

# きもちは、 言葉を さがしている



## 第 33 話

水野 スウ

### 心の居場所

新宿から京王電車に乗って、調布駅で降りる。商店街を数分歩けば、ほら、もう「クッキングハウス」の目印、黄色いのれんが見えてきます。

代表をされているソーシャルワーカーの松浦幸子さんのお話を聞いて、そのひと月後にはじめてクッキングハウスを訪ねたのは、20年ほど前のこと。そこは、おいしい玄米ごはん定食が食べられるレストランで、心病む人たちが自分のペースで働く仕事場であり居場所であり、相手にも自分にもきもちのいいコミュニケーションやメンタルヘルスを学ぶ教室で……と、一言では説明しきれない、とても不思議なレストランでした。

松浦さんのすてきな笑顔、一人ひとりといねいに向き合う姿勢、メンバーさんたちのかもし出す、自然体で安心の空気がなんとも心地いい。メンバーさんにまじって、コミュニケーションの練習やメンタルヘルスの講座に参加できることも楽

しくて、機会をみつけてはよくクッキングハウスに通うようになりました。

心の病気をしても、病院ではなく街の中で、人間らしく、当たりまえにともに暮らしていきたい、きもちを話しても大丈夫な居場所をつくりたい。そう思った松浦さんが、1987年に12畳のワンルームマンションで、ごはんをつくって一緒に食べることから生まれたクッキングハウスは、5年後、レストランに育ちました。お菓子づくりの「ティールーム」や、メンバーさんが夕食を食べながら語りあう場としての「クッキングスター」もはじまって、今や3つあるクッキングハウスは、メンバーさんのみならず、当事者の方、ご家族の方、全国からみえるお客様にとっても、大きな安心と希望を分けてくれる、ますます貴重な心の居場所です。

### スウさんのピースウォーク

そのクッキングハウスが毎春ひらいてくれる、「ス

ウさんのピースウォーク」というおはなし会。名づけ親は松浦さんです。テーマは毎回違うけれど、通しタイトルはずっとこれ。以前松浦さんに、石川では市民が平和の想いをもちよって街なかを歩く「ピースウォーク金沢」というアクションが続いていて、私も毎年一緒に歩くんだよ、と話したことがあって、おそらくそれがヒントになってのネーミングだったのでしょうか。意味は、私なりの平和の歩き方、といったところでしょうか。松浦さんから出されるその年どしのテーマは、9条だったり13条だったり12条だったり、「いのちの未来と原発と」だった年もあれば、時には「私の心の居場所の原点」とか、「心の自由を求めて」という年もありました。

それにしても毎年毎年、よく飽きないで呼んでくださること。私だけでない、年間通していろんな方をゲストに、憲法や原発や平和のコンサート、上映会、たねと命のおはなし会、などがひらかれるクッキングハウス。松浦さんの平和を求める強いきもちは、一体どこからくるのだろう。

この国がもしも危険な方向に向かおうとする時、真っ先に軽んじられるのが福祉の分野ではないか。そうなった時、弱い立場にいる人たちの、心のおだやかさや安心な暮らしが脅かされかねないと、松浦さんはずっと前から感じていました。だからこそ、メンバーさんと一緒に憲法を学ぶ。平和がどんなに大切かを知る。平和な社会であってこそ、メンバーさんたちも安心して生きられる。不安だらけの社会には、なんとしてもさせたくない。松浦さんのその願いの強さが、クッキングハウスを支えている屋台骨なんだ、と今は実感しています。

2018年春、14回目を数えるクッキングハウスでのおはなし会。「私たちは 平和のメッセンジャー」というのが今回のご注文のテーマです。クッキングハウスは、文字通り“注文の多い料理店”で、私は毎年、松浦さんからテーマをふられるたび、う～ん、これをどう料理したらいいだろう、とうれしく楽しく頭を悩ませます。今回も

