

CL季刊誌講読所感

C. S.



日めくりCL ポイント 365 日(八)

『省略して簡単に言うと大したことではなくなります』

ものすごく悪いことのように説明されることがありますが、芯はちっぽけじゃないのかなと不思議な場面があります。そういう手品みたいな話術に騙されないように気をつけよう、私自身も保身や身勝手な説明のために大袈裟に話さないようにしなくては。

鮪くらいの大きさに話してますけど、実態は秋刀魚の大きさですねと冷静に判断したいですね。秋刀魚に似せていますが、謙遜していますね。コレは鰯ですねと相手の話しぶりに惑わされることなく、事実を判断しなくては。

レイノルズ博士が激痛の繰り返す時期に、深刻にならないようにサラリと書いて下さった文章ではと推測致しました。

『苦しみの上の苦しみ』

自分の思いで必要以上に悩むこと。

現実には存在しないのに、自分で妖怪とか、口裂け女とかを想像し、それを恐れたり、それに支配されるようなことかなと思いました。実体はなく、現実のものではないのだから、無視すれば苦しみの上の苦しみはやってこなくなるのでは。

脊椎狭窄痛が教えてくれたこと

手術前の激痛の日々に書いて下さったことに感謝申し上げます。

私は、ギブスや固定ベルトに支えられたことはありますが手術はないです。手術はリスクを伴い、待つだけでも葛藤が生じると思います。そのような中で「小さなプレゼントをする機会になりました」と与える側の行動をされるのは簡単なことではないはずで。

私の場合は、痛みに悲鳴をあげるばかりで、救急センターのお医者さんたちや、看護師さんの顔も見ないでしまいました。受ける側に徹しておりました。

事実が先生--CL 図書からの引用

『石油や木などの資源を消費した時代は感情を強く表現する精神分析が行われていた。現在の資源が限られてきた時代では、自分の行動に責任を持つことが大切になってきた。』との内容が書かれていました。

外出先で、裕福な方々の悩みが聞こえてくることがありました。感情の話が続きます。『お金持ちの悩み事は呑気だな』といつも思ってしまいます。悩めるお金持ちの皆様、すみません。

その逆に、このまま進めば餓死するかもという方々から助けを求められることがあります。行動あるのみです。どうしたら良いか、なりふり構わず行動するだけです。何週間か経つと「助けて下さい」という訴えから、体裁を繕う会話へと変わります。行動したことにより、餓死は避けられる身通しがついたのですねと察することができます。私もほっとしました。

石油ショックより前は、余裕があったから感情を強く表現していたのでしょうか。

『外に出て近所のゴミを拾う』

東日本大震災の直後、近くに仮設住宅が建ちました。それからの5年間程は近所のゴミを拾っていました。8年が経ち、この春から市内の仮設住宅に住む人はいません。仮設住宅に住む人が減り始めると私のゴミ拾いも、週に1~2度ではなく、月に1~2度より少なくなりました。

私が見過ごせなかったのは、たばこの吸い殻でした。自転車をこぎながらたばこを吸っているおじいさんを見慣れる程目撃しました。

初めてゴミ拾いの出で立ちで外に出た日、車で通る人に見られたらちょっと恥ずかしいかなと一瞬思ったりもしましたが、CLのお陰でゴミ拾いに集中できました。

極々まれにですが、全く知らないウオーキング中の方々から「おそうじ、ありがとうございます」と声を掛けて頂きました。私にとってステキなご褒美であり、大切な記憶となりました。

それからは会社の行事で一斉清掃をされている方々にも同じように「おそうじありがとうございます」とか「お疲れ様です」と挨拶をするようにしています。

ゴミ拾いで、気持ち良く歩けるようになったことだけでも収穫なのにご褒美もたくさん頂きました。

『ある人は建設的な生き方をしたら自分の人生は悩みがなく、問題なしの生活になるはずと思っているがそうではない』

問題や嫌いな感情がわき起こると、CL的な生き方をしていないからと思うことがありました。「問題なしの人生をおくる人はいない」と教えて頂き安心しました。問題を解決するには、軽くするにはどう行動したらと考える方向にスイッチを切り替えることにします。

事実からのプレゼント

今月も、バスで3時間半かけて主治医の診察を受けに行きました。体力のない私にとっては大事業です。

事実からのプレゼントは、帰りのバスの時刻まで商店街を散策中に届きました。

3匹の散歩中のワンちゃんとすれ違ったのです。

1匹めは、アメリカン・コッカー・スパニエルでした。いつものようにワンちゃんだけを見つめ、手を振りました。すれ違い際、飼い主の60代位の男性が無表情でペコリと頭を下げて下さいました。つられて私も45度だけ頭を下げました。

2匹めはホワイト・テリアと70代に見える女性が正面だけを見つめ黙々と歩いて行きました。

3匹めはチワワでした。20代のモデルさんのような若い女性と一緒に歩きました。

普段から自由にお散歩をしているらしく、チワワは好奇心のままにアチコチ寄るのを楽しんでいました。すれ違うときに、「ぬいぐるみみたい！かわいい！」と声を掛けると、チワワは向きを変え私に近付いて来ました。

チワワさんに失礼のないように、手の甲ではなく、掌を向けて下からそおっと差し出しました。と、チワワが私の肘の内側に顔を乗せるスタイルで抱き着いてきました。毛の生えていない皮膚から、おなかのぬくもりが伝わってきます。

『わっ！かわいいっ！しあわせだわ！』

1度離れたチワワが、再び私の腕に抱きつきます。

『かわいい♪かわいい♪』

モデルさんのような女性の楽しそうな笑い声も続きます。

ひと区切りついたところで、「ありがとうございます」と言って女性とチワワは散歩に戻りました。ぼ～っと、パステル色の余韻に浸りながら見送る私。

とても人懐こくてかわいいチワワでしたが、飼い主の女性もステキな方でした。事実からのプレゼントとして、キラキラ輝く楽しい触れ合いを頂きました。(岩手県大船渡市)