きもちは
言葉を
さがしている

「紅茶の時間」とその周辺

水野スウ

新連載　第１回

はじめまして

金沢から能登に向かって、車なら 30 分ほどのところにある津幡町のわが家で、週に一度、誰でもどうぞ、という場をひらいています。名前は、「紅茶の時間」。近ごろはやりのおうちカフェとよく間違われるので、まずは、はじめに場の自己紹介。

「紅茶の時間」（略して、紅茶）は、毎週水曜日の午後 1 時から 6 時までひらいている、あんまりはやっていない、お金のいらない、ただの、喫茶店、みたいなところ。そしてこの、あんまりはやっていない、と言うところが、実は紅茶のミソ ――　っていうこの説明は、おおむねここ 10 数年の紅茶にあてはまることで、もちろん最初からこうだったわけじゃない。はじまりは、子育ての井戸端みたいな場からスタートした。

ひとよりだいぶ遅めに母になった私（と、当時は思っていた。今はどうやらそうでもないらしい）は、そのころ住んでいた金沢のマンションで昼間、一人ぼっちで子どもと過ごす毎日がやたら心もとなく、それまでフリーで仕事してきて、知り合いの名刺は束で持っていても、仲間とよべるつきあいのひとが一人もいないことに気づいた瞬間ぞっとして、生まれた娘に、いや、それ以上に私にこそ、仲間が必要！ってキョーレツに感じて、娘が 11 ヶ月の時に、我が家を週１のオープンハウスとして、紅茶をはじめたのだった。どなたでもいらしてください、とりわけ赤ちゃん連れのお母さん、大歓迎です、と葉書サイズの呼びかけ文に書いて。

今ふりかえって、あの時の、ぞっ、って何だったのだろうかと思う。一つには私が、子どもが得意、のタイプじゃなくてむしろ苦手と思っていたこと、ちゃんとした子育て（っ

ていう言葉自体、今思えばヘンなんだけど）できる自信がまったくもってなかったこと。もう一つは、私が超わがままで、やな女の子だった子ども時代を思い返し、それはたくさんの大人に囲まれたただひとりの子どもとして育ったせいと思いこんでいたので、あれを繰り返しちゃいけない、子どもは子どもたちの中で育つべきだ、ってたぶん強迫観念じみた怖れを持ってたからかもしれない、と今は笑い話のように思い出せる。

まあ、あとづけの意味はどうあれ、当時は、子育て仲間がほしい、というただそれだけの単純な理由、いわば私の都合ではじめた紅茶だった。

以来、誰も予想しなかったことだけど、紅茶は休みなく毎週続いている。はじめの数年間こそ、母とおさなごたちであふれる、満員御礼、週 1 未満児保育園のようだった紅茶も、やがて、それぞれの子が保育園や幼稚園に行き、学校にあがり、私たち一家は娘が小学 4 年生になると同時に、今の津幡に移り住み、紅茶の空間はマンション時代からみるとだいぶゆったり広くなり、前みたいにこみあう感じは少なくなった。

2010 年、つまり今年の 11 月で、紅茶は満 27 年になる。さすがに元旦、とか大晦日、とかをのぞいて、毎週あいている紅茶に、誰も来なかった、という週がまだ一度もない。暑い日、寒い日、晴れても降っても、大雪の日にも、ふしぎと、誰かしらやって来る。時にはずいぶん遠い県外からも訪ねてくれる。

あいている時間内に、二人、ということもあれば、なぜか次つぎ、ひとがあらわれて 20 数人にもなってにぎわう、そんな日もある。でも平均したら、6，7 人から 10 人程度だろうか、それもいちどきにでなくてんでんの時間に来て、好きな時間に帰るのだから、正真正銘、はやっていない。だけど、先週と今週と来週と、同じ顔ぶれ、同じ組み合わせ、ということもこれまた一度もない。いくつもの、何種類もの、はじめての出逢いの生まれる瞬間に、これまでどれだけ立ちあってきたことだろう。

はやらないがミソ

今の紅茶には、金沢ではじめたころのような、子育て中の、とか、お母さんたちの、とかいう枠組みが何もない。いい年のおじさんもいれば、若者もいる。子ども連れの 30 代もいる、パートで働く 40 代も、50 代の主婦もいる。おばあちゃんになりたてのひともいる。仕事の途中や帰りに立ち寄るひともいる。

年令も性別も立場も職業もこころ模様もさまざま、学校に行っていようがいまいが、職についていようといまいと、それを問いただされることもなく、ただ来たいときに来て、話したければ話して、話したくなければ黙ってそこにいて、なにげに聞いてて、あるいは心とぎ澄まして聴いて、本を読みたければ読んで、時には久しぶりの誰かと再会して、紅茶を何杯もお代わりしながら（私はそのお茶をいれる係）、紅茶にたまたま来あわせた同士、その時間をともに過ごす、分けあう、ただそれだけの場所。

これ、といって高くかかげる目的も目標もないけど、でも紅茶という場にはなにかおもしろいちからがあるなあ、とこの10数年で確かに感じるようになった。その年月は、紅茶があまりはやらない場になってきた、と思うころとちょうど重なっている。

もしか毎週、たくさんのひとが訪れる紅茶だったら、あの話をはたして私は聴かせてもらえたろうか、あのひとはあそこまで深い胸のうちを紅茶の場で語ってくれたろうか、と思うことが多すぎて、それが、最初の紅茶紹介のところで書いた、はやらないとこがミソ、とつながっていく。

誰だってはじめて行った場所にすでにたくさんの人が集っていて、自分には関係なさそうな話で盛り上がっていたら、圧倒されるし、緊張もする。ひとが、いわゆる世間一般の他人には、知られたくない、見せたくない、弱さもふくめたこころの内側を見せられるのって、ごくこじんまりした範囲に限られていそうだ。それも、この顔ぶれならだいじょうぶ、という関係性を保てる円内。そういった安心の空気があってはじめて、ひとは自分のきもちをふと、話す気にもなれるのだろうと思っている。

その人数は、3，4人から、せいぜい6，7人、かな。同じ人数でも、そのなかでふたりずつ島になって話し込む、同時多発の聴く場面、というのもしょっちゅうあって、そんなときは私もまたその中の聴くひとりになって、目の前のただひとりのひとの話に、耳を傾けている。

ここでは何を言っても、頭ごなしに否定されたり、お説教されたり、ましてや指導されたりしない。話は、きちんと聴かれる。ここでの話は、固有名詞つきで噂話としてひろがっていかない。疲れたときは疲れた、と、しんどいならしんどい、苦しい、と、言ってもいい場所なんだ。そのことを、来たひとの誰かれが自分で感じる時期がくると、その日その時にいあわせた顔ぶれに応じて、本当にたくさんの一人ひとりが、ぽつりぽつり、ときにはとうとうと堰をきったように、自分のきもちの内側を語りだす。

話すは、放す

紅茶がはじまったころの子育て井戸端時代にも、子連れ、赤ちゃん連れで来るお母さんたちは、実によく話した。夢中で話した。毎日子育てに追われて、同じことのくりかえしみたいに思える日々の、一週間分たまった想いを、紅茶で会えた仲間にたがいにぶつけあうように話した。

その話もたいていは途中でちいさなひとたちの泣き声やちょっかいに妨害されて、最後まで行きつかないことが多かったけれど、紅茶に来たときと帰るときとでは、それぞれのお母さんたちの表情があきらかに違ってた。

きっとあのころ、私の顔だって、週ごとの紅茶のbeforeとafterじゃ違ってたことだろう。紅茶のあとは、私もいつもなんだかすっきりした。不安やら悩みやら問題やらが、なくなったりきれいに解決したわけでもないのに、きもちが軽くなっていた。

そうか、「話す」って、「放す」なんだ。話は、きかれてはじめて話になるんだ。誰かにきいてもらって受けとめられたきもちは、話す前よりも解き放されている、だから軽くなって、楽になったと感じるんだ、っていうことを、誰よりも私自身が毎週の紅茶で実感していった。

金沢でひらいていたころの紅茶は、だけどまだまだ、話す（＝放す）ってことのほうに重きがおかれていて、「きく」ことを、当時の私はとくに重要視してなかったように思う。

ところが、津幡に移って 2，3 年たったころから、ひとが少ない時間帯の紅茶や、とりわけ他のひとが帰って私と二人きりの時間になったりするときまって、やおら話しだすひとが、気づけば徐々に増えてきていた。

「私、実は、、、」からはじまって突然、夫婦の離婚に至るものがたりを 2 時間近く語りだすひとがいたり、親からされた仕打ちを話すうちいきなり泣き出すひとがいて、つられてこっちもわけがわからず一緒に大泣きしてしまったり。

ちょ、ちょっと待ってよ、いったいどうしてそんな重たい話、私にするわけ？　そんな深刻で重大な話、私なんかがきいてしまっていいの、などなど、こころがざわつきながらもあのころは全身、ダンボの耳と化してひとの話をきいていた。

しんどい話をたてつづけにきいちゃった日は、私はいつもへろへろになった。エネルギーの放出、みたいな話をきくには、うけとるこちら側にもそれ相応の覚悟やこころの準備が、当然、必要だったんだ。

今日ちょっと相談したいことあるんだけど、的な前置きはおおいに曲者だった。どうしたらいいと思う？というのも、さらなる引っ掛け問題だった。求められてるんだから、なにか役立ちそうなこと言ってあげなくちゃ、このひとのためになにかいいことしてあげなくっちゃ。

必死に答えや解決策を探そうと、内心焦りまくる。と同時に、こんなきき方ではたしていいんだろうか、あるいは、私の対応がまずくて目の前のひとをさらに傷つけてしまったらどうしよう。そんな不安も常に背中で感じてた。

紅茶の時間を私が好きでい続けるためには、こんなきもちでひとの話をきいてる状態はぜったいなんとかしなくちゃ。その必要に迫られて、私なりの、「きく」ことの勉強がはじまった。何より、私が少しでも安心してひとをきくことができるようになるために、私のために、学ぶ必然があった。いまから 15 年ほど前のこと。

聴く、ということ

今ふりかえれば、そのころの私には、「聞く」と「聴く」の違いすら、まるでわかっちゃいなかったし、聴くことにどれだけ大きな意味やちからがあるかも知らなかったのだと思う。

それまで受身とばかり思っていた、聴くという行為が、どっこい、そのひとがそのひとを映しだす鏡を育てることでもあり、同時に、聴く側の鏡も、知らず知らず育てていってくれることも、少しずつ気づいていった。

ねえ、どうしたらいいと思う？ときかれたとしたって、気やすめの励ましも安易な助言も、ほんとは言う必要なかったんだ。あのころは沈黙がこわくて、とにかくなにか早く言ってあげなくちゃ、なくちゃ。そうすればするほど焦って、頭がそっちに行く分、聴く耳がうわの空になることも、おいおいにわかってきた。

そしてほんとにちょっとずつだったけれども、長いこと胸の中にためていた想いがしっかりと誰かに聴かれ、受けとめられると、そのひとの便秘してたこころがほんの少しだけ解消されて、そのおかげで以前よりちょっとクリアに、いったい何が問題だったのか、何にこれほど縛られていたのか、そのひと自身にきっと見えてくるんだ、と実感できるようになってきた。

そう、胸のなかに溜まっていた悲しさや痛みやしんどい想いは、ずっと出せないままでいたり、出してもきちんと受けとめられないままほっておかれると、文字通り、便秘する。いかにも、重たい、そして苦しい。体重計に、こころの重さを量るボタンが別にあったら、きもちよくじゅうぶん話せた（放せた）かどうか、どれだけ軽くなったか、一目瞭然だろうに、といつも思った。

それでも、ほんの数ヶ月前まで、ただただ聴いてもらっていたひとや、くりかえし同じものがたりを語っていたひとが、自分はもうじゅうぶんに語った、気づけば私、いっつもおんなじ話しとったねえ、などと自分でいうあたりから徐々に変わってゆく。「話す」ひとから、あたらしく来たひとの話を「聴く」側にシフトしてゆく。その変化の過程をじっくり見られたのもまた、紅茶がはやっていないおかげだった。

聴く耳　――　相手のきもちをわかろうとして聴こうとする耳、は練習すれば育つものなんだと思った。実際、もし聴く耳を持つひとが紅茶のなかでふえていかなかったら、いつも 1 対 1 で私だけが聴き役だったなら、私はとうの昔に疲れはて、つぶれて、こんなしんどいこと、もうヤダー、って紅茶をやめてしまってたかもしれない、と今でも思う。

きもちは、言葉をさがしている

私にとって、紅茶にくるひとの話に耳を傾けることは、そのひとの人生をほんのちょこっとだけどもおすそわけしてもらうこと。重た苦しい話であっても、今日、そのひとがそれを話しだしたのには、たとえそうと意識してなくても、そのひとにきっと話す必然があったんだ、と思って聴いている。

そのひとが、「あ、今、話してて急に思い出したんだけど」とか、「いま言ってみて、ふっと感じたことなんだけどね」と前置きを言ってから、次に出そうとする言葉を、私は小鹿のバンビの耳になって、待つ。

もう何年も、何十年も前の出来事、忘れたことにしてたはずの、こころの深いとこの傷や痛みにそのひと自身が名前をつける瞬間、私はいつも厳粛なきもちになる。言葉にしてはじめてからだの外に出したことで、そのひとは自分のきもちとそこで向き合う、もしかしたら初対面かもしれない、そのときの自分のきもちと。

誰だってほんとはいつだって、自分のきもちにぴったりとあう言葉をさがしているんだと思う。いま感じてること、思ってることに、まさにフィットする言葉を、そう苦労せずにさがしだせて、それを相手にそのまま手渡せたなら、どんなにコミュニケーションのキャッチボールは楽だろう。

だけど現実はその逆で。きもちに言葉をさがせない状況があまりにも多すぎて。言おうとするそばから相手がいつもこちらの話を先取りしたり、邪魔したり、見下されたり、急かされたり。またはすごく威圧的で、命令的で、言ったらバカにされそうで、拒絶されそうで。そんな経験ばかりしてきたら、いっそ言うまい、話したってどうせきいてくれない、言ったところでわかりっこない、言うだけ無駄だ、って回路ができあがっても不思議じゃない。

いや、さがすほどでなくても、何気ない毎日のコミュニケーションの中でさえ、ほんとはｎｏとことわるつもりが、ｙｅｓとつい口から出てしまったり、いいひとに思われたくて、こころにもないことを言うくせがついていたり、と、自分より世間を優先しようとすれば、きもちに言葉なんてとうていさがせないような場合がほとんどかもしれない。

だけどもある日の紅茶で、どういうこころぐあいでか、意図せず言葉にしてみて、たとえば――　そうか、あんな昔のこと、赦したつもりで、ほんとはまだちっとも赦せてなかった、傷口はふさがってなかったんだ、とそのひとがはっと気づく瞬間の、微妙な表情の変化。または、言葉をさがしさがし、汗だくになって、これまでずっと蓋してきたことを話し終えたとたん、緊張がぱちんとほどけて、顔の筋肉が弛緩してよれよれになっちゃった若い男の子の変貌ぶり。

言葉にしていったん外に出してみなければ見えなかった、気づかなかった自分のきもち、ってものが、たしかにあるんだと、紅茶をしてきて確信するようになった。きもちが自分に等身大、もしくはそれに近い言葉を見つけると、そこは変化のはじまり。自分の過去やいま現在のつらさ、またはあまりに習慣化しすぎて自分でも気づかなかった思いぐせ、などに句読点や、ちいさなピリオドが、ときには打てることもある。

そんな時間を共有できたとき、私はなんだかとてもうれしい。悩みの状況はたとえそう大きく変わってなくても、それでも小さな変化のおきたとこから、そのひととまた一緒に考えてゆけそうに思えて。そして、その共有空間にかかせないのがやっぱり、安心と安全の空気なんだ、といまさらながら思う。