その場に集まってくださったお客様やメンバーさん、スタッフさんたちとの協働作業で、私たちが平和のメッセンジャーになる、伝える人になるってどういうことだろうね、と考えあい、語りあうことにしました。

## 伝え方のお手本

私は憲法や平和について語る時、いつもできるかぎり平らに話そうと心がけているけれど、そのお手本は、実はクッキングハウスです。誰かを責める口調や、上から目線で自分の考えを押し付ける“あなたメッセージ”だと、いくら力説しても伝えたいことはまるで伝わらない。反発されるだけで受け取ってもらえない。大事なものは、「私」を主語にして、自分のきもちを“わたしメッセージ”で伝えること。自分ばかり一方通行で話したら、それって対話じゃないよね。相手のいうこともしっかりと聴く。そうか、そんな風に思ってたんだね、と確認する。相手を理解しながら、こちらの伝えたいことを、その人のわかる言葉で平らに話す努力を、けちらない、惜しまない。

こういった伝え方の基本を私に教えてくれたのは間違いなく、クッキングハウスで日常的にしているきもちのいいコミュニケーションの練習、SST（ソーシャル・スキルズ・トレーニングの略）です。心を病んでいる時は対人関係が難しくなりがち。SSTはそんな人のために用意されたリハビリプログラムだけど、私自身が参加してみて、これはどんな人にとっても役に立つな、と。コミュニケーションには練習が必要なんだ、と実感したのです。その意味で、毎春のピースウォークおはなし会は、SSTやメンバーさんとかかわるコミュニケーションで練習したことの、応用問題の発表の場だった、といえるかもしれません。

そこには、心の病気を経験し、お薬も服用しているメンバーさんたちが毎回、必ず何人かは参加してくれます。憲法の言葉をなるべくわかりやすくほどいて伝える。大きすぎる声で話さない、攻

撃的な激しい言葉をつかわないで（メンバーさんの中には、あたかも自分が非難されていると受けとってしまう人もいます）、語りかける。そういったことを気にかけながら話すようにしていたら、いつのまにかそれが私の伝え方のスタイルになりました。メンバーさんが安心して聞ける話し方は、きっとこれまで憲法にあまり関心がなかった人にも、若い人にも、ちいさな人たちにも、受け入れてもらえる伝え方なんじゃないかなと思っています。

クッキングハウスで教えてもらったものをここにお還しする、この循環、まるでブーメランみたいですね。でも私、本気で思うんです。平和や憲法のこと、平らに話せるようになりたいって思う人は、クッキングハウスにきて、SSTに参加して、コミュニケーションの練習したらいいよ、って。ま、そうできなくても、少なくともこれだけは一人だってできる。自分の話し方がいつも、上から目線で相手を非難する“あなたメッセージ”になってないかどうか。自分を主語にして、きもちをまっすぐ伝えているかどうか。聞くところによれば、紛争解決学という実践的な平和学の分野でも、“わたしメッセージ”の伝え方はとても高く評価されているそうですよ。

### 平和ってどんなこと？

おはなし会で度々つかう小さな折り紙は、私の出前に欠かせない小道具。この日も一枚ずつみなさんに配って、最初にしたことが、「あなたと憲法の距離感」のワークでした。この時点では、ほとんどの方にとって、憲法はやっぱり遠いイメージ。ちなみに私の場合は、9年前のこのおはなし会で、娘が憲法13条をすてきに発見してくれて、おかげで憲法との距離が一気に近くなったけど、これはちと特殊な例ですもんね。

その折り紙に、次は言葉を書いてもらいます。あなたにとって、平和ってどんなこと？ どんなイメージ？ どんな時、平和だなあと感じる？ 書いたらそれを何人かの人に読んでもらいます。

