

あなたに

出逢えて：

— 第一〇四号 —

* * * * *

美優さん

今日は春美先生は来られないです。
よろしくお願いします。

先月、万澄さんの話があつてその後に春美先生の話をして頂いてですね、何と申しますか凄く考えるものがあつたんですよ、どんな気持ちで死を迎えるかは、どんな風に自分が生きていくのかなあとというのがやっぱりかかつてくるんだなあと感じました。

二日前なんですけど：介護の仕事をしている時、いつも通り話されて、いつも通りご飯を食べられておられた方が、一時間ぐらいしてトイレに立たれた時に、トイレの中で急に体調を壊されて、意識不明になられて、その日の夜亡くなられました。実は昨日が御通夜でして、初めて自分がそういう場面に遭遇してしまつて、何と申しますか、凄く考えるものがありました。もっと自分に出来ることがあつたんじゃないかとか、もちろんそんなそういう医療の面でしたり、もうちょっと対応早くした方がよかつたんじゃないかとか、色んな物頭に浮かぶんですけど：その前にもっと話し



とけばよかったんじゃないかとか業務に追われてバタバタしてるとですね、ジーツとみてあった姿が今でも浮かぶんですけどね：やはりあんまり声掛けをしなかったとか：もつと一緒に笑えばよかったなあとかそんなことが反省なんですかね：後悔ばかりなんですけども：そういうことがあったんですよね。

何とついまうか、家族もですけども目の前にいる人が明日もいるっていうことが当然のような気持ちでずうっと今までいて：もし明日家族がいなかったら、どうしようとかですね：やっぱりもつと人と丁寧に関わっていないといけないんだなあつというのが自分の中に取りました。

今日は春美会の方々のお話を聞いて、また一つでも心にですね残してかえりたいなあと思います。今日はよろしくお願い致します。

美咲さん



先ほど話されたことで、明日家族にしてもですね、いる人がいなくなったらどうしようとかですね、私もつい最近ですね主人の事でとても心配したことがあってですね、いつも仕事から夜の十時とか十時半ぐらいには帰ってくるんですよね、それで帰ってくるときは、電話があったりするんですよね、今帰ってるからとかですね、

どもその日は全然連絡がなくて、私も連絡するけどまったく電話にかからないので、ああこれはもしかしたら何かあったのかなあってですね、雨がとてもひどい日だったんですよ、うわあどうしようと思って、考えて会社の方に電話したんですよ：会社も電話が出なくてですね、それで社長に思い切って電話してみようと思ってですね。その前に姉にどう思うって電話したんですよ。そうねって話してる時に主人から電話があったんですよ。

大丈夫？って聞いたたらうん大丈夫やったつと、今日は出張で現場の方にでらんといかんやったつて今帰つて来よるけんつて、ごめん忙しくてでられなかつたつていわれたんですね、なんていうかその時はですね交通事故でどうかなつてるのか？：何といたしますか悪いことばかり考えて心臓はドキドキ、頭はフラフラなつて、後になつて考えると私もまだまだ弱いなつと思つてですね：その時にとても後悔したことが、やっぱりつい夫婦喧嘩をした時に、言わなくていいことを言つてしまったり、うちの主人はこう、優しい人なのであんまりは喧嘩にはならないんですけどね、言ひすぎるのが私にもあつてそういう事でもし主人がどうかなつたら、自分はずつと後悔しながらこう生きていかないといけないと思つて、そういう風に喧嘩をするのをやめようと、決めたんです。でも三日ぐらいたつたらまたケンカしたんですけどね。でもそれを頭に置いて生活して行かなければいけないなあと思つてます。

常磐さん

主人の事ですね、主人は休むことがないんですね。一日朝から草採ったり自分の好きなことをして、こつちが目が回ってから主人を見てるだけで疲れて嫌だなっていつも思ってたんですね、したら最近ふと思った事が、あつ私が動かないからもしかしたら主人が代わりをしてくれていたのかなあ：私あんまり動くの好きじゃないんです。じいーつと座ってご飯食べてテレビ見て、それが私一番好きなんですよね、だから主人がいろんな部分を気が付く、だから色んなところを掃除したりとか、色んな事をしてくれたのかなあやつと最近その事に気が付かせて頂きました。だから主人の言動とか行動とか嫌いハッキリ言って申し訳ないんですけど好きじゃ無なかったんですよ。でもそれは私の事を思っ主人のしゃべり方主人なりの励ましでしたり、優しさをくれてたのかなあつて：だから本当はありがたいかなんだなあ本当はやつとそこに気が付かせて頂きました。