元気のないときに

紅茶が２０年目を迎えようとしたころだったか、あるひとからこんなふうに言われたことを、印象深く、今もはっきりと思い出す。

自分が元気で前向きなとき、行けるところはいっぱいある、たとえばボランティアとか、外に出るちょっとした仕事とか。だけどもそうじゃないきもちのとき、行けるところは、あるようでそうそうない。「だから、紅茶があって、よかった、、、」

へえ〜、と意外だった、そして、うれしかった。自分のしていることって自分からはなかなか見えない、とよく思うけれど、この場合もまさにそうで。元気のないときにいける場所、かぁ。それって、時をかさねてきた紅茶につけたされた、新しい形容詞、あらたな価値観かも、と思えた。数でなく量でなく、質的な成長と呼べるものを、いつのまに紅茶は、仲間とともに育ててきてたのかもしれない。

つねに忙しすぎて、競争させられ、他者とくらべられて、やる気やできる能力だけでそのひとのすべてが測られるような、そんないまどきの流れと、違う価値観の場所が一つや二つ、あってもいいと思う。そしてもし紅茶がそういう場であるのなら、なおさらよろこんで、特別にこれといったことは何もしてない、ということをしてる紅茶を、続けていこうと、そのとき思った。

そこでほっと安心して、自分は自分でいいのだと思えて、本来の自分を取りもどしてゆける場所。誰も、元気づけたり無理に励ましたりはしないけれど、しないからこそ、弱さやみっともなさもだせて、身の丈の自分に還って行くことができる場所。きもちをリセットして、明日からまた一歩をふみだせる空間　――　ここにあげた言葉はみな、紅茶にきて、自分をいっぱい語り、受けとめられた経験をした、紅茶仲間のだれかれのせりふだ。

ううん、どこかの誰かの話ではなく、ほかならぬ私自身が、紅茶を続けるなかで誰よりもはるかに多くのひとに出逢い、それぞれの弱さやなまなましい傷にもふれ、たくさんのひとたちの多様な生き方を知って、そこに自分との接点を探り、ときには生き方を重ね、もっとも大きな幅でゆるやかに変わってきたのだと思う。

若いとき、自分の都合時計だけで生き、共同・協働作業的なことをわずらわしいと思っていた私が、今ではむしろ、一人で何でもしてしまわないよろこび、ってものが確かにあるんだよね、なんてまわりのひとによく言ってることにわれながら驚く。今の私は、自分の弱さやもろさも仲間たちの前でごくしぜんに出せて、等身大でいられて、それが安心の空気になってまた紅茶内を循環していってるのが、わかる。紅茶を続けてきて、一番楽になったのはまちがいなくこの私だったんだ。

紅茶の時間とその周辺

紅茶に来てくれてたひとや、紅茶のことを綴った本を読んだひとの間で、自分の家をひらく、場を育てる、ということがこの 10 年余りで、あちこちに少しずつふえてきた。場の持つちからを感じはじめたひとが、京都で、川越で、大津で、川口で、富山で、石川県内

で。
　紅茶の時間は、組織でも家元制度（笑）でもないから、はじめたいひとが勝手にはじめればいい。名前も、開け方も、そこに集まるひとたちにあった、たとえば月に一度とか、開く場所をもちまわりでとか、無理のないやり方で。共通しているのは、自らのきもちや胸のうちを語りあうことのできる、安心の空気が不可欠の場であること、だけどその空気はひとりではつくれない、そこに集うひとたちとともに創っていくことがみんなの共通認識としてある、ということぐらいだろうか。

　教室で学ぶ専門的な知識というものがまるでないまま、いきなり実践からはいってしまった、聴くことや、ひとをすこしでも理解するための学びを、私は紅茶ではじめさせてもらって、今も紅茶の内と外で勉強中だ。
　その中で、東京調布の不思議なレストランこと、心の病気を体験した人たちの居場所であり、職場でもあるクッキングハウスと出逢い、クッキングハウスで日常茶飯事的にくりかえされるＳＳＴ、ひととのよりよいコミュニケーションをめざして仲間とともに練習していく学びがあることも知った。
　また、石川で、団さんと家族面接を学ぶ勉強会がはじまる、というときにも、ひょんなところからその会を知って、以来、対人援助の仕事をするひとたちのなかに、専門外の一員としてまぜてもらっている。
　クッキングハウスでのソーシャルスキルを身につけるためのコミュニケーションの練習も、団さんから学ぶ家族システムの話も、援助職のひとにかぎらず、誰にとっても必要な練習で、学びだと、そのときからずっと思ってきた。関心を持つひと、一緒に学ぶひとがふえたらいいなと、折おりに紅茶仲間に声をかけているうち、団さんの勉強会に参加するひともでてきた。そして紅茶とは別枠で、コミュニケーションを練習する場としての「ともの時間」もはじまった。

　これからこのマガジン誌上で、紅茶の時間やその周辺で起きたこと、起きていること、ともの時間や、ワークショップの自主勉強会で気づいたことなど、ゆるゆると綴らせていただこう、と思っています。どうぞよろしゅうお願いいたします。

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第 2 話

水野　スウ

不思議なレストラン

水曜日の午後だけ開いている、誰でもどうぞ、の「紅茶の時間」をはじめてから27年がたった。最初のころの紅茶は、毎週にぎやかしい子育て井戸端のようだったけれど、年月とともに、あんまりはやっていない、とりたてて何もしてない、静かな時間へとじょじょに変化してきて、10数年前からは、元気がない時や心くたびれた時、ふらり行ってみようかな、と思える場所にどうやら育ってきたらしい。

今でこそ、そんな人たちを受けとめるのがあまりこわくなくなった私だけど、当時はなんだかややこしそうな人が来ると、おっかなびっくりだったことを思い出す。私の受けとめ方がまずくて、もしか、すでに十分よそで傷ついてきた人をさらに傷つけてしまったらどうしよう、って不安だったんだろう。ちょうどそんなころ、紅茶つながりの友人が「不思議なレストランからこんにちは」という講演会のちらしを送ってくれて、そのタイトルに魅かれ、私は富山までお話を聞きに行ったのだった。

東京調布にある「クッキングハウス」は、心の病気をした人たちの居場所であり、職場であり、そして誰もがおいしいランチを食べにいける、街なかの不思議なレストラン。代表をしているソーシャルワーカー、松浦幸子さんのお話は、東京にそんな場所があるんだ！という驚きとともに心に深くはいってきて、これはどうしても行かなくちゃ、と思った。そして出かけていった。今から13年前のこと。

仲間と一緒にごはんをつくって一緒に食べて、おいしいね、からメンバーさんたちが元気になってゆく、というクッキングハウスは、お話で聞いたとおりに、ほっと安心できる、家庭的であったかいレストランだった。家族の誰かが心を病み、何をどうしていいかまったくわからない不安な時、クッキングハウスの存在を知って、全国から訪れる人も多いという。やっと来れた安堵感でテーブルに着いて、メンバーさんから、ご注文は？と聞

かれたとたん、おもわず涙があふれてきたお客様に、さりげなくどうぞと涙ふくタオルをさしだす、そんなことが当たり前、という意味でも、やっぱり不思議なレストランだ。

クッキングハウスのSST

決まった曜日に食事の後ではじまる、SSTという名前のコミュニケーションの学びの時間にも、たびたび参加させてもらった。メンバーさんたちが、自分の日常生活で実際に起きる対ひととの様々な場面で、こうできたらいいな、もっとこうしたい、という希望とニーズのあることを練習の課題として出す。

たとえば、自分から仲間にあいさつができるようになりたい。おしゃべりの輪のなかに、しぜんに入っていきたい。新聞の勧誘の人を上手に断りたい。お母さんの誕生日に、プレゼントをどうやって渡したらよろこんでもらえるかな、などなど。

ささいなことにみえても、本人にとっては一つ一つが大問題。それにいちいちつまづいてしまう状況だとしたら、毎日どんなに生活しづらいことだろう。それを思いきって課題に出してみると、仲間たちが、そのきもちわかる、自分にも同じ悩みがあった、私にもあるよ、と真剣に受けとめてくれて、それから、自分の場合はこうやってみたらうまくいった、こういうのはどうだろう、と仲間たちが、いろんな知恵を分けてくれる。SSTリーダー役の松浦さんやスタッフからも、その人のこれまでとは少し違うものの見方や考え方、あたらしい行動パターンなどのヒントや助言がもらえる。

いくつか出された方法の中から、課題を出したその人が、これならできそうかな、と思うものを選んで、実際に練習場面をつくり、参加者の誰かに相手役になってもらって、短いロールプレイをしてみる。

練習したあとはすぐに、今のよかったところが、見ていたメンバー仲間や参加者から口々に伝えられる。まるでシャワーのように、その人にそそがれるちいさなほめ言葉の数々。してみてどうでしたか、と訊かれて、当のメンバーさんも今のきもちを言葉にする。何より、勇気を出して練習したことがみんなから認められて、メンバーさんはとてもうれしそうな表情になる。

こんなふうに展開していくクッキングハウスのSSTからは、いつ参加してもあたたかな感動をわけてもらう。メンバーさんたちは、練習を何回も重ねていくうちに、悩みや困りごとを一人でかかえこまないことや、一緒に考え、応援してくれる仲間たちの存在を信じることができて、実際には問題だらけの毎日であっても、一つ一つ、越えていこうと思えるのかもしれないな、と感じた。

と同時に、いいところを見つけて言葉にして率直に伝えることが、メンバーさんたちが自信をとり戻してゆく過程でとても重要な意味を持っている、ということも実感できて、それが私にとっては大きなうれしい発見だった。それは紅茶の時間をはじめたころから、特に大切なことだと意識もせずに、私がずっとしてきたことと通じていたから。

ソーシャル・スキルズ・トレーニング、の略であるSSTが、認知行動療法の一つで、精神障がいの人のリカバリーに役立つリハビリプログラムの一環でもある、と知ったのは、クッキングハウスのＳＳＴを知っただいぶ後のことだった。でも私からすると、こんなコミュニケーションの練習って、病気であろうとなかろうと、およそどんな人でも日常的に楽しく学べたらいいのにな、と思えてならなかった。そういう場所が近くにあったらほんとにいいな。クッキングハウスに行くたび、そんなきもちになって帰ってきたのだった。

練習が必要

クッキングハウスから帰った翌週の紅茶の時間では決まって、東京で学んだことのおすそわけやおみやげ話をしていた。人ときもちのいいコミュニケーションができるようになるって、練習すれば誰でも身につけていけるやさしいちからなんだと思う、と繰り返し言っていたら、紅茶にそのころ毎週のように来ていた人が、とんでもないこと

を言い出した。

「それって、今の私にものすごく必要。自分だけじゃない、そういうコミュニケーションの練習が必要な人、私のまわりにたくさんいるの。お願い、スウさん、そんな練習ができる時間を、紅茶とは別枠でつくって」

見よう見まねのSSTを人に教えるなんて私にはとうていできない。無理だよ、難しいよ、と言い続けたけど、このお母さんは、紅茶に来るようになってからの自分の変化をまるで動かぬ証拠（?）のように次つぎあげて、一向にあきらめようとしなかった。

――紅茶の時間で、話をていねいにじっくり聴いてもらうことで、以前とは違う気づきがいっぱい生じてきた。

――子どもの話を、そんなふうには聴いてこなかったこと。それまでコミュニケーションだと思っていたものが、実は世間体を気にした表面的な会話にすぎなかったり、きもちをごまかした取りつくろいだったり、相手を○○させよう、の意図が透けて見える操作誘導だったり、とだんだんわかってきたこと。

――こんな親をまじかに見て育ったら、どうやって人ときもちを分かち合うのかわからなくって、子どもが社会に出た時、生きにくくって当たり前かも、ってことにも気がついた。

――これからは、きもちのいいコミュニケーションができる自分に少しでも近づいていきたいと真剣に思ってる。だから、具体的に練習できる、そういう時間がどうしても必要なんです。

そんなふうに熱く語るお母さんの近くには、彼女みたいに、コミュニケーションが苦手と思いこんでる人、わが子や家族とほんとは心通わせあいたいのに、いろんな要因が重なってそれがどうにも難しくなっちゃった人、だからこそ練習の場を必要としてる人たちのいることが、私にも少しずつ見えてきた。

そうした家族の問題や葛藤を、他人にはあまり知られたくないという思いもまた当然のこと。となると、誰でもどうぞ、が基本の紅茶の時間のオープンさは、いつ誰がくるかわからない大きな不安材料でもあって、だから紅茶とは別の場所と時間が必要なんだ、と次第に納得するようになった。

小さくてもいいからそこに自分なりの必然がある、と感じたら私は動き出せる。何よりもまず、練習したい、練習が必要、と思う人たちがいる、ということ。それも、SSTに限定しての勉強会というなら私にはまだできないけど、紅茶の延長線上でのコミュニケーションの練習というのなら、そして、参加する人たちと一緒にそういう場をつくっていこうというのであれば、あらたに何かをスタートさせられるかもしれない、そんな気がした。

もうひとつの時間

こんな話の出る前からしてきた、能登七尾の商店街のおかみさんたちとのコミュニケーションの勉強会や、金沢でのワークショップ自主勉強会、東京のJHC板橋会のテキストを参考にしながら続けてきたピアカウンセリングの学び、といったたくわえのようなものが、おそらく私の背中を後押ししてくれたのだろう。

とりわけ、七尾のおかみさんたちと数年続けてきた勉強会の経験が、私にささやかな勇気をくれた。おかみさんたちは、相手のきもちも自分のきもちも大切にしながら伝える「私メッセージ」と、相手を非難したり責めたりする「あなたメッセージ」の違いや、「聞く」と「聴く」の違いを学んで、それを自分たちの家族間のコミュニケーションやお商売の場面で実際に活かし始めていた。以前と比べて、きもちを言葉化する、伝える、ということを意識するようになって、仲間や自分のいいとこみつけもずっと自然にできるようになっていたし、おかみさんたちの表情も見違えるほど豊かになっていた。

私なりに見つけたおかみさんたちのうれしい変化、おかみさんたちが気づいた自分たちの変化。いくつもの、あ、なんか、前とは違う、少しは、

私メッセージで言えてる自分がいる、あの人がいる、自分の話を聴いてくれる仲間がここにいるって思えるのはいいな、といった感覚と経験。それらが、きもちのいいコミュニケーションの練習はたしかに意味をもつ、そして場のちからというものが育てば、仲間の間に信頼や安心感がふえてくるということを、私に教えてくれていた。

もちろん、これから一緒にコミュニケーションの練習をはじめようとする人たちと、おかみさんたちの会とを同列に並べられないことはわかっていた。これから、の人たちの悩みや問題は、だいぶ深くて厳しいのかもしれない。だけど、紅茶を長く続けてきて、悩みも問題も皆無、なんて人はいないことを知っていたし、その意味では、おかみさんであろうと、お母さんであろうと、どういうご家族であろうと、本質的にまったく異なってて共通点の一つもないってことはないだろう、探せばきっとどこかに似たようなとこや同じとこ、普遍性が見つかるはず、とも思っていた。

とにかく今は、これからの会を、私が上手にできるかどうかということよりも、学びたい、練習したい、という人がいて、まずは練習する場がある、そのことの方がきっと大事なんじゃないか、とだいぶ迷ったあげく、私はやっとそこに着地できたのだった。

こうして、あなた「と」学ぶ、わたし「も」学ぶ、ともに学ぶ、という意味を名前にこめた、「ともとも」が2005年の2月に生まれた。その後、「結とも」が、やがて「ともさん」（3番目のとも、の意）もできて、月に一回集まってコミュニケーションの練習をする、紅茶とは別枠のもうひとつの時間である「ともの時間」は、あわせて３つになった。