いろんな家からごはんのおいしい匂いがしてくる

はだかんぼの子どもたちが大きな声あげてはしゃいでる

本音で話せる 違う意見がいいあえる

戦争や飢餓や差別がないこと

家族で食卓を囲みながら話ができること

日向ぼっこしながら眠れること

空が静かで爆音などしないこと

友達を信頼できること

自由に本がよめる、好きな映画が見られる、

好きな音楽が聴ける

大声で思いっきり笑えること

いっぱい出てきましたね。私からは、同じ問いかけを紅茶の時間でしてみた時に出てきた言葉を、いくつか紹介しました。

好きな人と結婚できること——今の憲法ができる前の日本では、一家のお父さんが反対したら結婚は許されなかったんです。今は憲法24条のおかげで、結婚したい当人同士がそう望めばできるようになりました。娘はパートナーと出逢ったひと月後に、「私、彼と一緒に生きていくって決めたから。たとえ反対されても一緒に生きていくからね」っていきなり宣言したんだけど、私はそれを聞いた瞬間、あ、24条してる！ って思いましたよ。昔は、個人の意味よりも家という制度が重要なことだったんですよね。

平和、といわれて、思いつくことや場面がたくさんあること——生まれてからずっと難民キャンプで育ったり、子ども兵士にさせられていたりしたら、彼らの平和と私の平和は決して同じじゃないでしょう。

18歳で兵役につかなくていい自由があること——イスラエル人の友だち、ダニー・ネフセタイさんの生まれ育った国では、その年になったら性別に関係なく誰もが、兵役につかなくてはなりません。イスラエルの小学校の教室には「国のた

めに死ぬことはすばらしい」の言葉が大きく掲げられています。過去と違って今の日本で、徴兵制は憲法違反なので、ある日突然、あなたのおうちに、兵士になれ、という令状が届くことはないけれど、イスラエルではそれを拒否すると、その人のその後の生き方にいろんな不利益が生じるそうです。

ここにあげたどれもこれも、一つひとつまるで当たり前のようにいて、かつてはできなかった、許されなかったことばかりです。こうして自由に集まれることも、クッキングハウスやいろんな場所で、平和や憲法のおはなし会ができることも、政治に対しておかしいと思った時おかしいといえることも、もっと身近な例をあげれば、私がいくつになっても着なければ真っ赤な服を着れることも、平和な社会であればこそ。

古くからの紅茶仲間の細川律子さんは、35年余り続く家庭文庫で毎年、平和のおはなし会をひらいています。集いの後のお茶の時間で律子さん、こんなこと言ってました。

——誰もが好きなように集まれること、言いたいことを言えること、戦争はいやですって言えること。それが平和だと思うのね、できない時代もかつてありましたもんね。この文庫も、平和だから続けてこれた。平和の象徴は、安心して、絵本を読んだりおはなしを聞いたりできること。こういう、今あたりまえに思えることも、こうしてちゃんと言葉にしておかないとね。

ちゃんと、言葉にしておかないと、ね。うん、本当にそう思うんです。平和ってどんなこと？と意識すること。それぞれが言葉にした平和を、聞いた人が、ああ、なんか漠然と思っていただけ、これも平和か、あれも平和か、ってあらためて感じる。過去を知り、ほかの国を知ることで、今ある平和の価値に気づいたり、まだ手にしていない平和、すでに奪われかけている平和について、考

える。ここに出てきた平和のどれ一つとってみたら、量販店のバーゲンセールに並んで、安く簡単に手に入るグッズなんかじゃ決してないんだよ。そんなことに、「平和ってどんなこと？」のいつきを共有しながら気づいてもらえるといいな、そう思っただけのこの問いかけでした。

### クッキングハウスって何条？

「これって何条？」憲法クイズ。自分たちが普段していることを立ち止まって眺めてみて、これって憲法的には何条にあたるんだろう、と考えるクイズのことです。さて、クッキングハウスのしていることっていったい何条にあたるんでしょう。

真っ先に、13条の場、という声があがります。いろんな違いをもった一人ひとりが等身大で認められ、尊重されている。悩んだり困ったことがあれば、松浦さんが聴いてくれる。仲間たちも受けとめてくれる。その大切さは行ったり来たり。どこの職場でもそうなわけじゃないから、この場が13条であるってとても貴重なこと。遠くから来たお客様にもそれが伝わって、初めて来た人も自分が大切にされていると感ずることが出来ます。

