思うほど、元気も意欲もまるで出てこなかったそうです。努力することにもう疲れ果てて、みんなと同じにはできない、情けない自分を自分でとことん認めて、受けいれて、そんな自分にできることからはじめよう、とハードルの低いところから歩き出したら、あれ、不思議だなあ、だんだんちからがついてきて、少しずつ元気も出てきたんだよ、と言っていました。

そうやって生きていたら、自分の弱さやみっともないとこ出しても大丈夫、と思える人と出逢った。その人から、そのままのあなたでいい、と言ってもらえたこと、そういうまるごとの自分を受け入れてもらえたことで、さらにSさんの中に安心のきもちがふえていき。

するとそれに比例するように、それまで自分なんかできっこない、とっていたいくつもの新しいことが、いつのまに出来るようになっていたり、知らずにいた自分のいいところを発見してもらったり、また自ら発見したり、と、いろんな変化が自分の内側から生まれてきたことを、実にうれしそうに話してくれました。

できないことを無理に努力してがんばるんじゃなくて、自分に今できるモノ・コトの中でせいっぱいの努力をすれば、きっとそれでいいんだ、という自分なりの哲学を、悩みながらまわり道したその過程で、彼女は見つけていったようでした。

紅茶のKさんとまったく同じってわけじゃないけど、それと同質の、価値観の宙返りが、若いSさんの内にもやはり起きたのだなあ、と思います。

クッキングハウス25周年コンサート

話はかわって。昨年12月、東京調布でレストランをひらいている福祉の作業所、クッキングハウスの活動25周年記念コンサートに、家族で出

かけました。

こころの病気の当事者であるメンバーさんたちと、そこで働くスタッフ、そしてクッキングハウス代表でソーシャルワーカーの松浦幸子さんとが、3年もの年月をかけて自分たちで作詞作曲した歌、全16曲を自分たちで歌うという、それは実に画期的なコンサートでした。

広いホールを埋めた700人ものお客様の前で、メンバーさんたちが堂々と顔をあげて、全身で歌っている。その表情のなんと美しいこと、輝いていること。

聞いているうち、あったかい涙がひとりであふれてくる。勇気と希望が胸に満ちてくる。それは、歌詞の一つひとつ、どれも自分たちが経験した本当のこと、本物の言葉だからでしょう。

病気になって、たまらなく不安だったこと、怖かったこと、だけどクッキングハウスと出逢えて、仲間ができて、もうひとりぼっちじゃないと思えたこと。ご飯を一緒につくってみんなで食べたら、少し元気になれたこと——メンバーたちの体験してきた、それぞれのリカバリーへの道のりが、そのまんま歌詞になり、曲になり、歌になっていました。

♪そのままでもいいのだよ

16曲の歌の中には、くり返し何度も登場するフレーズがありました。

♪そのままのあなたで、いいのです／♪いまのあなたをさらけだして そのままでいいよ／♪病気のことは隠さなくてもいいのだよ そのままのあなたでいいのだよ

病気になったことで、たくさんのdoなことができなくなっただろうメンバーさんたち、家族やまわりから、責めの視線やこころに刺さる言葉を、おそらくいっぱいあびても来たでしょう。

だから、そのままのあなたでいい、と一度や二度言われたって、すぐには信じられない。だけど何度も何度もこの言葉がくりかえされ、自分のこ

とを仲間たちから受けとめてもらっているうちに、少しずつ、ほんとに少しずつ、その言葉を自分の中にいれていく。

病気になった自分を自分で受け入れて、病とも一緒に生きて行くためには、くりかえし、そのままでもいいのだよ、の言葉を自らにも言っていくことも必要なのでしょう。

自分たちの苦しかった日々を歌にして表現することで、自らを励ます。それは一人ひとりの内にある、癒えるちから。そのちからが同時に、聴いている人たちをも励まして、希望と勇気を贈っている。コンサートの間中、広いホールいっぱい、そういうあたたかな循環が起きていました。

doの土台にあるbe

がんばることも努力することも、人が生きていく上で、もちろん大事なdoです。だけど、その土台にあるbe——その人の存在そのものを認めることなしに、その人にできない努力を外側から強いるのって、どうなんだろう。

学校現場での、点数や優勝至上主義にしかみえない、体罰という名の暴力事件を見聞きする度、目に見えるdoだけを執拗に求めて、その人を暴力のちからや言葉でおさえこむ時、そこで踏みにじられているのは、ほかの誰ともとりかえがきかない、一人ひとりのbeなんだ、と思うのです。

最後にもう一度、今回はじめの方に登場してもらったKさんの言葉を。

「ひとは、自分のことを、これでいいんや……と思えたら、それまでの道のりや、それからのいろんな出来事も、出逢う人たちも、ゆるやかに認められて、幸せな気持ちになるんやね。そう思えたことが、私のこれまでの年月で、最高のハッピーです」

2013.2.25