

## エンカウンターに参加して・・・



施設にいる87歳の母が半年ほど前から私に「もっと頻繁に来なくちゃダメ」とか「明日も来てね」と怒ったり泣いたりしながら言うようになってた。

普段から愚痴や不平不満、人の悪口や自慢を私にぶつけてくるので、聞くのが辛くて会いに行きたくなかったが、高齢だし娘としての義務感から腫れ物に触るように接していた。母の要求が強くなり私の苦しさは大きくなるばかり。こんな気持ちと話した。

最近施設の費用を知りたがり請求を母宛にした事や、延命治療は受けたい旨を書面に残すと母が言ったことを話すと、ある方が「お母さんは自立しているのですね」と言っていた。自分の事が出来ないかわいそうな人だから施設に入っ

たのだと考えていた私に少しずつ変化が起きてきた。

買い物も料理もやれないが、自分の生活費を知り、最期はどう死ぬかを決めるのも自立の一端。体は衰えても自立の部分はまだある一人の人間だとわかったら、母が頼もしく思えてきた。

話して振り返ってみると、生きていけばどうしても生じる寂しさや辛さを受け止める覚悟が自分にもなかったから、私が非難されているようで母に対して卑屈になり、苦しかったことに気がついた。

もう卑屈になるのはやめると決めたら、明日も来てねと泣かれても今までのように動揺しないでいられる。母と対等に本音で付き合っていこうと思えた。

(K・N)

私の母は介護が必要になり、3年前にわが家に来ました。母は妄想が強く、私はそんな母のことが気になって頭から離れず、夫とぶつかることも多くなりイライラする毎日でした。

雨の日の朝、デイサービスの手が迎えに来た時のことです。夫は母が濡れないよう玄関の前で傘を広げて待っていました。夫が母の手を取ろうとしたとき、母はその手を振り払って急いで階段を下りてしまいました。

夫は怒り、傘を床に叩きつけました。私はそんな行動をとる夫にイライラしました。

夫と自分の父親を比べて苦しくなるという話から始まったSさんの話は、母親への依存という自分の問題にたどり着いた。

でも話の前半は糸が絡まった感じで、私はこの話はどこに行くのかと不安だった。しかしSさんの母親が夫の差し出した手を振り払った時に、Sさんが夫に「どいて」と言ったという話をもとに、一つ一つ行動の意味を確かめていくと、母親に依存しているSさんの姿が浮かび上がってきた。

この結果にSさんは戸惑ったと思う。でも昼食後に「娘からへその緒を切ってもいいと思ったら安心した。母にしてやりたい気持ちを他の事に生かしたい」と明るい表情で語る姿にメンバー全員が安堵した。私は人は一瞬で変わることが出来ることを学んだ。

(Y・O)

ラしました。「母は病気になるのに何故わからないの」という気持ちでした。

エンカウンターで話をすると、先生から「あなたはお母さんと一心同体なのね」という言葉が返ってきました。一心同体・・・思いがけない言葉でしたが、心の中にスーと入ってきました。

私が母の面倒を見ているつもりだったのに、私のほうが母にしがみついていたのかもしれない。そう気づいた時、何か新しい自分に出会ったような、清々しい気持ちが湧いてきました。

(S・S)

## 種 の 粒 と ひ 聴 傾

「言葉は記号」

「ふつうくだよね」「ふつうにやって」など、簡単に使えて何となく通じてしまう便利な言葉が沢山ありますね。

しかし私が言った『ふつう』と、あなたが思った『ふつう』は同じ意味なのか分かりません。つい自分の感覚で理解してしまいがちですが、話し手がどんな意味で使っている言葉なのか分からなくては、本当にわかり合えていないでしょう。

言葉は記号と思い、より詳しく聴くように心がけていきます。

「バケツの泥水」

こじれた対人関係を何とかしたいと色々試してみるけれど、余計にこじれてしまうこととはありませんか。そんな時、バケツの泥水を思い浮かべてください。泥を取り除こうと一生懸命バケツの中に手を突っ込んでみても、泥だけ掴むことは難しく、濁った水のままです。しかし暫く何もしていないと、泥は沈殿し水は澄んでいきます。

同様に、何もせず見守ることでも何か見えてくるものがあるかもしれません。

「言葉は記号」

こじれた対人関係を何とかしたいと色々試してみるけれど、余計にこじれてしまうこととはありませんか。そんな時、バケツの泥水を思い浮かべてください。泥を取り除こうと一生懸命バケツの中に手を突っ込んでみても、泥だけ掴むことは難しく、濁った水のままです。しかし暫く何もしていないと、泥は沈殿し水は澄んでいきます。

同様に、何もせず見守ることでも何か見えてくるものがあるかもしれません。