食べることはいのちに直接かわること、いのちを支えるごはんをつくる場所だから、生存権の25条でもあると思う、の声。そうだね、誰もが人間らしく生きる権利を持っている、という25条を実践している場。松浦さんは、メンバーさんにとってそれが必要なことなら、25条を使って堂々と生活保護を受けましょう、と一緒に市役所に行って、申請のお手伝いをします。

クッキングハウスの応援団であり、伴走者でもあったフォークシンガーの笠木透さんは、「心の病気をした君たちだからこそ、自分の思いを自分の言葉で表現してみたらどうだ？ シェアしあいながらつくっていくと、仲間のよさがわかってくるぞ。さあ、うたづくりをしてみよう！」と、一

から歌のつくりかたをクッキングハウスに教えてくれました。笠木さんの言葉通り、クッキングハウスではもうずいぶん前から、自分たちでつくった歌を歌ってきています。

2017年に満30周年を迎えたクッキングハウス。その特別な日のために、仲間たちは2年がかりで歌をつくり、その歌を織りこんだミュージカルドラマをつくりました。その日、クッキングハウスの仲間たちは大きな晴れの舞台に立って、大勢のお客様の前で1時間半にも及ぶ、「いのちの輝き希望のあかり」のミュージカルを見事に歌いあげたのです。まさに表現の自由の21条をしています。

クッキングハウスでは、私のおはなし会だけでなく、映画「不思議なクニの憲法」上映会をしたり、9のつく日は「平和ランチ」の日と称して、れんこん料理（れんこんは穴が9つあることから、9条とかけているのです）を出したり、自分たちのつくった歌の歌詞にも、平和の希求がいっぱいこめられています。

♪いつもみんなで学び合う 心が平和になる  
ために 一緒に生きて行くために  
(小さな居場所)

♪私たちはいつでも 平和でいたいから あ  
なたも一緒に声をあげようよ  
♪平和を求める限りない思い おだやかな毎  
日とその証なんだから 平和のうたをいつ  
までも (平和のうたをいつまでも)

数えたらいくつもあるある、クッキングハウスでふだんからしていることがそのまま、9条の心であり、不断の努力の12条することでした。こうやって一つひとつあげていくと、クッキングハウスの自分たちが平和のつくり手だったり、平和の表現者だったりしていたんですね。

## 大胆なレストラン

この日は映画「大胆な平和」の話もしました。軍隊を捨てて70年間、平和を保ってきた中米の小さな国、コスタリカのこと。それはまるで奇跡のようにも思えて、日本語では「コスタリカの奇跡」(\*)という題がついているけど、もともとの英語のタイトルは「大胆な平和」というのです、と。それに続けて、日本が戦争に負けた翌年、当時の幣原首相が、日本はもう武器を持たないことにする、とマッカーサーに非武装の9条を申し出たことも、実はすごく「大胆な提案」だったのではないかしらね、とも。

おはなし会のおしまいはいつも、ひとこと感想をいうふりかえりのシェアリングタイムをしますが、この日はコスタリカに関する感想もたくさん出ました。

順にひとまわりして、おはなし会に参加していた娘もふりかえりのひとことを。

——最初に感想いったメンバーさんが、「スウさんのお話楽しみにしてたのに、お昼ご飯のあとで眠くてやっぱり寝ちゃいました」って正直に話したのが、なんともクッキングハウスらしいなあ、って(笑)。今日はじめてここに来た人も、それ聞いて、あ、ここってほんとに思ったこと言っている場所なんだ、ってきっと安心したと思う。