花梨さん

私どうしても蜘蛛が嫌いなんです、だけど今までは人間のいるところに出て来るあんなたちが悪いと、傲慢な言い方をしてたんだなあと、どちらかというところ人間も一緒に住まわせてもらっている、ごめんね一緒に住まわせてねって思わないと



いけない事なのに私の縄張りに入って来たみたいな言い方をして、そういう風な思いかたをしてたんだなあとふっとおもいまして、いかに自分が凄く根性悪かったかっていう事をふっと思ったことがあります。

本当に先生がおっしゃる謙虚についていうそういうことを少しづつなんか、そうだよねってそういう風な感じでいったらいけないんだよなっていう風に思いながら、少しづつ気付いていけたらなと思いました。虫のことで気付きました。絶対仲良くはなれないと思うんですが…。

出来ればもっと色んなことに気付いて行きたいと思いました。ありがとうございます。

茜さん

常磐さんのお話を聞いて、いま私の生活がなんといいですかのほほんと生活してるなと反省しました。

また少しづつ外を何といえますか、皆の方といえますか違う方向も考えながら生活して行けたらなあと、今は何も考えずに一日一日を着々と送っている状況なんでやはり、常磐さんみたいにくわりの事とか、皆さんから得たことを出していく…とか周りの状況を考えて行動するとかですね、また今日からしていこうと思いました。

今日は何か起点になったと思いますんで、ありがとうございます。

かなさん

私は常磐さんの話を聞いて反省しないといけない点が多々ありました。凄いなあっと思いました。

先ほど千尋さんがモーニングセミナーでニコニコしていたら良い事があるとおっしゃってあったんですけど、昔武田鉄也のエッセイで自分のお母さんがどんなに悲しいことがあっても辛いことがあっても、ニコニコしかんね、笑いよかんね、そしてたら神様が勘違いしてこの人にこしよらすけんなんかよかことば、してやらなんねって神様が勘違いしなさるけん、いつもニコニコしよかなって、武田鉄也にした話を思い出して、ああ自分がニコニコすると周りの人も精神的に安定したみたいになって周りの人も幸せというか：出来るのかなあと思いました。以上です、ありがとうございます。

美琴ちゃん

まさか今日！回って来ると思いませんでした。



私の心の中を聞いて下さい。

学校にいつも楽しくいつてるんですけど、やっぱり男子は幼すぎるし女性は、すくなすぎてトラブルがある高校生だから大人でもないし子供でもないしっていうのがあって中間だから大人でもお母さんとかに相談すると大人で悪い人は社会にいるからと言われてていやでも春美会に来ると皆優しく受けて止めてくれてだから皆さん、そういうことはないのかなあどうかなあって思ってたら今日の話聞いたら皆さん、こういう色んな体験をされてて、私だけじゃないんだなあと今までお話聞いてて、辛いことがあっても、男子がからんで来たとしても桔梗先生が前いつてきた、女は愛嬌と言われてたので、よし愛嬌だと、そうしてたら一日は持ったんですけど：もたなくなっちゃっていかんいかんと思つて、また笑顔でちゃんと頑張ろうと思ひ女子同士ではなすんですけど、何かありがとうと言え、ありがとうだったり、ごめんねだったり、一言で会話は繋がるし、向こうからおはようと声をかけてきたんだったら、こつちも返さないといけないし、その一つ一つで場が繋がって言ったらいなあと思うし：辛いことがあった時にこの前の春美会や今日の春美会できいて、笑顔をしといたら良い事が集まってくる、とりあえず笑顔で笑つて、ありがとうとか、親切に言葉使いも気をつけて、これからも頑張りたいです。

そして嫌なことされてもその人を今常磐さんの話を聞いて、これからも相手の人を

思う、今日も嫌なことがあって避けてしまったんですけど、そうじゃなくて相手も思えるような、自分自身人間を高めたい、でもやっぱりそこまで心が強くなれない嫌だこの人嫌だと思うとずっと嫌になっちゃうけれど、またこの春美会を通してまた頑張りたいのでこれからも、お話を聞かせて下さい。

