



メンバーからの ほつとレター

今年のゴールデンウイークに、結婚して15年経った娘が次女を連れて泊まりで帰ってきた。珍しいことである。そして「・・・わたしもどってきていい・・・?」と言つた。それは言葉というより私は悲鳴のように聞こえた。私は「いつでも、帰つておいで」と冷静に言えた。この瞬間のことが今でも不思議で仕方がない。

娘は17歳の時、12歳年上の人にから嫁にもりいにこられ、母一人子一人の家に18歳で高校を卒業するのを待ちかねるようにして嫁にいった。賛成して嫁に出したわけではないが、反対しても幸せになれないとの思いだつた。

娘はこの15年間愚痴をこぼすことも、実家に泊りで帰つてくることも殆んどなかつた。だから娘は大事にされていると信じて疑いもしなかつた。そんな娘から突然別れたいと打ち明けられたのである。本当は2人の子どもと離れたくないのだけれど、もう自分が壊れちゃつたと娘は言った。昨年暮れ頃から食事がとれなくなり、屋上から飛び

降りたいと洗濯を干しに行きながらいつも思つてしまふと話した。それは思いもよらな娘の生活の現状だった。親の反対を押しして結婚したんだから自分の責任だからと、我慢してきたことを泣きながら初めて話した。何もかも捨てて娘はボロボロになって帰ってきた。

あの日のことを思うと冷や汗が出る思いがする。いつも私だったら「あなたが勝手にお嫁にいったんだからもう少し頑張りなさい」と言つていたは

2年前、千葉の家のすぐ近くでぬくもりほつとらいんの第3期「受け手養成講座」の募集があると知り申込んだ。3回目の講座の時だつたと思う、すうといふ返していたに違いない。カウンセリング・マインド講座を受講していくなかつたなら娘の命を救うことができなかつた。私が傾聴を学ぶのにこだわり続けたのはあの瞬間に会つた。感動し「これならできる」と思った。

心を開いてみると、自分が少しずつ見えてきた。まず自分の母との問題につきあつた。母は40歳で糖尿病になり、入退院を繰り返した。母は40歳で糖尿病にならなかった。母は「ねえ、夏休みバイトしてもいい?」「え! バイトなんてやって勉強どうすんの? あんたもう高2だよ!」

でも、どんなに頑張つても母から褒められることはなかつた。本当は、認めてほしかつたし、褒められたかつたんだと今やつとわかった。褒めてくれない母を本当は好きでなかつたことにも気づいた。或る研修で私は、できない自分を責める方が人のせいにするより楽だからと言つた。思ひもかけない自分の言葉だった。完璧でない自分は駄目な自分と責めていることに気づいた。完璧なんてありえないと頭ではわかっているのに・・・。自分を認めよう、そして責めずに受け入れよう、

と思っていた矢先に娘の問題が飛び込んできた。そして、娘を受け入れることができた。娘を守れて本当に良かつた。これ以上の幸せはないと思つてゐる。

娘が戻つて3ヶ月やつと笑顔が戻ってきた。本当にした宿題はその前にやつてしまつたり、「バイトやるために、自分で勉強の計画を立てていんだけね」などすら思えてくる。私の自分の母との問題につきあつた。母は「うん。でもさ、バイトの面接試験があるんだ。受かるといいね!」

（作 Y・N）

娘の悲鳴を聴くために

カウンセリングを学んでいて良かった

母が傾聴をこころがけた会話



息子「ねえ、夏休みバイトしてもいい?」「え! バイトなんてやって勉強どうすんの? あんたもう高2だよ!」

でも、どんなに頑張つても母から褒められることはなかつた。本当は、認めてほしかつたし、褒められたかつたんだと今やつとわかった。褒めてくれない母を本当は好きでなかつたことにも気づいた。或る研修で私は、できない自分を責める方が人のせいにするより楽だからと言つた。思ひもかけない自分の言葉だった。完璧でない自分は駄目な自分と責めていることに気づいた。完璧なんてありえないと頭ではわかっているのに・・・。自分を認めよう、そして責めずに受け入れよう、

と思っていた矢先に娘の問題が飛び込んできた。そして、娘を受け入れることができた。娘を守れて本当に良かつた。これ以上の幸せはないと思つてゐる。

娘が戻つて3ヶ月やつと笑顔が戻ってきた。本当にした宿題はその前にやつてしまつたり、「バイトやるために、自分で勉強の計画を立てていんだけね」などすら思えてくる。私の自分の母との問題につきあつた。母は「うん。でもさ、バイトの面接試験があるんだ。受かるといいね!」

（作 Y・N）

《身近なコミュニケーション》

よくある会話

をした。母の大変さを見ていたので、少しでも母の役に立った。手伝うのは当たり前と自分でも思つていた。母がいなくなるのが怖かつた。だから、必死で母にすがつて生きるしかなかつた。

でも、どんなに頑張つても母から褒められることはなかつた。本当は、認めてほしかつたし、褒められたかつたんだと今やつとわかった。褒めてくれない母を本当は好きでなかつたことにも気づいた。

母から褒められることはなかつた。本当は、認めてほしかつたし、褒められたかつたんだと今やつとわかった。褒めてくれない母を本当は好きでなかつたことにも気づいた。或る研修で私は、できない自分を責める方が人のせいにするより楽だからと言つた。思ひもかけない自分の言葉だった。完璧でない自分は駄目な自分と責めていることに気づいた。完璧なんてありえない

と頭ではわかっているのに・・・。自分を認めよう、そして責めずに受け入れよう、

息子「どうしてはなやしきでバイトしたくなつたの?」「友達に誘われたんだ」

息子「友達に教えてもらつて、自分でもバイトしてみたくなつたんだ」

息子「ああ、遊園地ね」

息子「ねえ、夏休みバイトしてもいい?」「どうしてはなやしきでバイトしたくなつたの?」「友達に誘われたんだ」

息子「友達に教えてもらつて、自分でもバイトしてみたくなつたんだ」

息子「うん」

息子「どうしてはなやしきでバイトしたくなつたの?」「友達に誘われたんだ」

息子「友達に教えてもらつて、自分でもバイトしてみたくなつたんだ」

息子「うん」

息子「どうしてはなやしきでバイトしたくなつたの?」「友達に誘われたんだ」

息子「友達に教えてもらつて、自分でもバイトしてみたくなつたんだ」

息子「うん」

息子「どうしてはなやしきでバイトしたくなつたの?」「友達に誘われたんだ」

息子「友達に教えてもらつて、自分でもバイトしてみたくなつたんだ」