それがまず一つ目の感想。二つ目は、軍隊を持たない国コスタリカのことを、大胆な平和、って紹介していたけど、それをいうなら、クッキングハウスもまさに大胆！ って思ったんです。30年も前、まだ誰もこんなことしてなかった時代に、松浦さんがクッキングハウスをはじめようとしたこと。多分まわりから、むずかしいよ、無理だよ、っていわれたろうな。でも松浦さんは、そこでやめなかった。

今はまだなくても、こういう場所があった

らいいな。あればどんなにいいだろう。その願いをあきらめないでずっとずっと続けてきて、それが今、こんなすてきな場所になっている。メンバーさんたちが元気になって、全国からたくさんの方もやってきて、クッキングハウスから勇気や希望をもらってる。こんな風になるなんて予想もできないところに、ここをはじめた松浦さんは、だからすごく大胆です。

でもね、社会ってきつと、そうやって最初の誰かが大胆にはじめて、あきらめないで続けてきたからこそ、少しずつかわってきたんだろうし、これからもそうやってかわっていくんだと思います。

ほんとにほんとだ、コスタリカも日本の9条もクッキングハウスも、共通のキーワードは、大胆！

すると松浦さんが、ああ、そういえばね、とクッキングハウスが生まれたころの話をしてくれました。長いこと精神病院に入院していた人が退院後、地域で人間らしく当たり前で暮らしていけるようなサポートがしたくて、松浦さんは、小さなワンルームマンションからクッキングハウスをはじめたのですが、

——その頃ってまだ何も制度のない時代でね、こういうことはじめます、といったら、精神障がい者に刃もの持たせていいのか！ って保健所の人が見に来たくらいだったのよ。そんな意味ではたしかに大胆だったのかもしれないわね。もちろん、そんな心配されるようなこと、この30年間で一度もありませんでしたけどね。

松浦さんからこんな話を聞くのは初めてです。制度のない時代、ってどういうことだろう。松浦さんに教えていただきました。

——日本の精神科医療は長いあいだ閉鎖的で

ね、心の病気になった、というだけで医療と治安の対象にされて、35万人もの人が、病棟で長い年月閉じこめられて暮らしていたの。そんな精神衛生法の時代が、クッキングハウスの生まれた1987年まで続いて、同じ年に精神保健法ができはしたけど、心病む人を、一人の人間として地域で暮らすことを支援する、といった福祉の考え方はまだまったくなかったの。それが、制度のない時代、という意味ね。

その後、障害者基本法ができて、障がい者と呼ばれる人たちの中に、精神の障害を持つ人も含まれることになりました。1995年には精神保健福祉法ができて、自立と社会参加を進めるために必要な援助をしなければならない、となって、障害者手帳や社会復帰のための施設もつくられるようになったのね。障害者自立支援法、障害者総合支援法、そして2016年には障害者差別解消法、と、ようやく障がいのある人もない人も、ともに人間らしく生きるための社会をつくっていかうとする時代になってきた、ということなの。人権を取り戻していく歴史は今やっとならからはじまるんですね。

### 私たちは 平和のメッセンジャー

人権を取り戻していく歴史は今やっとならからはじまる、という松浦さんの言葉で、私は12月に観た、30周年のミュージカル「いのちの輝き 希望のあかり」の中で、松浦さんがこう語っていたことを思い出しました。

——私たちは、社会が平和であってこそ、心豊かに生きていけるのです。クッキングハウスの小さな居場所から、平和な社会をつくろうと、呼びかけ、希望を発信し続けていきます。心が豊かになり、一人ひとりが輝いて、幸せに生きていけるように、弱い立場の私たちこ

そが、平和のメッセンジャーなのです。

ああ、ほんとにそうだ、クッキングハウスから発信されるメッセージにはいつも、私の思い願う平和が満ちている、そう感じて、このせりふを聞いた時、胸がいっぱいになったけど、この日聞いた松浦さんの言葉をそこに重ねあわせると、その意味がさらに深くなります。