ともの時間

第一回のともともに集まった10人ほどのうち、半分以上は私と初対面の人たちだったろうか。とにかくみんな、何をするのか、させられるのか、緊張感いっぱいで、どの人も硬い表情をしてたこと、よく覚えている。くわしくはわからないけど、深刻な家族の問題を、それぞれかかえてる人が多いようだった。

まず最初にはっきりさせておかなきゃ、と思って私が言ったことは、ここは誰かが答えをくれたり、悩みや問題をすっきり解決してくれたりするところではないということ。小さなこまごました練習を仲間と一緒に積み重ねながら、一人ひとりが自分で何かを発見していく場。言葉にすることで無自覚だった自分のきもちに気づき、気づいたらそれを、相手に伝わるように伝える練習をしていく場所。私はこの場の水先案内人なだけであって、先生とか、指導者とかでは決してないということ、などなど。

その場にいた人たちの中には、家族のことで、これまでにいろんな本を読んだり、先生の講演を聞いたり、専門家に話を聞いてもらったりしてきた人が少なからずいた。悩みが深ければ深いほど、どこかにいい答えや解決策がないか、必死に探してきた人もいただろう。だからこそ余計、私が“先生”ではないことをはじめから明確にしておかなきゃいけなかった。

もしともの時間でそんな立場になってしまったら、私は正解やよい助言をくれる人、と勘違いされそうで、それはとっても困ることだった。そんな力が私にないのを十分わかってたせいもあるけど、何よりもここは、ともに、の場。セルフヘルプの場。互いの関係性がたいらであってこそ気づいていけるものが大きいはず、と確信していたからだ。もちろん今も、そう思っている。

ちょっと話がずれるけど、お話やワークショップの出前に行った先でも、紹介される前に、先生、でなしに、さん、で呼んでくださいね、といつもお願いしている。なんの資格も専門性も持たない私は、それこそが自分の特性だと思っているので、身の丈の、さんで呼ばれるほうがずっと心地いい。学校で子どもたちの前で話す時なんか、特にそうだ。○○先生、と紹介された人の話を聞かされる時と、なんやら変わった名前の、それも、紅茶の時間ってこれまたなんだかよくわからないことしてる人の話の時とでは、同じ聞かされるのでもどこかが違う。ちょびっとは聴く側の子どもたちも身構えずにすむだろうし、その分、こっちも話し

やすい空気をつくってもらえる気がするのだ。

ともの約束

一回目の集まりの時、参加した人たちと話しあいながら、この場での約束ごとをいくつか決めていった。その後も思いつくたびみんなでつけ足しては紙に書いていったので、今では約束、というより、はじめての人に、ここはこんな場所、と説明するとき役立つ、ともの時間のプリントみたいになった。そのプリントに書いてあるのは、例えばこんなことだ。

・ここで出た話はここだけのこと。
・感じたことをかっこつけずにそのまま言う。
・自分のきもちに気づいていく場、そのためにきもちを言葉にする練習をするところ。
・よかったところはすぐ言葉にして伝える。具体的に、シンプルに。
・自分のきもちも相手のきもちも大切にする場。
・批判されない、否定されない、どんな意見もあり。
　伝えたいことを、相 - 手を傷つけずに伝える。
・わからないことがあったらすぐ訊く。
・人の話を最後まで聴く。
・ワンマンショーや人の話の横どりをしない。
・言いたくない時はパスできる。
・ここは問題を解決する場ではなくて、そのための練習の場。
・練習だから失敗して当たり前。誰も笑ったりしないよ。

ともの時間に、誰か一人でもはじめて参加する人がいたら、先輩たちがかわるがわる、プリントをもとに、この場の説明をしてくれることになっている。最初のころ、顔もあげずに棒読みしてた人も、「おっと、ちょっと待った。もうここからすでに伝える練習は始まっているんだよ〜」と私に言われているうちに、今ではここに書いてないことまでその日のアドリブつきで言ったりするようになった。

たとえば、ここはきもちと言葉が対面する場所、とか、自分だけの問題と思ってたことが、実はみんなにも共通の課題だったと気づく場所、とか、月に一回、きもちをリセットするところ、自分の心を見つめる勇気を育てる場所、といったふうに。

これだけ聞いてると、なんかえらくカッコいい場所と誤解されそうだけど、現実はむしろその逆。というのは、ともの時間の中では、自分や家族の、世間にはあまり見せたくない影の部分、どちらかといえばみっともないところを仲間の前にひらいていくことが、ある意味で欠かせないことだからだ。

自分をひらくことで、その人の生きてる現場が仲間たちにも想像できるようになり、それじゃあ毎日しんどかったよねえ、と共感もでき、それを経て、仲間たちからの経験や知恵のおすそ分けが可能になる。そうとわかってはいても、ひと前で自分をひらくってなかなか勇気が要ること。

クッキングハウスのSST でメンバーさんから出される課題というのは、こうできたらいいな、こう言えたらいいな、という希望であると同時に、今の自分ができてないこと、しんどいこと、自分の弱みをみんなに知られちゃうこと、いわば弱さの情報公開。

それでも、次々に練習したい課題が出てくるのは、そこが安心できる場で、どんな課題を出しても仲間たちの応援がもらえるし、一緒に考えてくれる、という信頼がみんなの中にあるから。もちろん、それまでのクッキングハウスの活動を通じて、リーダーの松浦さんに対する信頼だって深いものがあるのだけれど。

そのころはまだできたてのともの時間で、しかも、家族の複雑な問題で悩み多そうな人たちから、それぞれの課題がすんなり出てくるはずもない。だいたい、課題、という言葉からして最初は違和感があるに決まっている。

それならば、まずまっ先にできることはなんだろう。ともの時間が、安全で安心な場所、という空気を、ともの仲間たちと毎回少しずつ育てていくしかないのだろうな。そう思っていたので、最初の数ヶ月は、何はさておき、場の空気をほぐす

ことを一番に心がけた。軽いゲーム感覚のいろいろなウォーミングアップを何度もした。深刻に苦しんでいる人ほど、こんなことしていったい何の役に立つ、それより早く問題解決のヒントを見せてよ、そのために来てるんだから、と、きっとじれったかったことだろう。

コミュニケーションはキャッチボール

ともの時間のごく初期にしたことのひとつが、「きもちボール」だ。私が両方の掌を丸くした中に、ふぅーと息を吹き込んで、目には見えない風船＝きもちボールをふくらませる。そのボールで何を始めるのか、ひとことも説明せず、無言で、そのボールを仲間の誰かに投げる。投げる前には、目と目で合図。いい？行くよ。え、私？そうそう、あなただよ、投げるから受けとってね、ほーら、行くよ〜、ぽーん。お、うまい、見事なキャッチ。

こうして、仲間の手から手へ、言葉のないキャッチボールがしばしの間、続く。だんだん要領がのみこめてきて、大のおとなが見えないボールを投げては受けとめ、投げては受けとめ。時に変化球あり、直球あり、笑い声あり、かけ声あり。隣の人に、ふわり、そっとボールを手渡す人もあり。

ひと通りボールが行き渡ったあたりで、きもちボールの話をする。コミュニケーションって、きもちのキャッチボールなんだと思う。どの人も途中からは、ボールを投げる前に、相手が受けとれるかどうか、その気があるかどうか、用意できてるかできてないか、って、一回一回確かめながら、目と表情とからだで会話しながら、投げていたよね。

せっかく投げたボールが、ちゃんと受けとめてもらえなかったり、無視されたり、急に強く投げ返されたり、返してほしくて待っているのにあさっての方向に投げられちゃったりしたら、誰だって悲しい。でも現実にはしばしば、きもちはそんなふうに扱われている。

話しても聞いてもらえない。聞いてるふりして、聴こうとしない。聞き流される。話の先取りや横取り。ただ聞いてもらいたかっただけなのに、答えや助言を押しつけられる。お説教や指導がはじまる。時には、尋問。いきなり怒りをぶつけられたりもする。

こんなことが家族の中、親子間でもうパターン化してたら、きもちのキャッチボールはあんまりどころか、ちっとも楽しくない。やがて、どうせわかってもらえない、わかりっこないさ、と冷めたきもちになって、うざいしめんどくさいし、何聞かれても、別にぃ、って言っとけばいいや、になるかもしれない。

きもちボールは、たったこれだけの遊びみたいだけど、実際にからだを動かしながら、投げる側のきもち、受けとられないきもち、無視されるきもち、などをかなりリアルに体感できるゲームだと思う。

投げようって合図送ってるのに、あの人、なかなか気づいてくれなかった。

今のボールは、もっと丁寧にうけとめてほしかったんだけどなぁ。

あれ？私の投げ方も受けとり方も、みんなと比べてどうも乱暴な気がする。そういえばきのう息子にぶつけたひとこと、ちょっと乱暴すぎたかもしれない。

今のあの子には、どんなボールならいいんだろう。そもそも今さら、あの子ときもちのキャッチボールなんか、私にできるんだろうか。

などなど、自分のいつもとっているコミュニケーションのパターンに気づけたり、相手への想像力をふくらませたり、と、このきもちボールは、3つのともの時間がそれぞれ始まったころ、欠かすことのできない、シンプルで、それでいてたくさんのことを感じさせてくれる、助走プログラムだった。

＊＊＊＊

と、今回はこのあたり、ともの時間の、ほんの入り口まで。続きはまた、次回。

—— to be continued.

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第３話

水野　スウ

ともの時間のウォーミングアップ

週いちのオープンハウス「紅茶の時間」から、ある意味、必然的に生まれたともいえる、月いちコミュニケーションの練習の場、「ともの時間」。それは、家族をはじめ、身近で大切な人と、なんとか少しでも気持ちのいいコミュニケーションのキャッチボールができるようになりたい、と切実に願い、それには何がしかの練習が必要なんだ、と思って来てくれた人たちの集まり。3つあるうちの最初のグループができてからすでに6年たったけれど、どのグループのメンバーも、私も、それぞれゆるやかに変化しながら、今もカタツムリの速度でゆっくりと歩んでいる。

前回は、ともの時間ができるまでのいきさつと、その時間が、参加している人たちにとって、安全／安心な場であると思ってもらえるための、まるでゲームのようなウォーミングアップを何度も重ねた、というあたりまでを綴って終わった。遅々たる歩みだけど、今回もまたその続きから始めようと思う。

毎月のともの時間で最初にするウォーミングアップは、その日その場に集まった人たちの緊張をほぐすために、欠かすことのできない気持ちの準備体操だ。単純な一つのキーワードを出して、その言葉でふと思いつくもの、ぱっとひらめいたことを一人一人が言ってみる、ということからはじめる場合が多い。お題となる言葉が、時には「好きなお味噌汁の具」だったり、「子どものころの懐かしい匂い」だったり、またある時は「雪の想い出」だったりする。それについて誰でも何か一言は言える、そんな簡単なお題がいい。

このやり方は、東京調布の不思議なレストランこと、「クッキングハウス」でのコミュニケーションの練習に参加して学んだことの一つだけど、心の病気のメンバーさんたちにとって答に窮しない問いが大切なのと同じように、ともの時間の仲間たちだって、最初はシンプルな問いにただ答える、という気楽さが大事、と思ったのだった。

正解を求められるのと違って、この場合はどん

な答えもあり。思ったことをそのまま言葉にすればいいだけ。っていうか、むしろそれが重要。カッコつけずに、感じたままを言葉にしてみる練習、なんて普段はなかなかしないことだから。人前で話す時、つい構えて立派そうなこと言ってしまう癖のあるひとにとっては、ちょっと新鮮な体験だったかもしれない。

このひとときは、気持ちほぐしであると同時に、参加している仲間たちの感覚や個性を知る小さな手がかりにもなる。「懐かしい匂い」の短いエピソードからその人の育った家族の原風景とか、「お味噌汁の具」から親子の関係がかいま見えたりする。「一番好きなりんご」というキーワードでした時など、りんごにまつわる様々な想い出が甘酸っぱい匂いごと、仲間たちの口からいきいきと語られ、同じ品種のりんごつながりでうれしくなる人もいて、もうこの時間だけでそこにいた全員がしあわせな気持ちになってしまったほどだった。

こんな場面で、いつもは目立たないとも仲間の誰かれが、話しながらどんどんいい表情になっていくのを見る時、この何てことない短い時間も、一人一人が持ってる可能性を引き出すささやかなきっかけになってるんだ、と感じることが度たび。立派な話をしなくていい場なんだと思えて安心した時、またほんの数ミリ、仲間の間の垣根が低くなる。

気分調べ

クッキングハウスで一日の仕事が始まる前に、毎回しているという気分調べ。メンバーもスタッフも、今の自分の気分をみんなの前で短い言葉にする。体調のよくない人、朝からなぜかイライラしてる人、今日は比較的おだやか気分の人。それぞれのこころ具合を先に言っておくことで、しんどい人には配慮ができるし、今日のあの人の不機嫌が、別に私に腹たててるからじゃないんだ、とわかれば妙な遠慮や、要らぬ緊張をしないですむ。心の病気ゆえの思いぐせで、つい悪い方へ、自分を責める方へと、進んでしまいがちの人には、こんな時間の有る無しで、一日のはじまりがずいぶん違ってくるかもしれないと思う。

ともの時間でも、ウォーミングアップの次に、やっぱりこの気分調べをしている。はじめのうちは、なんでいちいちこんなこと、と抵抗を感じる人も少なからずいたはず。気分をあえて言葉化するなんて、これもまた普通あまりしないことだから。

それでも、続けているうち、みなだんだんコツがわかってきた。気分、というとらえどころのない、だけど確かに自分の中にあって、時には自分をコントロールすらしてるものを、とりあえずは見つめてみる時間を持つということ。うまく言葉にできなくても、見つめる時間がきっと大事。これも一つの、気持ちが言葉を探す練習なんだね、と。

家でひと揉めして重たい気分をひきづったまま来た人、このところ寝不足で今も眠たい気分の人、久しぶりに来れたのがうれしい人、しなきゃいけないことだらけで焦ってるという人。ある時は、「体がしんどいので、今日は横になったまま参加します」という人もいた。

それももちろんあり。いろんな気分かかえた仲間がやってきて、今ここで一つの輪をつくっている、という場の共有感を大事にしたいと思う。また、言葉にすることで逆に、ん？　なんか違う、今の気分はこれじゃないな、ってはっきりすることもよくあって、それも含めての、その日その時の気分調べ。

気分と考えと行動はリンクしてるから、むしゃくしゃしてる日やもやもや気分の時にバーゲンセールにいくのはおおいに危険！だし、いつもと比べて後ろ向きの気持ちが強かったり、追いつめられてる気分の日には、重大な決定を今日はしないでおこう、と結論先送りを選ぶこともできる。気分調べにはそんな効用もあるよね、と話す。

仲間たちにとって気分調べは、月に一度、ともの時間に来た時だけにする特別なこと、なのかもしれないけど、私自身はちょっと意識しながら続けてるうち、自然と「一人気分調べ」をすることが習慣化してきた。いわばミニ自分研究。近ごろなんか元気ないな〜、の時期もあれば、お、煮詰まってる、もういっぱいいっぱいなんだ、という日もあれば、おや、今日は軽やかですねぇ、なん

て日もある。

以前よりずっとそれを自覚できるようになったことは、私にとってよいこと。気分に凸凹、あって当然。凹な日だからって無理やりポジティブに持っていったりしない、少なくとも家族や親しい関係性の人の前では。八方美人のカラ元気はあとでどっと疲れるだけだ。なんてことも気分を見つめる練習をしてきたおかげで、自分なりに見えてきた。ヘコミ加減やイライラ度が自分の一定レベルを越えそうと予感した時は、その手前で家族に気分をとりあえず伝えておくほうが、無意味な八つ当たりだって回避しやすい――。

