

## 大濱信泉プロジェクト『勇気づけの教育』の推進 (65)



～ 今 意味を持って生きる ～

仲村 あゆみ

私は、学生時代ほとんど学校へ行くことができませんでした。そのため、当時もその後社会人になっても、周囲と比べて著しく偏った考え方をしたり行動を取ったりして、毎日を苦しく生き辛さを感じながら過ごしていました。なぜ私は、みんなが当たり前に行えることを同じようにできないのか、これはきっと何らかの障害で、心の一部分やみんなが持っている「生き抜く力」が、私には無いのではないかと考えるようになり、不安で眠れない日々も数え切れないほどありました。

そんな中、毎日を元気に過ごして「生き抜く力」にあふれているような人でも、ときには「息抜く力」を上手く活用し、自分の心身の状態を調整しながら、大切な時間（人生）を楽しんでいることに気づきました。また、私のように消極的に過ごしている人の中でも、自分自身としっかりと向き合っ、前向きに過ごしている人がたくさんいることにも気づくことができました。

おかげで、今ではありのままの自分を自然に受け止めることができるようになり、人は、どこでどのように過ごしても確実に成長することができるんだと思えるようになりました。当時、自分の小さな変化に気付かず、私は何も変わってない、成長していないのではないかと世の中に取り残される気持ちで毎日過ごしてきたことをとても勿体なく思ったりもします。

今の私は、過去に学校へ行けなかった様々な体験等から学んだ経験を活かし、自分の中にある前に進む「生き抜く力」を大切に、また時には「息抜く力」を上手く活用しながら、日々、一瞬一瞬に意味を感じながら楽しく暮らせています。これは、これまでに私に出逢ってくれた全ての人のおかげであり、とても感謝しています。

私は、学校に通えない子どもたちの多くは、おそらく私と同じように他者の言動に敏感に反応し、強く共感したり感情移入しすぎたりして、上手くコミュニケーションが取ることができず、学校から遠のいてしまうのではないかと思います。

私自身、そのことをずっと感じてきたからこそわかるのですが、学校や仕事等に、行きづらさを感じている人は、きっと感受性がものすごくあって、清らかな心の持ち主なのではないかと思います。

私も、明日の事（未来）を考えるととても不安になりましたが、ありのままの自分自身を受け入れ、自分の苦手意識などの特性が理解できるようになると、逆に自分のよさや得意なことも理解できるようになりました。心にあった不登校に伴う挫折感ですが、それは、「他者の悩みに優しく寄り添える私のよさ」なんだと気づくことができました。今ではあの時の辛い経験が、私の大きな財産に変わっています。

今、私は大切な人たちと毎日を明るく過ごしていますが、学校に通えなかったときに、親や先生方が一緒に悩み、考え、試行錯誤しながらサポートしてくれたからこそ、夢を見つけ、その夢をエネルギーに変えることができたのです。もちろん今だって困難によくぶつかりますが、困難は自分を成長させてくれるし、自分の一日一日の変化に気づき、その変化を楽しめるようになりました。

今、私は夕方から定時制高校通っています。仕事は、毎日早朝出勤して、高校に間に合う時間に退勤させていただいています。夕方から夜迄は定時制高校で勉強をし、授業が終わったら買い物等して家での

食事や家事になります。勉強と仕事や家事の両立は大変で、毎日の疲れもありますが、今の私はとても充実していて幸せです。自分の大切な時間（人生）を心配ごとばかりで無駄にせず、心の声に素直になって、毎日の一瞬一瞬を楽しく過ごせる様になっています。

昨年、あやばに学級の一期生として、私の体験談の講話をさせていただきました。現在通級している生徒や保護者の方の少しでも励みになればとの思いでしたが、みんな真剣な眼差しでしっかりと聴いてくれ、かえって私のほうが沢山の元気と勇気をもらいました。帰り際、大きく手をふって笑顔で見送ってくれた生徒の姿を今でも思い出します。人を励ましているといつの間にか自分自身も励まされると言ったりしますが、まさにそのとおりだと思いました。また、私の中の新たな変化に気づくことができました。

乗り越えても乗り越えても現れる困難の壁、もう乗り越えるの疲れた…。なんて思ったり、乗り越えたら又どんな困難が次にあるんだろうと考えて不安と心配ばかりだった私。しかし、その壁は乗り越える必要などなく、よく見れば、その壁には扉がありました。しかもその扉は、簡単に開けることのできるシンプルなものでした。そして、扉を開けて前に進むと、楽しくて、ワクワクして、キラキラと輝ける体験があったのです。

これが学校に行けず、社会出ても不安や心配ばかりで、誰よりも、生き抜く力がほしいと願ってきた私の今の気持ちです。文章力も乏しい私ですが、私と同じように悩んでいる人に少しでもお役に立てればと勇気をもって書かせていただきました。