ミュージカルのためにつくられた歌は、クッキングハウスらしく、食べ物と居場所の歌がいっぱいでした。つらいきもち、うれしいきもち、笑いや涙、夢や平和への思いを歌詞にし、曲をつけたもの。一つとして大げさなものはない。ささやかな幸せ。ちいさなよろこび。それもこれも、社会が平和であってこそ、です。そのことに一番敏感な自分たちから、平和な社会をつくっていこうと呼びかけ、希望を発信してきたクッキングハウス。弱い立場の人たちが安心して暮らせる社会は、実は私たちの誰もが、そのように生きられる社会でもあるのです。

ミュージカルでも描かれていた、この国の精神保健制度の歴史とクッキングハウスの歩みを、松浦さんからあらためて聞かせてもらったことで、どちらが先んじて、大胆に、心病む人たちの生きる道を切り拓き、安心できる居場所を育ててきたか、それがくっきりと見えました。

そんな松浦さんにとって、平和ってどんなイメージですか。

——私にとって平和のイメージは、そうね、みんなが一緒のご飯を食べて楽しそうに語りあっている、それを見ているのが平和、ってことかしらね。

## ピース・オブ・ピース

この日のおはなし会のテーマは「私たちは 平和のメッセンジャー」というのでしたね。「平和」を定義する言葉が、ものすごく多様で、あいまい

になってしまった今だからこそ、自分が本当に求めている平和って何だろう？ って考えて、たとえ周りからそんなの無理だよ、っていわれたとしても、大胆にそれを望むこと、そのためのふだんの努力を続けることが、これまで以上にいとし大切なものに思えてきました。

平和のメッセンジャー、の前に、私たちは、って主語のあることが大事ですね。私自身は、この社会の、ほんのちっちゃなひとかけらだけど、そのかけらの自覚をもって、I am a piece of peace. 平和のひとかけらになりたい、と思う。そしてどんなに時代がかわっても、平和のためには戦争もしかたないよね、っていう私にはなりたくないぞ、と決意しています。

この私の決意は、先の「平和ってどんなこと」でも登場した、イスラエル人の友だちのダニーさんとの約束なんです。

私をはじめダニーさんのことを知ったのは、NHKあさイチの特集番組「戦争はイヤ！ 子どもと考える」。登場した子どもたちは小学生から中学生。実際には経験したことのない「戦争」って、いったいどういうものなんだろう。そのことを知るために子どもたちは、戦争を経験したことのある外国のひとの元へ、お話を聞きに出かけて行きました。

その一人が、日本に住んで37年になる、イスラエル人の家具職人、ダニー・ネフセタイさん。18歳から21歳までイスラエル軍に所属していました。埼玉県秩父にあるダニーさんの自宅兼家具工房を訪ねた日本の小中学生たちに、彼は真剣な表情で語りました。

ダニーさんの生まれ育った国では、高校卒業と同時に、男性も女性も全員軍隊にはいること。通っていた小学校の教室には「国のために死ぬのはすばらしい」という言葉が貼り出されていたこと。人を殺すのは良くないけど、戦争はしょうがない、と小さな頃から教わってきたこと。空軍時代、教官から「君がこの戦闘機を使いこなせば、イスラ

エルの子どもたちが毎晩安心して眠れるんだ」といわれ、みんなのために訓練に励んでいたこと。

そして2008年、イスラエルはパレスチナのガザというところを大々的に攻撃して、空からたくさん爆弾を落とし、大勢の子どもたちが一度に死んでしまったこと——。

それまで、イスラエルは子どもを殺すような攻撃をする国ではないと信じていたダニーさんは、空爆に参加した仲の良い友人に、どうしてそんな攻撃をしたんだ、と尋ねます。返ってきたのは、「しかたなかった」。その言葉は、ダニーさんが始めて、自分の生まれた国がしていることを疑いだす引き金になりました。

イスラエルで繰り返しいわれる言葉「戦争はしかたない」と「国のために死ぬのはすばらしい」、この2つが合わさると、疑問もなく人を殺せるようになってしまう。「しょうがないという言葉だけは、使わないでほしい」ダニーさんは目の前の子どもたちに、何度もそう言っていました。