こんな話をともの時間でしたら、「あっ、そうか、自分から先に、今日はこんな気分なんや、って言ってもいいんだ。その方があの子は安心するかも。黙って不機嫌なままの私でいると、子どもがものすごく気を遣って無理してるのがわかるし、それ見てるこっちも疲れて、なんか余計にイライラっとする。これって無言の悪循環だったんだね」と、仲間の一人がいいことを言ってくれた。そんな日は後半の時間を使って、自分の気分をさりげなく家族に伝える練習をする、という課題につながっていくこともある。

ともの時間内で、毎回毎回ここまで考えながら気分調べしてるわけじゃないけど、今これを書いてる私には折角の機会だから、と立ち止まってみた。一体何のためにするんだろう。あらためて書き出してみるといろいろ出てきておもしろい。このページは、自分の小さな気づきをはしょらず綴っていい場ととらえているので、こまごました発見を主に自分のために書き、書いている過程でまた新しい気づきを拾っている。

しあわせまわし

15年ぐらい前から、お話の出前先などで初めての人同士が出逢うような時、「しあわせまわし」というワークショップをすることがよくあった。最近のちょっとしたうれしいことを、二人一組になってごくみじかい時間、お互いの話を聴きあう。最初はただそれだけのことから始めたのだけど、何回も何年も続けるうち、この中には意外にたくさんの大事な要素がつまっていることに気づいて、ワークショップをする時の呼びかけの言葉も少しずつ変わって来た。たとえばこんな風に。

「ここ一週間くらいをふりかえってみて、ほんのちょっとしたうれしいこと、とるにたらない、ささいなうれしいこと、何かありましたか。ほんのささいな、が味噌です。ちっちゃなことでいいのです。夕べお月さまがきれいだったこと、でも、友人の一言がうれしかった、でも、種から芽が出た、でも何でも。ではしばしの間、考えたり思い出したりする時間をどうぞ」

話すことが決まったら、参加者全員が二人一組をつくって、自分のお相手に、話を聴いてもらう。聴く時にはいくつかの約束ごとがあって、どんなちっちゃな話でも、ああ、ちゃんと聴いてくれてるな、と話し手が思えるような聴き方をしてもらいたいこと。間違っても、へぇ〜、いい年してなんでそんなことがうれしいんだぁ？　みたいな顔をしてほしくないこと。質問したり、相手の話を取り上げて自分の方に持って行ったりしないで、ただ、まっすぐに耳を傾けて聴いていただきたいこと。

話す時間はたいてい1分半。私の鳴らす鈴を合図に、話し手が一斉に話し始め、もう一度鈴が鳴ったら、先に話していた人たちが今度は一斉に聴く人になって、また1分半、の総当たり。限られた時間しかないので、挨拶抜き、いきなり本題の、ちいさなうれしいを語りだす。なのでその場が突然、ミツバチの羽音みたいな人のしゃべり声でいっぱいになる。

タイムキーパー役の私は、この時間がいつも大好きだ。見知らぬ同士がペアになる場合がほとんどなのにもかかわらず、うれしい話をしてる人の顔はやっぱりうれしそうだ。聴く方も、苦虫かみつぶしてる顔はめったに見かけない、こんなこと初めてで戸惑ってる顔が多少はいたとしても。とりわけ、後から話す人たちはもう要領がわかったこともあって、実に楽しそうに、うれしげに話す。話に夢中になりすぎて、鈴を何度も鳴らさないと話が止まらないこともしばしば。

こんなワークの経験がない人にとっては、いきなりうまく話せなくて、うまく聴けなくて、もち

ろん当たり前。それでも、決して少なくない人たちが、聴いてもらってうれしかった、と言う。しかもその中身は、ささいな、ほんのちょっとしたうれしいことに過ぎないのに。

とるにたらない、が味噌のわけ

しあわせまわしのワークショップにはいろんな要素がつまってる、と先に書いた。

まずは、ちいさなうれしいを見つけるための、感じる心が必要なこと。見つけて、その気持ちを言葉化すること。ちいさな話を心して聴くこと、共感すること。相手の聴き方次第では、しっかりと聴いてもらえるってうれしいことなんだ、こんな気持ちがするんだ、という疑似体験をちょこっとできること。また逆に、相手が自分の話を聴いてくれてる感じが伝わってこないと、話してても ちっともうれしくない、楽しくない、という気持ちも味わえること。みんなが一斉に話していても、自分の今のお相手の声だけは聴き取れる、音を選びとれる耳の不思議さについても気がついていく。

ほんのわずかの時間に、人はいろんなことを感じるようだ。何を話していいかわからなくて、1分半が長かった人。逆に、短かった、もっと話していたかった人。聞いてる途中で何度か口を挟みたくなって困った、きっといつもこうなんだ、と自分のくせに気づいた人。結構集中して聴けた、忙しいを理由にしてたけど、聴く気がなかったんだな、1分半でこうなら3分あればもっと聴けそうだ、と思った人。

参加していた人たちが話していたものは、情報じゃなくて、気持ち。知りあうも何も、まだ会ったばかりの人に、気持ちを話すなんて普通はまずないこと。自分の日常のささやかなうれしい、を他人が、それがどうした、だからどうなのだ、という顔せず真剣に聴いてくれた、という経験のあとで、それなら、家庭では？　と考えてみる。家族の間で交わされている主なものは、気持ちだろうか、情報だろうか。話したちいさなうれしい気持ちは、その人に一番近い場所で、ちゃんと聴かれ、しっかり受けとめられているだろうか。

毎日は、ヤなこと、ムカツクこと、傷ついたり悲しかったり腹立ったりすることがいっぱい、その一方で時にはうれしいやすてきもあり、のミックスジュースみたいなもの。そんな中で、今日こんなことあってうれしかったなぁ、というシンプルな話すら分かちあっていない関係性の人と ―― それがたとえ家族でも ―― いきなり深刻な話や重大問題に向き合うって、だいぶハードルが高いんじゃないだろうか。

このワークショップの場で、とるにたらないようなうれしいことに光をあてて言葉化してもらうのは、そういうことをいったん考えてほしいと思うから。

自分の見つけたちいさなうれしいを、よろこんでくれる人が身近にいると知ることは、一つの安心。その安心がふえていったら、あんまりうれしくない話だって、時に悲しみや後ろ向きの気持ちだって、その人になら話せる、という関係性が育っていくかもしれないな、と。それもまた、私のささやかな希望だ。

聴く／聴かない練習

ともの時間の仲間たちの共通点は、身近な人と気持ちのいいコミュニケーションをしあえるようになりたい、という願いを持っていること。子どもとの関係で悩んでいる人なら、なんとかもっと子どもの気持ちをわかることのできる親でありたい、といっそう強く願っている。

気持ちを知るためには相手の話を聞くことが大事、それはみんなとうに知っているのだ。相談に行った専門家の人たちからも度たび言われてきたので、聞いてあげなくちゃ、しっかり聞いてやらなきゃ、と思っている。たとえば、夜遅くにきまって子どもがいつもの話をえんえんしはじめると、ああ、またか、と思いながらも必死につきあい、時には睡魔と闘いながら話を何時間も聞いてあげているお母さんもおられた。

でもこれだと、話してる方はきっと満足してない。話は聴かれて＝受けとめられて、初めて話になる。また始まったかと少々うんざり、その上、眠気とバトルしながらではどれだけがんばっても

そんなふうには聴けないから、話した側は、気持ちを放した、ことにならない。そんな時、お母さんが「あなたの話をもっとちゃんと聴きたいと思うから、今日はもうここまでにしておいてくれる？」と自分の聴ける限界を「私メッセージ」で伝えていけるようになったらいいなと思う。その伝え方にはもちろん、相応の練習が要るのだけど。

そんなともの時間でも、ちいさなうれしいをテーマに、二人一組の「しあわせまわし」を何度かしてみた。時間はいつも通り短い時もあれば、3分、5分の時も。回を重ねるうちに、うれしいを見つけるのにも、それを言葉にして伝えるのにも、相手のちいさな話をまっすぐの耳で聴くのにも、簡単そうに見えてそれぞれ練習が必要なんだ！ってどの人も気づいていった。

最近のちょっと聴いてもらいたい話、をテーマに聴きあったこともある。この場合はただ聴くことに集中していたらいいのだけど、つい、何か言ってあげなくちゃ、と助言モードになる人が結構いて。でもそれが相手にしっかり伝わり、私の話ちゃんと聴いてもらってる感じがしなかったよ、と相手から言われて、いつも自分がどんなふうに人の話を聞いているか、すぐに答えをあげたくなってしまう自分のくせを、リアルに感じられた人もいる。

かつての私も、ここで何か言ってあげないとまずいかも、と焦れば焦るほど、気持ちを聴く耳が上の空になってたこと、よくあった。まっすぐ聴くって、本当に練習が必要なことなんだと今でも思う。

聴かない練習、というのもした。今さっきしたばかりのうれしい話を、もう一度話す。ただし今度の相手は、聴こうとしない人。そっぽ向いたり、あくびしたり、気のないふりをしたり、とにかく、聴いてないよ、という空気をいっぱい発散させて、そこにいてもらう。

さっきと同じ中身を話しているはずが、えぇ～何これ？　と全然違う気持ちを体験する。さっきは、話しながらうれしかった場面がクリアな色つきで次つぎ思い出せたのに、そしてまだまだ続きを話したい気持ちになれたのに、今はそれが突然しぼんでモノクロになっちゃった。途中で何を話したいんだかわけわかんなくなってきた。悲しかった。寂しかった、無視された感じ、聴いてもらえないってこんな気持ちがするのか、などなど。

こういった聴く／聴かない練習を重ねて、私たちは大事なことを学んでいったと思う。

—— 自分の話が、途中でさえぎられたり、指導されたりせず、ていねいに聴かれるってことは、自分という存在が大切にされている、と感じられることなんだね。その中で、自分が本当に話したいことが何なのか、ふっと気づいたりする。気持ちが、言葉を探しだす、探しあてる、って感覚、ちょっとわかりだした気がする。

—— その逆の、聴いてもらえなかった時の気持ちもリアルに感じたよ。聞いてあげなくちゃ、聞いてやってる、みたいな態度で聞かれても、話してる方はちっともうれしくならないんだってことも。

—— 話すのは、必ずしも何か答えがほしいからじゃないんだね、話したいっていう気持ちになること自体に意味があるんだね。

聴く耳は、練習すれば育つもの、と仲間を見ていて確かに思う。深夜に始まる例のえんえんトークの時間が短縮されたことを知ったり、この間ね、めずらしく、娘と何気ない会話が長く続いたの！とうれしそうに話す仲間の顔を見る度に、あ、また耳が育ってる、育ってる、って思って私もうれしくなるのだ。

思ったことは

ともの時間に参加して半年ほどした人たちから、よく耳にする言葉がある。

「思ってることは、言おう、と思うようになった」
「思ったことは言った方がいいんだ、って思い始めた」
「思ってること、言ってみようと思った。で、言ってみた」

どれもよく似ているけど、それぞれ違う人の言葉。ってことは、前は言わなかったんだ。思ったり感じたりはしてても、様ざまな理由で言わずにすまして来てたんだ。

理由を聞いてみると、言わないのがもう当たり前・その方が波風立たない・ややこしくない・呑み込むのがもうくせになってる・どうせ聞いてもらえない・言ったところでしようがない・自分さえ我慢してれば丸く収まる・言えばかえって面倒なことになる……etc。それで、「言わない」がもうパターン化していた、と。

これまで長いこと言わないできた人が、言うべき、と外から言われたのでなしに、自分の内から「言おう」と思うって、ましてや、言っちゃう、って私が思うに、すごい変化！だ。言ったとしてもたぶん思うようには言えなくて、気持ちもスムーズに伝わらなくて、衝突がおきる／おきたかもしれない。だけども言いたい、伝えたい。そんな風に変わってきた気持ちがまた、新しい言葉になっていく。

ともの仲間の何人かは、指導的な立場の人からよく、お母さんが変わらないとね、と言われたそうだ。そう言われること、頭ではわかるけどその度に苦しかった、今のあなたじゃだめと責められてる気がして。だって変われるものなら変わりたいけど、どうしたら変われるのか、それがわからないんだからね、と言う。

自分を変えなきゃ、と思ったらそりゃしんどい。そうではなくて、変えるのは、これまでずっと繰り返してきた、自分特有のコミュニケーションのパターンのどれか一つから。

言いたい、伝えたい、っていう「〜たい」の気持ちになったら、そこが練習課題の出発点だ。どんなふうに表現したら、自分の伝えたいことが相手に伝わるだろう、だけど自分一人で考えたっていつものワンパターンしか出てこない。だから仲間たちの力が必要なんだ。一緒に考えてもらう、知恵を出しあう、これまでの経験を分けあう。

いくつか出された知恵や提案の中から、課題をだした人が、これまでと違うものの見方を採用することもあれば、別の仲間の案をとりいれて短いロールプレイで実際に練習してみることもある。ただしその目標設定は、その人がほんのちょっと努力すれば出来そうなこと、だけど今まで一度もしてみたことがないこと、というのがポイント。

家族は不思議な有機体。小さなことからでもどこか一カ所が変わることで、ゆるやかに他の部分も変化してゆくんだと思う。何より、仲間たちは、自分や家族のちいさな変化、ちいさなうれしい、を見つけることがとても上手になった。

その変化の一つに、以前よりずっと、ありがとうを口にする回数がふえたそうだ。ほんのちょっとしたこと、テーブルの上のものをとってくれたことに、ポストから郵便物を持って来てくれたことに、宅急便のはんこを押してくれたことに、ありがとう、と家族や子どもに言ってる自分に気づいてびっくりした、という人もいる。

それくらいはして当たり前だから言う必要ない、と言わずにきた「ありがとう」。相手との固く煮詰まった関係の中で、言おうと思うだけで緊張したり、言ったら損するみたいな気がして言えなかった「ありがとう」。そんな人がいうありがとうは、滅多にない、という意味で、有難い、ありがとうだ。ちいさく見えても、きっとそれは大きな変化のはじまりだ。

このようにちまちまと、自分の気持ちにあう言葉を懸命に探し、語りあい、伝えたいことを伝わるように、と練習していくともの時間に、この道の専門家は一人もいない。長く悩んできた人が多いだけに、つらい話、重たい話もたくさん出るけど、出た分だけそこに空間ができて、その人の中にあらたに入ってゆくものがあるんだろうと思う。案内人の私にとっては毎回が試行錯誤の真剣がちんこ。こんな場合は、一体どうしたら、と立ち往生することはしょっちゅうだけども、その度、苦しみを経験してきた仲間たちと場の力に助けられる。ともの時間は、そういう場所だ。

＊＊＊＊

続きはまた、次回。

—— to be continued.