万澄さん



笑顔でって話がさきにでてまして、脳科学的に言うところの筋肉をあげると、脳からドーパミンがどつとでると言われているんですね。ですので先ほどの武田鉄也さんじゃないですけど、勘違いするというのは脳が勘違いするんですよ：でこの人は喜んでるんだなあと、だから素笑いをした方がいいのはそこらしいですね。どんな心の状態であつてもですね、それは脳科学的にですね：そして笑顔っておっしゃってました、脳の科学でミラーニューロンってありますよね、こちらが笑ったら相手も笑う、笑いでかえってくる、仏教的な話でこれは言葉が違うんですけど喜ばば喜ぶごとに喜びが喜びつれて喜びに来ます。ていうものがあります。やはり喜びというのは自分から発信することによって、また喜びが喜びを連れてくるというおはなしがありますよね。

やはり、自分の心の状態というのは心地いい状態、相手に心を合わせるとどうしても引き込まれていく状態になります。

常磐さんのお話伺ってですね、心理学的にはコミュニケーションの決定権は受け取り手にあると言われてるんですね、こちらはそんなつもりじゃないのに相手はそう受け取ってしまうということがありますね、よくあるんですね、そんなつもりで言った訳じゃないんですけどねっていうですね、ただやっぱり受け取り手のその時の心情もあります、その時のその方の環境であつたりとかですね、そのときこちらがその方の思いが分るといのは難しいですよ、ただ思うにそう相手に感じさせてしまった自分が居るなあつと、自分を顧みることが出来るんですね、こっちはそのつもりじゃなかったんだけどそう感じさせてしまう縁を作った自分というところですね、それを思うと春美先生がいつもおっしゃる謙虚さっていうのがですね、そこにやっぱり繋がるものだなあと思いますね。

相手のかとを祈るといふ波動は必ず相手に伝わりますので、やっぱりそう感じさせてしまったんだなあという時は、相手を祈ってますね、そこで自分の一瞬でも負の気持ちが出たとしても、ここで手放すようにしています。

負の気持ちはつかまれないようにしています。そして浄化していった方が自分自身が心地いい状態でいられるからですね。

でないと自分がそういう気持ちで周りに負の波動が伝わっていくかなあと感じてお
ります。

先ほどの話で、全て無駄はないっという所だと思っうんすよね。

色んな問題が起こっても、問題が問題じゃないと思っうんすよね、問題障害を通し
て何に自分が気づくか、何に気付かせんがための出来事か、そういう所を私は、い
つも見るようにしています。

やはりまだまだ自分自身清めていかなければならない所がありますので、毎日がそ
ういう風な気づきばかりです。皆さんとともにですねきれいな空気の中にですね今
日も自分を浄化したいと思っまして喜び勇んできました。よろしく御願い致します。
桔梗さん

今日来てよかったなあと思っいます、自分に言い聞かせていることが大原さんや、川
口さんや、黒田さんや矢加部さんや、なんかああホントなんだまた頑張れそうと凄
く思っっています。

私はそれこそ母の前話したようににだいたい挨拶するときにはニコツとするっというの
はなんとなく考えなくて自分でして、それが育てて頂いた恩かなあとおもっ
ていますが、よく言われるときに先生いつも笑顔ですなえっって言われるけど、笑っ

ごまかしてるんですよおつて言ってるんですけど、いまのお話をきいてきつとそれに繋がっているんだなあと笑顔を作るっていう、育てて貰ったそれが大きいのかなつと思っっています。

いま出会った中でこれだ、って思ったのが嬉しいから楽しいから笑うんじゃないよ、笑うから、嬉しくなる、楽しくなるだよって言う言葉に出合った時に、まさしくこれだつて、子供の前に立つのは笑顔だよっぱり、つて自分にまたいい聞かせてしてることがあります。

それから、心の中が色々うじゃうじゃなんですけど、ああよかった今迄通り勘違いせずに、頑張つて行くぞと今日は凄くエネルギーをもらいました。

ありがとうございます。

萌さん



今日のキーワードは笑顔で、凄いい心地よく皆様のお話を聞かせて頂きました。

なんの取り柄もないけど私笑顔を：なんかよく言われるけどあなたの顔を見るとホツとするのよ：とかですね、何か完璧な人のそばには何というか居心地が悪いというか：そういうのがありますけど、私ちよつと間抜けな感じで何かボーつとした感じでそれに笑いでごまかすみたいないな感じもあるので、皆ホツとされるのかなあつて

思っています。

ホント何か相手は自分の鏡ってよく言われるんですけど、笑顔でいると笑顔で返って来て、やっぱり身近な人にも、笑顔が苦手な方もいるんですけど、その周りは何かピリピリムードです。ね、そういう感じがします。

今日は元気よく聞かせて頂きました。ありがとうございます。

* * * *

第 百二十三回 春美会

会場 漢方ピュア

日時 平成二十六年九月日

司会・美優さん



* * * *

* * * *