パレスチナと何十年にも渡って争い続けている遠い国で育った、私のまったく知らない人が、その現状をしかたないと認めること、努力を諦めることを、拒んでいる。それがどれほど困難で険しいことか。

日本は、「国のために死ぬのはすばらしい」も「戦争はしょうがない」も70年以上前に捨てた国です。その国に生きている私がたやすく、しかたない、とってしまったら申し訳が立たないのではないか——テレビ画面を前にして、私は強くそう感じていました。

番組を見た日から2ヶ月後、なんとも不思議な糸がつながって、思いがけず埼玉の上尾で、ダニーさんとのコラボトークが実現しました。しかたないをいわない、と決めたのは、その日、私が心の中でこっそりダニーさんと指きりした約束です。

しかたない、という言葉は口にしたとたん、考えはそこでストップしてしまいます。それがこと戦争

であれば、あらがうことをあきらめ、黙ってその状況をうけいれる自分になってしまう。きっと一人ひとりのそんな、しかたない、が積み重なって、戦争はつくられているんだ。それなら私は、しかたないって言いたくないし、考えることもやめたくない。

その日以来この約束は、ちょっと心が弱った時も、しかたないって私はいわないんだっただ、と自分を立て直すための言葉になってくれています。そして、どうしても、しかたない、って言葉がこぼれ落ちそうな時、心折れそうな時は、一人でためこまないで、誰かとちょっと話してみる。しかたない、以外の言葉を一緒に探してみる。そんな時間もきっと、私たちには必要なんだと思います。

平和のためには戦争もしかたない、っていう私にはなりたくないよ——こうクッキングハウスのみんなの前でいうことは、私なりの決意表明です。人前で口にするだけで、その決意は強くなる。心に決めたことも、言葉にし続けていないと、簡単にうすれていってしまうものだから。

この日はもうひとつ、私がか大切にしている言葉を紹介しました。

あのね、あなたのしていることってほとんど無意味だよ。そう、意味なんかほぼない。でもね、あなたはそれをしなけりゃならない。なぜなら、それは世界をかえるためじゃなくて、世界によってあなたがかえられないようにするためだよ。

そんな風なことを昔、ガンジーさんが言ったんです。この言葉、本当に私は何度も嘔みしめます。

クッキングハウスでは、最後にもう1回、折り紙で憲法との距離感をはかってもらいました。あら、うれしい、みなさん、憲法との距離が縮まっています。なかには折り紙を胸にぴったりくっつけている人もいて、笑っちゃいます。ま、誰もが1回でそこまで近づくとは思わないけど、おはなし会の前と後で、1ミリでも距離が近くなったらね、それだけでも来た甲斐があるというものですよ。

おしまいのおしめいは、今日のお話のテーマにふさわしく、「平和のひとかけら」という歌を。歌詞は、紅茶の時間を思って私が書いたけれど、同時に、クッキングハウスの日常を歌っているようでもあります。メロディは「ふるさと」なので、歌詞カードを見ながらぶっつけ本番、全員で声をあわせて歌えましたよ。よかったらあなたも、どうぞ口ずさんでみてくださいね。

### 「平和のひとかけら」

♪きもちいつも言葉に  
あなたと語りあう  
涙も笑顔もわけあってきた  
平和のたね 蒔きつつ

知らないこと学んで  
平和のひとかけらに  
心の自由求めて  
一歩前へ あなたと

つないだ手のぬくもり  
今もわたし はげます  
平和の糸をつむいで  
明日へ渡す ギフトに

(\*)

「コスタリカの奇跡～積極的平和国家のつくり方」

監督：マシュー・エディ、マイケル・ドレリング

制作年：2016年

制作国：アメリカ・コスタリカ

配給：ユナイテッドピープル

<https://www.cinemo.info/movie>

(サイトでDVDも販売されています)

この映画については前回の32話にくわしく。