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第４話

水野　スウ

いのみら通信の由来

週いちのオープンハウス「紅茶の時間」から始まって、このところは、コミュニケーションの練習の場である「ともの時間」でしてることを細ごま綴ってきて、何事もなければその続きをまた、と思っていたのだけれど、何事もどころか、原発震災という、とてつもない一大事なことが起きてしまった。

いまだ過去形ではなく、今が今も進行中の、なんとおそろしい地平線に、私たちは立っているのだろう。ふるさとに帰れないかもしれない人たちの胸のうち、おさなごを抱く若い人たちの不安を思うと、もう胸がつぶれそうになる。

「きもちは、言葉をさがしている」という連載のサブタイトルは、「紅茶の時間」とその周辺。ならば今回はこれまでと違う、紅茶のもう一つの周辺について書こうと思う。

震災後の数日間は、ただただ情報を取り込むのに必死で、心臓がばくばく、ほとんど思考は停止していた。幸いだったのは、間をおかずに「ともの時間」と「紅茶の時間」の日がやってきて、心許せる仲間たちとなんの遠慮もいらず、原発の恐怖も不安も、原発なき未来についてもいっぱい話せたことだ。

「話す」は「放す」なんだよ、きちんとまだ言葉にできない想いだって、溜めこんだまま出さずにいたら、心は便秘してしまうよ、だから話して、ちょこっとでもきもちを解き放そうね、といつも言ってきたことが、まさにわが身を通して循環したのがわかった。今回の震災で、あふれるほどの情報をインプットし続けるばかりで、出す相手がいなかったら、それはそれですごくしんどくなった人もきっと大勢いたことだろう。

毎春、調布の不思議なレストランこと、クッキングハウスにお話の出前に出かけるようになって、7年目になる。代表の松浦幸子さんからその都度、お題のリクエストが届き、それにそって語るのだけど、今年は、「いのみら通信の由来」という題でお願いしますね、とご注文主から依頼があった。

私が23年前からささやかに出している手描きの個人通信、通称「いのみら」のフルネームは、「いのちの未来に原発はいらない通信」。その由来を語ることは、私が原発というものに関心を持ち始めたころからのこと、一緒に原発について学び、動いて来た紅茶仲間たちとの23年をふりかえること、そして今の事態を私がどう受けとめてるか、自分にいったい何ができるか、を私の言葉で語ることだった。

正直いって、この10年あまり、私はすっかり油断していたのだ。あっちの原発でもこっちの原発でもトラブルや事故は起きてるけど、まさかチェルノブイリみたいなことは起きないだろう、そう思いたくて、原発に対しての意識は底辺で持ちながらも、前みたいには声をあげてきていなかった。いのみら通信の中味だって、原発や環境問題からだいぶ遠のいて、その時どきの私の関心事でちいさな紙面が埋まっていたように思う。

15,6年くらい前から、紅茶に来る人たちの変化——子育ての場からはじまった紅茶は、いつごろからか、いろんな悩みや問題を持った、多様な人たちもやってくる場となり——にともなって、私自身はおおいにコミュニケーションを学ぶ必要に迫られていた。

自分なりに教室に通ったり、セミナーを受講したりしながら、どこかに私や紅茶の求める“学校”はないか、ずっと探し続けていたころ出逢ったのが、東京のクッキングハウスだった。　足しげく通ううち、SSTやコミュニケーションの学びはもちろんだけど、それ以上に、松浦さんのひとと接する態度や、メンバーさんたちやクッキングハウスという場そのものから教えられることがいっぱいあって、私はそんな発見をいのみらに何度も綴っていった。

そんなふうにして私の中の優先順位が、「原発」から「コミュニケーション」へとシフトしていった時間幅が、ちょうどこの10年あまりのこと。そして今、時がひと巡りしてふたたび、だけどクッキングハウスでは初めて、いのみらの由来、としての原発を語ることになるとは。

いのみらが生まれるまでのこと

チェルノブイリ原発で爆発が起きた25年前、私は、当時3歳の娘の母親だった。ある人の講演会を聞きにいって、原発事故のおそろしさにふるえあがり、ハンゲンパツに火がついた。そのころの日本の多くのお母さんがそうだったように。

紅茶は毎週、ちいさな子を持つ母親たちであふれていたので、その恐怖も一気に伝染した。でも恐怖だけで人は長続きしない。やっぱり勉強しなきゃ、と仲間たちと、たくさんの本を読み、講演会を聞きに出かけ、情報の共有がはじまった。それまで新聞とテレビだけが情報源だった私にとって、前から原発に関心を持っていた人たちが、紅茶に来て分けてくれる情報のほとんどが初耳で、「原発はトイレのないマンションって呼ばれてるんだよ、原子炉で燃やした核燃料の持って行き場は日本のどこにもないからね」ということだって、そのころ初めて知ったのだった。

そもそも原子力発電はどこから来たのか、ってよくよく考えたら、そのもとに原爆があった。核爆弾を作るために原子炉でウランを核分裂させ、分裂させたあとの放射性廃棄物の中にはプルトニウムがあり、それが取り出され、加工されて、長崎に落とされた原爆になった。

核が分裂する時のエネルギーはものすごい強大な熱を持つ。そのエネルギーで高温のお湯をわかして、そのお湯の発する蒸気の勢いでタービンをまわせば、それで電気が起こせると、誰がいつごろ気づいたのだろう。核の平和利用という名で、エネルギー資源の乏しい日本に、アメリカ側から原子力発電のすすめがあって、我が国でもこれからは原発をつくっていくんだ、という動きになったのは、皮肉にもビキニで水爆実験のあった年だった、ということも初めて知った。そんなこと、新聞には書いてなかった。

テレビと新聞からだけじゃ、ほんとのことは見えてこないんだ。テレビによく出てくる専門家という人たちの話もなんだかあやしいぞ。私はもっといのちの側に立った情報を知りたいし、仲間たちと勉強したこと、自分の頭で理解できたことだけでも、せめてまわりに知らせたい。それなら自

ら発信すること、ちいさくても自前のメディアを持つことだ。そんな私のきもちの流れの中で、いのみら通信が生まれてきたのだった。1988年4月のこと。

私にとってのいくつかの理由

通信を出すまでの間に、いろんな人の話をきいた。原発計画のある町の人の話、ずっと以前から原発に反対しつづけてきた学者さんや先生の話。テレビには登場しないそういう先生たちの話の方が、テレビで聞く解説や電力会社のパンフレットよりはるかにすとん、と私の中で腑に落ちた。

たとえ事故が一度も起きないとしたって、原発はつねにヒバクシャを生み出すシステムだということ。燃料のウランを地中から掘り出す場面で、年に一度、原発をとめて定期点検工事する作業現場で、事故が起きた後ならさらに、使用済み核燃料の再処理工場ではそれよりさらに。使用前、使用中、使用後、のどこを切り取っても、誰かの被曝を前提にしなければ原発は動かせないのだった。

その誰かは、たいていの場合、弱い立場の人たちだ。原発労働者、と呼ばれる人たちの存在にも働かされ方にも、それまで関心を持ったことはなかった。私からは見えない沢山の人たちに被曝を強いる、ひどい差別構造の上に原発はのっかっていて、その一番上の方に、私の便利な生活があったんだ。

プルトニウムの毒の力が半分に減るまでに、24,000年もかかるとはじめて知った時は、くらくらしそうだった。今が今、原子炉の中で核分裂して発生したプルトニウムと、それから先の、気が遠くなりそうな時間の長さ。さらにはもっと半減期の長い放射性物質も、原子炉の中で生まれてくる。原発を運転し続ける限り。

その使用済み核燃料、わたし流にいうと、放射能のウンコの後始末をいったいどうするのか、最終の処分方法も処分地も決まらないまま、私たちのツケを全部、未来に押しつけることで、原発というものは動いていたんだ。

チェルノブイリ事故による放射能は、事故後ほどなく8,000キロ離れた日本にも飛んで来て、ビニールハウス栽培のものより露地物の、しかも有機農業の作物の方が、そして化学飼料よりも大地の牧草を食む牛たちの乳の方が、より汚染された。25年前のことがまるでデジャブみたいに、今、日本で起きている。ある地区の牛たちにはある時期まで牧草を食べさせないように、というおふれも出て。

原発は、いのちと共存できない。そう確信した私にとって、原発に反対する理由は、あの時、もうこれらで十分だった。なんていうとたちまち、これだから無知な主婦は困る、という声が聞こえてきそうだけど、そして実際聞こえてもきたけれど、原発の本質は、エネルギー問題というより、つきつめれば放射能の問題なんだ、と思えた私にはやっぱりそれで十分だった。

1から10まで原発のこと、科学者並みにわかってないと原発やめようと言えない、っていまだに私は思わない。20数年前よりも原発についての知識が少しはふえたと思うけど、それがいったい何ほどのことだろう。東京電力の原子力発電所が事故をおこし、あの中で一体何がどうなっているのか、どうやって核をなだめ、おちつかせたらいいのか、どんな専門家にも学者にも電力会社の人にも政府にも、誰にもわかってない、ということがもうみんなにわかってしまったのだから、私がわからないってことはちっとも恥ずかしいことじゃない。

原発のタネ

原発に関心を持つまで、銀行引き落としになっていたわが家の電気料金。そのころの私は家計簿すらつけてなくて、毎月の電気料金を気にも留めてなかった。気づいたら、うわわわ……すっごい高い電気料金。恥ずかしい、というなら、むしろこっちのほうがよっぽどそうだ。なんと、2LKのちいさなマンションで、80アンペア、真冬で一時は最高ン万円をこえていた（今こう書くだけでも、恥ずかしい）。

80アンペアの内訳は、電灯が40、深夜電力の給湯器が40。電灯の方はアンペアを半分に落としてもらったけど、もう一つのアンペアはいじれな

い。それでも意識し出したらどんどん電気料金はさがり、さらに調子にのって節電しすぎて、冬の寒さにしもやけになりかけたこともある。家族にはさぞかしいい迷惑だっただろうな。

今となってはそれも笑い話だけど、なんでそんなにガンバッタか思い返すと、当時は、原発に異を唱える人には、ならばエアコン使うな、といった責めの空気が普通だったからだ。大げさにいえば、じゃあ、あなた、薪とランプで暮らせますか、みたいなおどし文句がよく聞かれたのだ。だいぶ後になってから、家庭で使う電力は全体の9%で、残り91%は企業や自治体など事業系が使っている、と知った時は、ええ〜〜、じゃ本気で省エネすべきはどっちよ、私のあの涙ぐましい努力って一体……とがっくり来たけど、そういう実情を知らせないこともまた、脱原発のハードルを高くするのに有効だったんだろう。

その極端な例を、つい最近も聞いたばかり。今から20年ほど前のこと、真夏でもエアコン使わず扇風機だけで汗だくになってる原発反対の人の暮らしぶりを見たある人が、「すごい、あそこまでの覚悟がなくちゃ反対なんて言えないんだ、こんな生半可な自分にはとうてい無理、ってあきらめた」と言ったのだ。

その反原発さんも、自分の節電で原発止めよう！ って意識でぐわんばっていたのかもしれない。かつての私とどこか似たり寄ったり、笑うに笑えない。そういう無理な節電、我慢生活、はかえって人を遠ざけ、一部の特別な人しか反対を言えなくさせてしまう。それじゃ本末転倒、ひょっとして私もこんなメッセージを発してなかったろうか、ひやり、とさせられた話だった。

たしかに、ちょっとやせがまんの節電もした。だけど当時の私にとってそれ以上に大きかったことは、それまで無自覚だった暮らしのぜい肉に気づいたこと。それをそぎ落としていく作業の中で、自分の内側に、原発をもっと必要とする原発のタネがあったと知ったことだ。もっと便利に、もっと早く、もっと効率よく、という、もっとを求める生き方。大量生産・大量消費・大量ごみ生産、自分さえよければ、ごみのその後は知らないよ、という、“原発的”な暮らしのありよう。

はじめはただ、こわい、止めたい、から単純に出発した私だったけど、原発が切り口になって、いっぱい見えてきた社会のいびつさ、ゆがみ、差別の構造。チェルノブイリの事故から私が得たものは、原発をキーワードにして出逢い、今もつながっている大切な人たちとのネットワークもふくめて、暮らし方は生き方なんだ、という実にシンプルな生活の哲学、ものの見方、考え方だったように思う。

この春で丸19年がたった、金沢隣町の津幡での暮らし。君は紅茶を続けるだろうから、一階は部屋を区切らないで居間だけにしよう、と言い出したのは夫の方だった。あんまり電気使いたくないから、エアコンがなくても過ごせる家にしよう、居間の真ん中に薪ストーブがあったら最高だな、と言い出したのも彼だ。

なので、原発反対のスウさんだから、薪ストーブで生活してて、エアコンもないんですって、みたいに紹介されたりすると、ちょっと違うかな、と思う。反対だから〇〇、は時に、反対するなら〇〇しなくちゃ、ととられることもある。原発なしで暮らしたいと思っても、自由に電力を選べないのだから、せめてどっぷり電気に依存しないような暮らし方をしたい、と私たちが願っただけだ。

もともと風通しのいい造りの家ではあったけど、近くの雑木林から抜いてきたおさない広葉樹を庭のあちこちに植えたら、あれよあれよと木々はぐんぐん伸びて枝葉をひろげ、年々、緑のエアコンのよく効く、夏、涼しい家になっていった。近ごろよく、緑のカーテンの効用がいわれるけど、これは確かにわが家で実証済み。電気代は、金沢のマンション時代の一番高かったころの5分の1くらいになった。それって、使わなくなった電気の分だけ、家の中に架空発電所を建てたみたいなものだ。

そんな森ん中みたいな家でひらいている紅茶なので、こころ疲れた人にもきっと居心地がよく、エネルギッシュな金沢時代とくらべて、ゆったり静かな時間へと、紅茶の空気もゆるやかに変わっていったのだろう。そして先に書いたように、私自身の関心も、原発からコミュニケーションの学

びへと、移行していった年月だったのだ。

3.11から見えてきたこと

3.11後は、これまで原発にまったく関心のなかった人にも、テレビや新聞を普通に見ているだけで、はっきりわかってしまったことがいくつもある。

事故を起こした東京電力の原発内で何が起きてるのか誰にもわからない、というのはもちろんその最たるもの。他にも、原子力発電って、電気を作っていない時でも、中にある燃料はまだまだ熱くて、それが熱くなりすぎるともっと大変なことが起きるので、外から電気を引いてずっとずっと水で冷やし続けなければいけないものだったんだ。使い終わった燃料も、同じ原発内にあって、それもまだずっと水で冷やし続けなきゃいけない。そもそも、どうしてそんなものがあそこにあるの。いろんな原発から出る使用済み核燃料は、今のところ青森の六ヶ所村に仮り置きさせてもらってるのだけど、そこももう満杯なので、とりあえず自分とこの原発内においてあった、というわけか、などなど。

注意深くテレビを見てた人なら、プルトニウム、という放射性物質の名前にも敏感に反応したかもしれない。事故を起こした原発のうち一つは、ウラン燃料にプルトニウムもまぜて使っていたこと、私もうっかり気づかずにいた。ウランだけを燃やすのと比べて、このプルサーマルの方が20万倍も危険だという。

プルトニウムは、未来の夢の燃料のはずだった。原発で燃やしたウランからプルトニウムをとりだして、それを再び燃料に使うという高速増殖炉は、あたかも貴重な資源のリサイクルのようで、40年前の研究しはじめのころこそ、そこに夢を託した科学者たちだってきっといたと思う。走り出せば技術は後から追いつく、はずが追いつかず、増殖炉もんじゅは止まったままで、使えないプルトニウムは貯まる一方で、なんとか消費しなきゃならなくて、普通の原発でもまぜて燃やすことになったんだ。今回の事故さえ起きなければ、こんなプルトニウムの存在も、多くの人には知られないまま、増え続けていってたのだろう。

「こわい、でも、ないと……」

こんなにもひどい事故が起きたのだから、放射能がどれだけ人びとを恐怖にさらし、日々の暮らしをめちゃめちゃにするか、もうみんな十分わかったのだから、これでもう流れは脱原発だ。なんて思っていたら、とんでもない、私の考えが甘かった。事故からひと月あまりの世論調査で、原発維持の意見の方が、廃止や減らそうという意見を20%近く上回ってるではないか。

テレビの街頭インタビューで、小さな子を抱えたお母さんがこう応えていた。「こわいです。でも、ないと……」

「でも」と「ないと」の間には、「原発」の二文字が隠れている。不安は不安だけども、原発ないと電気足りないし、もう3割も原発の電気だし、それに原発はCO_2出さないし、クリーンだし、安いし、リサイクルできるそうだし、あ、それに世界との経済競争に勝てないし、日本の力が弱くなっちゃうし。

