

頑張れるのは頑張れる環境があるから

なかた かなえ

—CL を実践し続ける生徒さん—



2016年5月12日

小木先生は、私は感性が鋭いから色んなことを感じやすいと言ってくれましたよね。でも私は傷付きやすいと自分で感じます。色んな刺激に弱いのではと悩みます。でも喜びや嬉しさも人一倍感じやすいです。友達が来て、楽しいことや嬉しいこと、新しい発見が沢山ありました。皆で色んなことをして、話して、色んなところに出掛けました。自分がどんどん豊かになるのは、セピア色の様だった心の何もかもが色を塗られてみずみずしく変わる様だと、日々自分にも周りにも色鮮やかな筆で毎日を描いていくみたいだと、世界が果てしなく大きいキャンバスに私には思えます。

世界と関わるのは、痛くも心地よくも、哀しくも可笑しくもあり、大勢だと生きている事を感じやすいのだと分かりました。時代に置いて行かれずに今を生きるコトは、例え、もし、今の時代が前より悪く感じて自分にとって良い事だと思います。自分の力で、自分の殻を破って、自分らしさを人と探している途中はとても面白いです。(なんだか訳が分からないメールでごめんなさい。小木先生にメールをすると気持ちを冷静に出来るのでつい…)

5月12日

私は毎日を建設的に生きる方法をCLで何年もかかって学びました。最初は19歳の時、カウンセリングが終わって、待っていてくれた母親に『お母さん待っていてくれてありがとう』と言うところから。今も学んでいる途中です。図書館に勤めるようになって、緊張感から周りをよく観察する余裕は持てず、辛くても恐ろしくても、怠け心が湧いてきても、いつも通りの行動を続けること。という教えをただただ大切にしました。

3ヶ月間くらい私は表情は強張り気味、もしくは不自然な雰囲気も醸しだしていたのでは？と思います。溶け込む勇気というより、そこにいて働く勇気という感じでしょうか。私は怖がり、とてもダサいのです。余裕でニコニコ最初から周りとのコミュニケーションバッチリの要領の良い人では無いのだな、と思い知りました。

でも だんだんと、周りの人はとても私に気を配ってくれている事実を確かめ始めました。『疲れない？図書館は結構疲れる場所だよ。無理しちゃダメだよ』と声をかけてくれた人。『中田さん慣れてきましたか？』とエレベーターで一緒になると必ず心配してくれる上司。当たり前じゃないのだ。有り難いことなのだ。感謝の気持ちの木が私の心に植わり始めたようです。周りが優しい音のする水をかけてくれて、感謝の木はどんどん大きくなります。葉っぱはイキイキと育つようです。

非常勤さんと職員さんは何十人といるので、毎日は来ない非常勤さん達の名前を中々覚えられないでいました。最初は正直就労センターの事ばかり懐かしく考えていました。しかし一人一人の名前をきちんと覚え始めたら、自分から話しかけられる様になり、私の生活の意識の基盤が就労センターから図書館にやっと変わり始めました。名前を呼べると業務も行いやすくなりました。すると面白い話や笑える出来事も日に日に増えていきました。

歓送迎会で、挨拶をしました。『1月から働き始めて、最初は緊張で不安の方が強くて、本当に私は緊張でいっぱいでした。でもそんな私がスムーズに働けたのは、本当に、皆さんの明るさや優しさのおかげ

だと思っています。本当に感謝しています。これからも明るく、前向きに頑張っていきますので、今後ともよろしく願い致します。』そう言ってお辞儀をすると、皆さんが拍手してくれて、何だか凄くホッとしました。今いるところで今いる人と関わるのって、とっても素敵なことですよ。

6月7日

私が頑張れるのは、頑張れる環境があるからで、一緒に頑張ってくれたり、サポートしてくれる人がいるからで、今はそれが有難くて仕方ない。一步踏み出せば自分が変わって世界は変わって、元の自分にはもう戻らない。次の自分に向かって進むのは勇気が要るけど、其処には止まらない面白さがある。生きてることにどんどんリアルを感じる。時には心が痛い事もあるけれどそれすらも無いよりある方が先に進めるチカラになると気付いた。

人間が楽しい。人間が好きだ。人間が必要だ。皆本当はそう。恥ずかしくて怖いから恰好つけて言わないだけで、生まれた時から死ぬまで人間が必要で必要で仕方ない。だったら私は勇気を出していろいろな人と関わる一步を踏み出そう。

6月27日

私は10年以上遅れて社会に出て、最近10年の空白をよく感じています。働いていなかった私は社会的にはニートと呼ばれるかも知れない。でもいろいろなことをしました。いろいろな人に会いました。いろいろなところに行きました。その10年に誇りを持てるのです。

その理由を挙げるならば、陶芸の高橋先生(※)が側にいつもいて、私を私ごと、丸ごと認めてくれたからでしょう。14歳で学校に行かなくなって、陶芸教室に母に誘われ、行って見た先には私のこれからを変えてくれる素敵な出逢いがありました。学校とは違って好きなように作って良くて、自由が尊重される芸術の世界はい心地が良くて、間違いなく私の完全に自信を失いそうになっていた、思ったままを表現する勇気を繋ぎ止めてくれたのでしょ。

知的障害の子供とたくさん関われることも、大きく私の価値観を変えました。16歳で連れて行って貰ったニューヨークには、色んな肌の人や髪の人がありました。皆生き生きと堂々としていました。本場のJAZZを聞きました。私の作品をマンションのショーケースに飾って貰いました。千葉でやらせて貰った個展は作品を色んな人が見に来て買って下さり、有難い体験だったと思うことばかりです。

21歳の時連れて行って貰ったパリでも、作品を売ってもらえました。飛行機の窓から見た、空の下雲に目を落とした時に、心の中の何か重いものが外れ、涙がスッと流れ落ちました。

23歳の時には林原国際芸術祭で入選して、香港に連れて行って貰いました。100人くらいの人の前で名前を呼んでもらえ、嬉しくて、高橋先生に、色んな人に、人生に深く感謝しました。頑張ろう。そう思いました。その作品は表参道でも飾って貰えました。

27歳で林原国際芸術祭のフクロウ展で入選し、再びニューヨークへ連れて行って貰いました。空は青くて、雲は白くて、その下で、真っ直ぐ生きて行こう。そんなことを心の中で口ずさんでいました。

高橋先生を始め、色んな人が助けてくれた。色んな大人が手を差し伸べて、不安な私を守ってくれた。自信をくれた。優しくしてくれた。だから今度は、私が社会に出て、今まで貰って貯めたエネルギーを人の為に使いたいのです。傷付いた人がいたら、そのまま大丈夫だよと言ってあげたい。人の為に、生きていきたい。

創作教室「アトリエ海」に、心からの感謝と尊敬の気持ちを持ちながら、今日も日曜日に通います。

※「アトリエ海」主宰 mid1950@agate.plala.or.jp、CL絵本「[心は今のままでいい](#)」の墨絵画家：高橋みどりさん

(千葉県千葉市CLインストラクター/小木晴代：相談室<sup>ペタ</sup>デイズ [h-ogis8doicl@tbz.t-com.ne.jp](mailto:h-ogis8doicl@tbz.t-com.ne.jp))

 [目次へ戻る](#)