ね、だからやっぱり原発なしじゃやっていけないよ、の思い込みは、相当に強固で、根が深い。20数年前に、実は全部が全部、ほんとなわけじゃないんだ、と気づいた者の責任は、少しでもその思い込みの呪縛をほどいていくことだろう。それには、てんで理数系でない、〇い（まるい）頭の私が私なりに理解した原発を、できるかぎりシンプルな言葉で伝えること。それが今の私にできることの一つ、と思えた。

どうしてテレビや新聞からは本当に知りたいことが伝わらないの。どうして学者たちは安全ですと言ってきたの。どうして日本にはこんなにたくさん原発があって、いくつもの原発が一カ所に集中してるの。どうして日本じゃ自然エネルギーが増えないの。いくつもの「どうして」がほどけて行く中で見えてくる、この国独特の、巨大な電力独占のかたち。

まずなんといってもCMの影響力はでっかい。電力10社＋デンジレン（いつも電子レンジ、と

言い間違いそうになる）こと電気事業連合会は、マスコミのだんトツ最大スポンサーだ。でも、あれ？　独占ならコマーシャルしなくても売れるはず、と思うでしょうが、いやいや、原発が実は危険で高くつくものだと知られないためには、常にCMで安全です、と流し続けることが必要で。またマスコミに対しても、ずっと圧力をかけ続けることが大切で。原発推進にとって不都合なことを言う学者も、コメンテーターも、テレビになかなか出れなかったり、報道現場の人もニュースキャスターも、原発に関してまずいことを言うと、番組から降ろされたりしてきた。

各地の原発が事故を起こすたび、できるだけ小さな記事で取り扱うよう、電力会社の代理人である広告会社の担当さんは、すぐ放送局に縛りの電話をかけるという話も聞いた。そうやって、多くの人が「でも、ないと」って思う方向に、マスコミを動かすのも、広告代も、その経費は、みんなの支払う電気料金だ。

それにもちろん、原発は国策だもの。国からの補助金の9割が原発関連で、自然エネルギーには1割というんじゃ、新エネルギーがふえるわけもない。大学だって研究費がもらえない、反対する学者は出世できない。安全です、という子どもたち向けの副読本も当たり前に配られてきた。原発はいつのまにか、電気をつくるという本来の大事な仕事よりも、政治と政府と電力会社がぐるぐる状態のまま、巨大な利権を生むシステムになってしまってたんだ。

「感」と「理」

「でも、ないと」の思い込みは、そうやってこれまで何10年もかけてしっかり刷りこまれてきたもの。長年の呪縛から自由になるってきっと容易なことじゃない。それをほどいていく作業には「感」も「理」も必要なんだ、と思う。

「感」は、不安や怒りといった感情、そして感じる力、感性。

放射能の長い半減期を知った時、どこまで想像力を働かせられるか。防護服を来て、何ヶ月ぶりに自宅に帰る人や、放射能のせいで、畑の野菜も採れた魚も捨てなきゃならない人や、運動場で遊べない子どもたちのきもちを、想うこと、想像すること。

「理」は、理性や理由や理論。

「でも、ないと」の根深い仕組み、作れるはずの電気を売らせず、買わずにすむ電気を買わせられてる仕組みを知ること。世界の、持続可能・再生エネルギーの拡がり、脱原発、脱石油を目指してすでに実行してる国々があること、それを可能にしてる政策や、日本でもその可能性がいっぱいあると知ること。そういった話を人にする時は、自分の中にそれなりの理由や理論の持ちあわせがないと、ちょいと突っ込まれただけですぐ「でも、ないと」に逆戻りしかねないので、多少の数字やデータを得ておくのもまた必要なこと。

「感」と「理」の次にきっと大事なのは、伝え方。テーマが原発であるならなおのこと、どれだけ自分の思いを「私メッセージ」で届けられるか。誰かを悪者にしたり、責めたり非難する「あなたメッセージ」や、「正しさ」を押しつけて相手を変えようとすればするほど、一番大切なことは伝わらないし、その人の中に入ってゆかない。

このことはちょうどこの10年あまりの、クッキングハウスでのSSTや、その実際版である「ともの時間」や、コミュニケーションワークショップの中で何度も何度も気づかされ、学んで来たことだ。かつて原発を熱く語っていたころの私は、多分に攻撃的で、いいか悪いか、つい相手に迫ってしまう話し方だった気がする。どうしてわかってくれないの、と違う意見を持つ人たちを、いつの間にか責めてたようにも思い出す。

あのころの私と、今と。伝え方はだいぶ違うみたいだ。敵をつくらない、二項対立に陥らせない、聞いてる人とキャッチボールをかわしながら、そのボールが受けとられてるかどうか確かめながら、私を主語にして語ってる自分がいる。

そのことを、クッキングハウスで話してる途中に、私自身がはっと気づいた。そうか、原発の語りもまた、SSTやコミュニケーションの学びを活かす応用編、実践の場。「原発」からだいぶ離れて過ごしてきた私だったけど、その同じ時間、仲

間たちと一緒にコミュニケーションの練習を続けてきたことには、こんなに深い、大事な意味があったんだ。

未来に関わる一人ひとりへ

このひと月、ふた月で、原発をふくむ日本のエネルギー論議はすさまじい勢いで変わっていってる。東京の出前から戻って、原発特集号みたいないのみら通信を書き上げたのが5月6日。その日の夕方、菅総理は、浜岡原発の全面停止を中部電力に要請した。

出前先でも、東海地震の震源域に建つ最も危ない原発、と言われている浜岡にだけは、原発推進／反対抜きでなんとしても、もう止まってもらわないとね、もしもまた事故が起きたら、どう謝っても日本は世界に申し訳が立たないもの、と話していたばかりだったから一層うれしく。たとえ菅さんの突然の要請が、アメリカからの圧力によるものだったとしても。それから10日たたないうちに、すべての浜岡原発が本当に止まった。二度ともう動かしてほしくないと心から願う。

菅さんはさらに、日本のエネルギー基本計画をいったん白紙にもどす、とも言っている。電力会社の独占だった送電網の分離も検討しはじめるようだ。アイスランドの地熱発電の設備は日本製だし、アメリカでは去年、ソーラーと原発の電気料金は逆転してソーラーによる発電の方が安くなった。日本でも送電網の独占が解かれて、電力が自由化されたら、スウェーデンのように自分の買いたい電気を選べる日がくるかもしれない。

これで日本のエネルギー政策が脱原発へと変わるかも！　と一瞬飛び跳ねたくなったけど、いや、そうすんなりとは行くまい。変わりようが激しければ激しい分、後からきっと大きな揺り戻しが来るはず、と今から覚悟しておこう。再生可能・自然エネルギーへの期待がこれだけ高まって、でもいざ実行にうつそうとした時は、おそらくいろんな問題点がみえてきて、そしたらここぞとばかり、揚げ足とりが始まるんだ。

だからってそこで、「ほら、やっぱり、原発ないと」の波に呑み込まれてしまうのは、もういやだ。私たちはこれまで、原発に対してあまりに寛容だった。度々の事故を許して来た。自然エネルギーに対して、せめてその半分くらいは寛容であってもいいんじゃないかな、と思う。なんといっても、日本はこの方面の技術はあっても、実践では先進国より何周も遅れて、今やっとスタート地点に立とうとしてるとこなんだから。

どんなエネルギーにしたって、何かしら不具合があって当たり前、機械だから故障するのも当たり前。むしろ、54基もの原発に一気にとって代わる、絶対安全で巨大な魔法のエネルギー（ああ、これこそまさに原発的だ）なんてものがコマーシャルに登場してきたら、谷川俊太郎さんの詩、「生きる」の中の一節、「いま生きているということ　それは　かくされた悪を注意深くこばむこと」をすぐ思い出せる自分でいたいよ。

いま本当に、いのちの未来の大切な分岐点に、日本で生きる私も、あなたも、立っている。原発の崩れたあの現場に対しては何もできないけど、自分の内なる原発のタネと向き合い、未来に関わる主体性を持った一人になることはできる。自分もその一人なんだ、って自覚することで。

紅茶の時間からクッキングハウスへ、そこからさらにコミュニケーションの学びと実践へ。おかげで、紅茶だけだった時より、きもちを言葉にすること、相手を認めることの大切さをもっと実感するようになった。何より、その人が存在してくれている、というbeの意味に、深く気づけるようになった私がいる。その延長線上に、「ほめ言葉のシャワー」のワークショップがあり、同名の冊子もあるのだと思う。

今年の私の出前予定は、「ほめ言葉のシャワー」と「原発」と、くっきりふた色に分かれているように見える。でも本当はそうじゃないのかもしれない。一人ひとりそれぞれのbeを大切にすることから生まれたほめ言葉のシャワーと、一人ひとりの存在やいのちを大切にできない原発と、二つの対極を語ることは、つまりは同じ一つのことを語ることだ、とも思うから。

2011.5.24

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第５話

水野　スウ

奇跡みたいな日常

「紅茶の時間」から生まれたコミュニケーションの学び、「ともの時間」の練習風景を、マガジンでこれまで何回か綴ってきた。前回はその話をお休みして、チェルノブイリ後の「紅茶」で語りあわれたこと、20数年前から発行してるミニコミ「いのちの未来に原発はいらない通信」のこと、原発に関心を持ち出してからの私の内なる変化や、3.11後の今現在、私が思ってること、などについて書いた。

今回の出来事は、8,000キロのへだたりと距離感があった25年前とは違い、日本中がある意味、現地となり、すべての人が、多かれ少なかれヒバクの当事者になってしまった、ということなんだと思う。

地震と津波と原発震災のあとの、まだ早い段階で強く感じていたのは、それまでの何気ない日々のいとなみ――その多くが、水と土と空気に依って立つところの――や、いつもそばにいることを当たり前に思ってたひとの存在、そして、今度いついつ会おうね、と約束して、その約束通りにまた誰かと会える、ということ、などがほんとはどれも奇跡に近い、すごいことだったんだ、ということ。

それまでも私なりに大切にしてきたつもりの「一期一会」の意味が、格段に深くなり、貴重になった。はじめてのひとと不思議なご縁で逢えた時、または懐かしいひとと再会をはたせた時、別れぎわに思わず、何かもうひとこと言わずにおれなくなった。次に会ったとき言えばいいや、的なきもちの伝え残しはなるべくせずにおこう、遠くのひととも、一番身近なひととも。

そんな風に思っている私の日々は、きっと前よりも少し密度が濃い。そしていっそう、きもちを伝えること、伝えあうことが大事、って感じている。そのためのささやかな練習の場を続けていくことも、前以上に、大切な意味がある、と思えている。

きもちを仲間に

東京の、不思議なレストラン、ことクッキングハウスでのSSTに私がたびたび参加していたことと、わが家に集う仲間たちの間で、コミュニケーションを学びたい、という声がいくつかあがったこと、それが7年前の「ともの時間」の出発だった。

SSTの中でもとりわけ大事な、相手の等身大を認めることやほめること。そのひとの今できていることを、具体的にシンプルに、きもちを添えて伝える、ということ。たったこれだけのことでも、ともの時間のみんな、慣れない最初のうちはすごくむずかしかった。家族ときもちのいいコミュニケーションをかわせるようになりたくて集まってきたにもかかわらず、そんな言葉を仲間うちで言うのも言われるのも、照れくさくて、はずかしくて、ぎこちなかった。

クッキングハウスの練習風景を何度も見てきて、スタッフからメンバーさんへ、またはメンバー同士、あんな自然にちいさなほめ言葉がいきかうのは、慣れももちろんあるだろうけど、それ以上に、声かけする言葉のハードルを世間にあわせてないこと、相手を実によく見ていて、その人のいいところや今できているところを見逃さないこと、そこがポイントなんだ、って、ともの仲間たちのリアクションを見ながら、逆に実感した。

スタートはそんなだったけど回を重ねるうち、とものメンバーたちもだんだんと仲間への言葉かけが自然にできるようになっていく。

「そんなつらいことがあったんだ。長いことよくよくがんばってきたね」

「仲間になってくれてありがとう」

「ここで逢えて、うれしい」

「今日、すごくいい笑顔だよ」

「あなたの今の言葉で気づかされた。いいヒントもらえた、ありがと！」

といった風に。ひとの話をよく聴くことと、自分のきもちを表現することを、毎回のともの時間の練習で、仲間たちは少しずつ身につけていったように思う。

いいとこ見つけはむずかしい

そうやって仲間うちでは言えるようになっても、次にそれを家族に返していく段になるとまたまた、むずかしかった。

「この前、ともの時間から帰ってさっそく息子をほめてみたんだけど、何だよ、わざとらしい、とってつけたみたいだ、って言われちゃって……」と翌月、報告するお母さんのへこんだ様子に、みんな大笑い。今までおよそそんなこと口にしてこなかった分、言葉から態度から、もろ、借り物なのが息子さんにバレバレだった、というあたり、とても他人ごととは思えなくて、みんなで笑っちゃったのだった。

「だけどトライしたことはすごいよ、これまで自分がしてこなかったことにチャレンジしたんだもん。はじめてだからうまく行かなくて当たり前、だからここで練習してるんだし」と、私。

もう十分に大人の、しかもそれぞれに悩みや苦しみをかかえて足踏みしてる息子なり娘なりを「ほめる」って、それはそれはむずかしいに決まっている。そもそも、なにをほめるか、相手のどこを見るか、息子／娘、または家族の誰かの、今できてるいいところ、って何か。

ともの仲間たちに最初のうち共通していたのは、ほめる＝いいところをほめる、いいところ＝人よりできる、すごい、がんばっているところ、というのが、誰かをほめる時の尺度だったこと。英語のdo とbeでいうなら、相手のdo を見つけよう見つけよう、としていたことだ。

その目でみると、つい、世間一般や同じ年代のほかの子たちと比べたくなる。または、その子がしんどくなる前の、親の目から見ればいいとこいっぱいで輝いていたようにみえる、高校時代や会社で働いていたころと現在を比べて、あのころはできることがあんなにいっぱいあったのに、今のあの子は、あれもできない、これもできない、と思いたくなってしまう。

たまたまそんなきもちの時、とりわけつらい体験をしたとも仲間の誰かれが、「でもさ、いま息子

さんが生きてるってことが、もう十分にすごいことじゃない？」「そうそう、現に死なないでいてくれるって、相当にがんばってることだと思うなぁ」などと言ってくれることで、世間的いいことの評価から、本質のいいこと ── いのちがある、いる、be、存在していることへと、ほんの少し、子どもの見方を変えられる。少なくとも、ともの仲間といる間だけでも。

やがて、「そういえば……」と前置きつきで、この前、あの子こんなこと言ってた、こんなことしてくれた、と、少しずつ見つけはじめる。見ようとしなければおそらく見えてこなかった、子どものいいところ。相手のきもちをわかりたい、とこちらが願わない限り、気づくことのできなかった、その子のやさしさや哀しみや切なさ。

「ほんとは、家族中であの子が一番やさしい、ってわかってきた」

「いつも私を気遣ってくれてる、見ててくれる。家の中に一人でもそんなふうに自分を気にかけてくれる人がいるのを知ってる、ってうれしいことだよね」

「ともの時間に行ってきていいよ、って今日は娘の方から言ってくれた」

「外に出れない時期もあったけど、ほんとはあの子、ひとが好きな子だったんだ」

仲間の前で素直に、自分が見つけたわが子のいいところ＝すてきなところを、こんなふうに教えてくれるお母さんたちの顔は、どの顔もとってもいい表情だ。

見つけるのも伝えるのも、練習が必要

いつも思うけど、人のいやなとこや気になるところは、どうしてこんなにたやすくいっぱい見つけられるんだろう。いいところは、その人に関心や愛情を持たないと、そしてよく見ないと、なかなか見つけられない。

とりわけこれまでdoの部分しか見てこなかった人には、beを含む、ちいさないいとこ見つけの感度を磨く必要もあるみたいだ。その分、見つけられた時はそのうれしさが自分に還ってきて、それをともの仲間たちに話す時、いい顔になるのだと思う。

そうやってわが子のいいところを発見しても、今度はさあ、どうやって伝えよう。さりげなく、何気なく、自然に。ともの時間ではその練習もした。自分で言ってみてどんなふうに聞こえたか、仲間たちにコメントしてもらう。時には、自分が息子役、娘役をしてみて、どう言われたらうれしいか、心に響くか、それともわざとらしかったか、それも体験してみてはじめて気づくことだった。

あるお母さんがこんな話を聞かせてくれた。

── いいとこ見つけのコツ、みたいのはなんとなくわかってきたんだけど、家で実践しようとするといつもタイミングをはずしちゃう。娘が部屋を出てった後で、あ、今あれを言えばよかったんだ、このことも言えたのに、って何度も失敗。

でも失敗したら余計に、次は言うぞ、言いたい、きっと言う！って思えてね、ついに言えた時、うれしかったぁ。今思えば、全然なんてことない言葉なんだよ。「あら、うれしい、お茶入れてくれたのね、ちょうど飲みたかった、ありがとう」とか、「針目が、前よりずいぶんていねいに揃ってきたね、とてもきれい」とか。

ごくちいさなことでいいんだよね、見つけたら、思ったら、そのまま言えばいいだけってわかってきた。こんなに簡単なことなんだけど、いいとこ見つけるにも、伝えるにも、けっこう練習が必要だったんだね。

そうそう、こういったちいさな試みが、段階を踏んで、それぞれのおうちで活かされていくのを，その後何度も聞かせてもらった。はじめのうちは、いいとこ見つけるのとそれを伝えるまでにだいぶん時差があったけど、慣れてきたらどんどんその差が縮まってきた、というあたりも楽しい。

そのころからもう数年たって、先のお母さん、今はとくに意識もせずに、娘さんの等身大を認める言葉を贈り、娘さんもお母さんの前でとてもリラックスしているらしい。娘さんが、お母さんのいいところを見つけて言ってくれる時もある。たわいもない話に親子でもりあがって、大声あげて

笑いあう時間もいっぱいふえたそうだ。

チャンスを逃さない

普段は部屋にこもっている息子さんが、ある時めずらしく下に降りて来て、お母さんとなにげない茶飲み話をいっぱいして、また自分の部屋にあがっていったという。

「あとで時計見てびっくり。2時間もしゃべってたの！あの子のほうからぼそぼそ話しだしたので、横どりしない、邪魔しない、指示しない、まっすぐに聴こう、って自分に言い聞かせて、うん、うん、って聴いていたらそんなに時間がたってた。すっごく平和で、いい時間やった、ここで聴く練習してきたおかげやわ～」

とうれしそうにともの仲間たちに話してくれた。こういう「うれしい」をみんなで分けあえる時間もまた、いい。

「よかったねえ～、そりゃ貴重な時間だったね。で、息子さんが席を立った時、なんか言ったの？」

「え？……あ！忘れてた！うれしすぎて、言うの忘れてた、う～ん残念！」

ここでまた、みんな大笑い。ありがとうを言うチャンスを逃さないようにしようね、とともの時間でよく言いあってるけど、日ごろ言ってないとやっぱりとっさには出てこないものなんだ。

一緒に笑った後で、このお母さんがしみじみ言った言葉が印象的だった。「家族間で、こんな場面に、ありがとうとか、なにか言うとか、そのきもちを言葉にする、って発想が、そもそもうちにはなかったんだね」、と。

仲間たちに話さずにおれないくらいうれしいことがあった時、そんなきもちにさせてくれた当のご本人に、そのうれしさを伝えられたらいいよね。そんな場面、ひょっとしてまたあるかもしれないから、ちょっとやってみようよ、とその場でさっそく練習してみる。

次に同じようなことがあった時、何て言いたい？

「あんたにしちゃめずらしい、今日はいっぱい話したね、っていうかな」

そっか……でもそれってちょっといやみっぽいかも。前の部分は無しにして、ただ素直にわたしメッセージで言ったらどうかなあ、と仲間からつっこみがはいる。

よくあるよくある。普段めったにしないことを家族の誰かがしてくれた時、内心うれしいのに、なぜか口をついて出てくる言葉は逆のことが多い。「へえ～めずらしい、雪降るんじゃない？」とか、ちょっとしたことをほめた時に「別に何も出ないからね」とか。

体で験（ため）すること

そんなことによろこぶほどお人好しじゃないよ。そのくらいのほめ言葉、真に受けてうれしがったりしないから。それは照れ隠しだったり、あるいはそうやって自分を守ってきたのかもしれないけど、少なくともきもち見せあう仲間の前では、きもち交わしたいと思ってる家族の前では、もっとシンプルでいいんじゃないかと思う。そして、そういうややこしいコミュニケーションが身についてるひとは、それをシンプルにしていくにも、またまた練習がいる。

「あら、もうこんな時間、いっぱい話したね」

「いろいろ聞かせてくれてありがとね」

「いい時間だった、また話そうね」

いくつか出された言葉を自分から、息子役をしてる何人かに言ってみる。おおげさでなく、さりげなく、でも本当のきもちを添えて。

練習の中で自分の口から出た言葉が、自分にとってもし心地よかったら、その心地よさをからだのどこかは覚えていて、ある日、日常のどこかでふいに言えちゃうことってけっこうあるものだ。実際に言ってみて体験するのと、こう言えばいいんだな、って頭だけで理解することとは、確かに違う。体で験（ため）したことって、かなり後まで残っている。

ともの時間でよくする、最近の「ちいさなうれしい」を話す／聴くをしていた時、「息子が、今日は飯いらない、ってめずらしく外から電話をくれたこと」というのがあった。言われたお母さん

は、その電話がうれしかったのに、返したのはいつもどおりの「あ、そ。じゃ気をつけてね」だった。

そうか、この時も、「連絡くれてありがと」って言えたんだ。考えてみたら、こんな場合にありがとう言うなんて、これまで思いつきもしなかった。あの子ともっと話したい、といつも思ってるのに、こんなとこが抜けてたんだね。そう気づいたこのお母さん、それからはずいぶん、ちいさな「ありがとう」を言うことがふえたそうだ。

ありがとうを言う発想のなかった人が、ありがとうを言う。これまで出してこなかったうれしいきもちを、少しずつだけど、今は言葉や表情で外に出している。たったこれだけのことなのに、家族の中で何かが変わってくる。現にこのお母さんと息子さんの会話が、前とは少し違ってきたとうれしそうに話してくれた。

家族って、必ずしも連帯してなくても、連動している有機体だ。ぴりぴりしていた家の空気が誰かのありがとうで、ほんのすこしやわらかくなることだってきっとある。ともの仲間たちは、家族間のささやかな変化やいいとこ見つけをするのが、そして、ありがとうを言うチャンスをつかむことも、ゆっくりゆっくり、本当に上手になった。

ありがとうのリレー

心の病気のご家族を持つ方たちのところへ、コミュニケーション・ワークショップの出前に何回か連続でうかがった。出前先ではいつも、毎月のともの時間でしているようなことを順を追ってしてみる。仲間たちが実践して気づいていったことが、ほんのちょっとでもみなさんのヒントになればいいなと思いながら。

ある時、お子さんが言ったことやしてくれたことで、何かうれしかったことってありますか、ちいさなことでいいので、思い出して書いてみてください、とお願いしてみた。書いたことをそれぞれ発表した後で、今度はそれを自分のせりふにして、最後に「〜ありがとう」で終わる文章に書き換えてもらう。

あえてこんなめんどくさいことをするのは、何か具体的な場面がイメージされていないと、せっかくのありがとうが、単なる記号になってしまう場合もあるからだ。ましてその日は、お年を召した方が多くて、ワークショップにもなれていない様子、手順をはしょらないでていねいにした方がいいと思ったのだった。

みなさんが書いてくださったのは、お子さんへの、いわばちいさなラブレター。いったん集めて、シャッフルして、それから束にして、こうお願いした。どなたか何人か、前にでて、この紙に書いてあること、私と一緒に一枚ずつ読んでいただけませんか。

はい！と一番に手をあげたのは、前回も参加してくださった70歳くらいの男性の方。最初は気難しい顔してらしたのが、前回の終わりごろには表情も柔らかくなって、コミュニケーションの時間を楽しんでくださっていたのがわかる、その変化が印象的な方だった。

前に出た4人で順番に、ここにいる誰かが書いた、わが子に贈る言葉を読んでいく「ありがとうのリレー」。何巡かしてまたその方の読む番が来た時に、あ、と小さく声をあげて、こう言われた。

「自分の書いたのが来ちゃいました、どうしましょう」

「そうですか、もしもお差し支えないようでしたら、ご自分で読まれます？」

はい、とおっしゃってその方が読みはじめた。昼夜逆転の息子さんにむけての言葉だった。

「このごろ時どき、お父さんのことを気遣って、眠らせてくれることがあるよね。お父さんはそのことに気がついているよ —— ありがとう」

最後のありがとう、に行きつく前に、その方は涙ぐみ、言葉につまり……。それは、とってもとてもやさしいありがとうだった。あたたかいものが胸に満ちてきて、私までなんだか泣きそうだった。その部屋ぜんたいが、参加してるひとたちからのあたたかなため息で、やさしい空間になった。

この日参加されたみなさんの書いた言葉が、直接、相手に伝えられる、その可能性はもしかしたら少ないかもしれない。ありがとう、を言い慣れていない家族の間では、ありがとう自体が、ハードルの高い言葉なのだろうから。

だけど、こういったありがとうのきもちが自分の中にある、とご自身が気づくこと、それを一回でもこうやってみんなの前で外に出したこと、それだけでもすごいことじゃないか、と私には思えたのだった。

キルト「ちきゅう」

さて、話は変わって。

ここにある一枚のまぁるいキルト、名前は「ちきゅう」。ミチコさんという「紅茶の時間」仲間の一人が今から22年前に縫ったキルトだ。

彼女と私は、原発のおかげで出逢った。チェルノブイリ後の紅茶の時間では、おさな子を抱えたお母さんたちが毎週集まってきて、原発や放射能の話をいっぱいしていた。以前から原発に強い危機感を抱きながら、でもそんな話のできる場ってどこにもないしなあ、と思っていたミチコさんが、ひとづてに紅茶のことを聞き、文字通りすっとんできて、仲間になったのだった。

針と糸の得意なミチコさんならではの発案で、キルトでも原発に意思表示できるよ、「かざぐるまフレンドシップキルト」づくりにあなたも参加しませんか、と紅茶から出している通信でよびかけた。20センチ角の布に、一人一人が原発や核に対するメッセージを縫い込み、それを4人分縫い合わせると、その合わせ目が4枚羽根のかざぐるまになる。そうやって100人分をつないだたて横2メートルのおおきなフレンドシップキルトは、最終的には1万人以上のひとが参加して、80年代の脱原発の、知るひとぞ知る、ささやかなムーブメントになった。

当時の空気は今とだいぶ違って、原発に異を唱えるのは一部のとくべつなひとたち、といった見方が普通だった。それだけに、キルトでも原発にNOって言えるんだ！というあたらしい発想からずいぶん勇気をもらえたし、また実際にキルトとキルトをつなげる、という細かい手作業をとおして、私たちは日本各地のひと、とくに女性たちと、エールや情報や連帯感をいっぱい共有しあったのだった。

1枚目のフレンドシップキルトが出来あがってほどなく、ミチコさんは「ちきゅう」をつくりはじめた。

太陽にもマグマにも羅針盤にもみえる真っ赤な輝きを中心に、写真ではおそらくはっきり見えないだろうけれど、その外側が幾重もの輪になっている。魚たちの輪、連なる波のうねりの輪。地球46億年の「せいめいのれきし」の輪は、さながらバージニア・リー・バートンの絵本のキルト版だ。

地球上のいきものたちがひと筆書きのように手をつないでいる「いのちの輪」。その次の輪は、四季の草花、それから山の木々。キルトのてっぺんの、午前0時、3月、北の空からはじまる一年の暦、12ヶ月のものがたり、めぐる星座、そして地球をふくむ太陽系の惑星たち。

私たちの星はこのおおきな宇宙の中にあって、いのちの輪で描かれているように、ひとも動物も虫も草花たちも、すべてのいのちとつながって、支えられ、助けあって生きている。だけどよく目をこらせば、「せいめいのれきし」の最終章に出現する人間が歩いて行くその先に、原子力発電所があり、そこで爆発がおき、放射能が飛び散ってしまったせいで、いのちの輪のつながりの一部分だけ、断ち切られている、ヒト、コドモ、ニワトリ、ブタ、タマゴが……。海の波も魚も、収穫の麦の穂も、放射能の汚染で色が変わっている。

文字も言葉も使わずに、これが、私たちのいま生きているチェルノブイリ後の星なのだと、そしてフクシマ後の星なのだと、まさしく曼荼羅の「ちきゅう」キルトは、見るものにいろいろなことを考えさせ、同時にとても深いメッセージを送ってくれている。

キルトからの贈りもの

もし今年の3.11がなかったなら、「ちきゅう」がこのページに登場することもきっとなかったろう。私自身もだいぶ長いこと、原発の問題から遠のいていた。けれどこの春以降、原発のおはなしの出前にまたお声がかかるようになって、4月からはできる範囲であちこち出前に行っている。

その時はいつも、20年前もそうだったように、必ずこの「ちきゅう」をミチコさんから借りて、キルトと一緒に旅をする。原発のこと、言葉だけでなく、感性でも感じ取ってもらいたい、と願う私にとって、「ちきゅう」は昔も今も、大きな助けだ。

今年の春、ミチコさんは、治っていたはずの病が再発して、病院で必死に闘っていた。少しでも調子がいい日は、「今日も院内脱原発運動してるよ、チェルノブイリより後に生まれた若いナースさんや、話せそうなドクター相手にね！」などとメールがくる。私は旅の先々で「ちきゅう」とツーショットを撮っては携帯で写メールを送った。東京から、川越から、京都から、時にはすごく近い金沢から。

そんな5月のある日、ミチコさんは「ちきゅう」を、紅茶の時間に託してくれた。「こんな古いキルトがまた誰かの役にたてる、ってうれしい。しあわせ。もうこのキルトは、私だけのものじゃなくて、みんなのもの。だから紅茶に寄贈したいの、受けとってね」と。

その後、前回の「紅茶の時間とその周辺」で書いた原発の話を、団編集長からお許しもらって、そこにさらに文章を書き足し、大急ぎで『いのちの未来と原発と』という小々冊子にまとめた。在庫はたちまちなくなり、次につくる改訂版にはきっと「ちきゅう」を入れるからね、とミチコさんに勝手に約束した6月のその日、彼女は逝ってしまった。

7月末、東京近辺に原発のおはなしの出前に行く前日。私たち親子の作品を扱ってくださっている銀座の画材店さんに、お土産がわりにお持ちしたのが、「ちきゅう」のカラー写真とこの曼荼羅を読み解くものがたり付き、『いのちの未来と原発と』改訂版の冊子だった。背中のリュックの中味はもちろん、本物の「ちきゅう」。

「ちきゅう」を見た若いスタッフから突然、思いがけない言葉が降ってきた。「スウさん、このキルトの前で原発のお話をしてください、ちょうどお盆のころ、うちの画廊があいてるんです！」

え？何を言ってるの？私は目を白黒させた。スタッフさんは本気だった。彼女自身が、あの日以来、原発のこと、これからの生き方のこと、すごく真剣に考えるようになったという。「お店に見えるお客様もです、みなさん、あの日から何か変わってきてらっしゃるように思うのです。考え方というか、方向性とか。だからこそ、ギャラリーでのおはなし会、ぜひしていただきたいのです」と、わたしメッセージで迫ってきた。

大きな深呼吸を何度かして、少し頭を冷やして考えてみると、これって実にものすごい提案だと思った。大切な亡き友のキルトが、東京の銀座でいろんな人に見てもらえる、しかもこの年の、今この時期に。

今号の最初に、「奇跡みたいな日常」と書いたけど、こんなまたとない奇跡はとくに逃してはいけない。よしっ、それなら、ミチコさんの遺した賢治の童話世界のキルトもかざろう。わが家で預かっているかざぐるまフレンドシップキルトも全てかざろう。娘のこれまでの作品も、生まれたてのブックレット『贈りものの言葉』も、私の古い本たちもならべよう。私は「ちきゅう」キルトの前で原発を語り、「よだかの星」のキルトの前で賢治のその童話を読み、ミチコさんのことを語ろう。タイトルは、そうだ、「つながる3人展――紅茶の時間 in 月光荘」だ。

wonder が、いっぱい

そう決めて、出前先から戻って、3人展の搬入の日まで10日しかなかったけれど、まわりの誰もが、そして東京近くの紅茶仲間たちも、びっくりしながらめちゃめちゃよろこんで、いっぱい力を貸してくれたおかげで、無事に実現することができた。そして3日間の会期中、思いがけないほどたくさんの方が見にいらして、キルトからのメッセージをそれぞれ受けとってくださった。

その中には、「僕は行けないけれど」と最初言っていた、ミチコさんのおつれあいさんもいらしたのだ。ちょうど新盆でもあるし、そんな時期に泊まりがけで家を空けられないのは常識からすれば、百も承知。だけど、もしももしも見にきていただけたなら、どんなにミチコさんはよろこぶだろう、誰よりも彼に見てもらうのが一番うれしいにきまっているもの、と実は内心ひそかに願ってもいたので、「行きます」と告げられた時は、私も飛び上がりたいくらいうれしかった。

その東京行きのわけ、について、あとからこんな風に話してくださった。

――これまでの僕は、感情を表に出すってことをあまりしてこなかった。でもミチコは何かうれしいことがあった時、いつもからだ全体で、うれしい！って表現してたでしょ。そのこととね、今回、東京に行こうと決めたことと少し関係がありそうに思うんで、ちょっと聞いてもらってもいいですか。

ミチコが亡くなってしまった。これは事実。今はまだ全然その実感はないけど、でもこの先、僕はいったいどのように生きて行ったら、ミチコと一緒に生きているという感覚をずっと持ち続けていけるのだろうか、ってことを考えてみたんです。

スウさんと月光荘さんのおかげで、ミチコのキルトが銀座にかざられる。こんな時、ミチコならどうするだろうか。文句無しに、行くに決まっている。そして、あ、そうか、と思った。彼女ならここでどう感じるかな、どう判断するかな、そうやってミチコのきもちになって僕がその行動をとることで、もしかしたら僕の中でミチコを生かし続けていくことができるかもしれない――ふっとそんなふうに思えてきて、僕は行くことにしたんです。

あ、でも誤解しないでくださいね、ミチコがとるだろう行動を僕の規範にする、っていっても、別に自分を無しにするとか、自分を変えようとか、そんなことまったく思ってませんから。

すみませんね、どうも変な話しちゃって。僕の言ってること、わかります？

はい、と私は深くうなずいた。おつれあいのきもちが痛いほど伝わった。わかる気がした。娘の幼いころから、家族ぐるみでつきあってきたミチコさん夫婦。このご夫婦なら、遺された者がそんな風に思うことも、行動することも、とても自然なことに思えた。

その上、こんなことを言うおつれあいだから、なおさらそう思えるのだ。

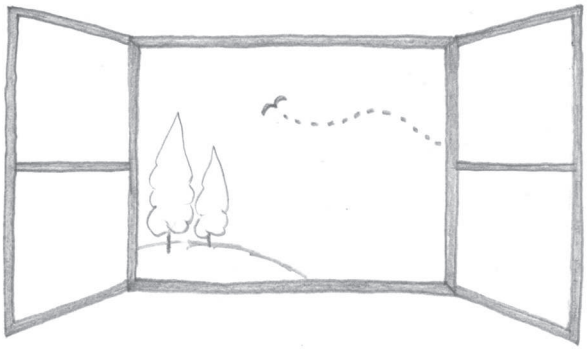
「たくさんの方が、ちきゅうキルトやよだかの星のキルトを見て、すごい！って言ってくださったけど、あのキルトはミチコのdoであって、僕にとっては、それよりもミチコのbeが、まさに存在そのものが、っていつも思っているんです」

人生の日々は、不思議がいっぱいだ。wonderに満ちている。そのwonderには、うれしいことも悲しいこともつらいこともいいこともさみし涙もうれし涙も、いっぱいいっぱい入っている。だからwonder + ful、っていうのだと思う――という

話を、3人展のおはなし会でさせてもらったけど、それを聴いていたミチコさんのおつれあいは、この言葉にすごく共感してくださったようだ。

おつれあいがミチコさんのきもちを想像しながら行動するようになってからというもの、毎日、不思議なことや奇跡みたいなことの連続なのだと言う。これまでは出してこなかったきもちを外に出すことで、今までしてこなかった行動をとることで、きっとこれから先もまだまだ知らない自分を発見していかれるのだろう。それはまた、おつれあいの中で生きるミチコさんが見せてくれる、あたらしい世界なのかもしれない。

2011.8.25



きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第 6 話

水野　スウ

「あかりプロジェクト」@とくべつ紅茶

週に一度のオープンハウス「紅茶の時間」は、2011 年 11 月で29 年目にはいった。水曜日の午後になんの決まりごともテーマもなく、誰でもどうぞ、とわが家をひらく「ふつう紅茶」と、たまにそれ以外の日、コンサートをしたりゲストのお話を聴いたりする「とくべつ紅茶の時間」との、二本立てで続けている。

その「とくべつ紅茶」で語ってくれた村田いづ実さんと妹のちひろさん。

お二人は、摂食障害からの回復に必要なサポートを当事者の視点で考え、実現しようと、「あかりプロジェクト」という自助グループを立ち上げて、金沢で具体的な活動を展開しているすてきな姉妹だ。その日の紅茶に集まった30 人ほどの前で、自らの体験もまじえながらお話ししてくださった。

二人ともなぜか子どものころから、自分を好き、とか、自分が大事、といった感覚がまるでわからなかったという。自分がひどく劣っていて、存在していること自体がはずかしい、申し訳ない、自分は間違って生まれてきたんじゃないか —— そうやって自分を責め続けながら、それぞれが10 数年もの間、摂食障害とたたかってきた。

中学生の時、急に食べることがとまらなくなったといういづ実さん。彼女の中にはずっと長いこと、まっ黒な丸い空洞があったそうだ。もしかその空洞を立派なもので埋めることができたなら、自分が存在することも許されるかもしれない、と信じて、たとえば、いい成績、いい学校、経済的な自立、スリムなからだや見た目の美しさ、世間一般でいう立派なこと、などなど、ひたすら追い求めてきたという。そして実際、彼女はまわりから見れば優秀な女性だっただろう。

だけど、常に人からの評価を気にしておびえ、四六時中「いい子の仮面」をかぶり続けなければいけないと思いこんでいたいづ実さんにとって、人とかかわるということそれ自体が大きな負担で、どの仕事も長続きせず、転職をくりかえし、29 歳の時、もうどうにもこうにも出勤できなくなって、突然に会社をやめた。

友だちもいない、彼氏もいない、誰ともつながっていない、この先の予定が何一つない。文字通り何もない暮らしの中で、唯一自分の生をつな

ぎとめる行為が食べて吐くこと。まるで自分がぼろぞうきんになってしまったような感覚。そこまで来た時にはじめて、いづ実さんは、「もう、あきらめよう」と思ったそうだ。

内側にある満たされない空洞を、何か――自分に足りないもの――で無理やり埋めようとすること、そんなふうに生きるのはもう限界だということを、その時、自ら認めたんだと思う。

実家に戻ったいづ実さんは、しばらくの間は家にこもったまま、その時の自分にできることだけをしながら淡々と過ごした。そして、数ヶ月ほどたったある日、あっ！　とまるで雷に打たれたみたいにして、それまでずっとわからないでいた真実のようなものに、突然気づいたのだという。

「そうか！　私は、このままの私で存在してていいんや。経済的に自立してなくても、社会とつながってなくても、今、息しているし、現に、私は毎日生きている。」他のすべての人と同じように、自分にだって存在する価値があるのだということを、頭でなく、からだで感じることのできた瞬間だった。

自分の中のまっ黒い空洞、と思っていたものは、幻に過ぎなかったのだとも気づいた。何かで埋めようとすることをあきらめて、ベールをはぎとってみたら、そこにはものすごいエネルギーが溢れていた。自分はこんなに強い生命力を持っていたんだ。自分が自分であるということを、世の中のものさしなんかにあてはめなくていい。そう思えた時から、ぴたりと、食べたい衝動がなくなったという。

そして、一番つらかったあの時期、自分は一体どうしてほしかっただろう、何を求めていただろうか、といづ実さんは考えた。あの時はとにかく、自分の話をひたすら聴いてもらいたかった。誰かにこの気もちを、ただただわかってもらいたかった。もしも今、同じような想いをしてる人たちがいるなら、そんな話ができる場、聴ける場所を、自分が作りたい、とも思いはじめた。

いづ実さんに訪れたような雷体験は、そう誰にも起こるわけじゃない。妹のちひろさんは、そんな雷が自分にも来てほしいと願いつつ、それでもお姉さんとはちがう道をたどりながら、ゆっくりと自分なりの回復のみちのりを見つけていった。彼女は結婚し、子育てしながら、いづ実さんがたちあげた「あかりプロジェクト」の活動に、今も現在進行形で深くかかわっている。

Wow-netのこと

いづ実さんの話の中に出てきた「あきらめる」という言葉に、私は思わず大きくうなずいていた。その単語は、私にとっても以前から大切なキーワードの一つだったからだ。

紅茶の時間とは別枠で、ちょうど10年間、ワークショップに関心のある仲間たちと月に一度集まって、ワークショップ自主勉強会をしていた時期がある。Workshop of workshopのネットワーク、略して「Wow-net（ワウ・ネット）」と呼んでいた会だ。

ワークショップってそもそも何だ？　というところからまったくの手探り状態ではじまったWowは、やがて、メンバーのそれぞれが、自分一人でなく仲間と一緒に考えたい、と思うテーマを持ち寄り、それをワークショップ形式のオリジナルプログラムに組み立て、時にはメンバー以外の参加者もつのって、実際にワークショップを通していろいろな気づきを体験する、ちょっぴり刺激的な、おもしろい場に成長していった。

そのWowで4年前にしたワークショップの中で、やはり「あきらめる」が一つのキーワードになったことがある。それは、「期待すること、期待されること」からはじまったワークショップの延長線上にあるもうひとつのテーマだった。

その時の記録が残っているので、ここに誌上再録する。

期待すること、されること

自分が期待したこと・されたこと、その時にどう感じたか、どう行動したか、をめいめいが自分のワークシートに書きこむ。それをもとに、3、4人の小グループで話しあい、各グループでどんな

話が出たか発表して全体に返していく。

- 「期待した」ことは、子どもに対するものばかりが出てきた。自分が「期待された」ことは、いやだったり、困ったり、ばかりだったなあ。
- あなたには期待してない、と言われたら悲しい。でも、期待している、と言われたら言われたで、重荷に感じる。期待、って矛盾だらけの言葉かも。
- まったく期待されないのも悲しい。ちょうどほどよい期待ならいいのだけど。
- 何かの役につくと、それが自分に向いていようがいまいが、して当たり前／できて当たり前、で見られがち。
- 自分のことをよくわかっていない人たちからの、あるべき／できて当然／やるのが当たり前、を要求されるのはとてもいやなきもち。
- 自分をわかってくれてるだろう、と思う親からの過剰な期待は、愛がからむだけよけいに重たく感じる。勝手に期待されるのは、時に、相手の妄想じゃないかと思うことすらある。
- 母親なんだから、長女／長男なんだから、を含めて、あるべき役割を期待されたら苦しい。
- 「期待」を辞書でひいたら、「あてにして待ち受けること」とあったけど、そうあてにされても、なんだかなあ…。
- 期待、は愛情とセットになってることが多い気がする。子どもに対して期待するのは当たり前かもしれないけど、どこかで修正がいるかも。
- 自分にできたことはこの子にもできるはず／思い通りにきっと進んで行ってくれるはず、などの期待が一度裏切られることが、ある意味、必要なのかもしれない。私と子どもとは違う、この子の人生はこの子のもの、と認めたあたりから、親は勝手な期待をしなくなるのではないか。

あきらめること、あきらめないこと

期待、に関しての話しあいがだいぶ進んだところで、今度は、「あきらめる」「あきらめない」という言葉で思い浮かんだことを次々だしてもらうブレーンストーミング。

〈あきらめる〉
↓
見放す・手放す・無理だと思いさとる
捨てる・楽になる・妥協する・失恋
受け入れる・負ける・弱い・断念する
自分を知る・方向転換・区切りすっきり・絶望
などなど。

〈あきらめない〉
↓
執着する・強情・がんこ・24 時間マラソン
悪あがき・突き進む・希望・夢をすてない
根性・気合いだ！・がんばる
死にものぐるい・強さ・わらにもすがる
気骨・いいこと・使命・疲れる・信じる
などなど。

ブレーンストーミングをしてみて、ふだん何気なく、あきらめることはよくないこと、あきらめないのがよいこと、というニュアンスで使っていたが、自由にいろいろな言葉を出しあってみると、意外なほど、「あきらめる」の中にポジティブな意味あいが、「あきらめない」の中にネガティブなイメージが、多く含まれているんだと発見しあった。どちらも単純に、いい・悪い、だけでは片づけることのできない言葉であり、概念であるようだ。

このあたりで、私の尊敬する、90 歳を越えた方が言ってらした言葉、「人生を生きていくのに大切なことは、あきらめること」を紹介して、この言葉を、参加してるみなさんがどう感じるか、どういう意味にとるか、それぞれに出してもらった。

- 今の自分を受け入れていく
- いろんなものをあきらめて、逆に大切なことを得る
- 手放してシンプルにしていく
- 無理しなくなる
- 自分のちからではどうしようもないことがあると知り、それにしがみつかない
- 見極めること

- 今のすべてを、流れに任せる
- 何かをほしいと思うことをあきらめる
- 自分の思い通りにならないことを認める
- あるがまま
- 執着を捨てる
- 求めない

諦める、という言葉の意味

みなさんが、あきらめる、あきらめない、という言葉から感じとったものを出した後で、辞書で調べた言葉の意味を紹介する。

「あきらめる」を漢字で書くと、「諦める」。「諦」を辞書でひくと ——

［音］テイ、タイ　［訓］あきら・める

1. あきらかにする、はっきりする、また、あきらめる「諦観、諦念」
2. まこと

「諦観」の意味は ——

1. ものごとの本質を見極めること
2. あきらめ悟ってながめること

ここで辞書を引用したことで、「あきらめる」には、「あきらかにする」っていう意味もあったんだ！　と、ほぼ全員、ちょっと新鮮な驚き。

もう一つ、脚本家の山田太一さんがある雑誌に書いておられた言葉もあわせて紹介。

「あきらめるな、とよく言います。だから誰でもあきらめさえしなければ夢がかなうような気がしてきますが、そんなことはあまりない。がんばれば何でも出来ると思うのは、幻想だと僕は思う」「多くの人が前向きに生きるには、可能性のよき断念こそ必要」

ここで、私の個人的な経験についても話した。通常なら、とても期待されそうな家庭環境にあって、父は過剰な期待を、娘の私に対して押しつけなかった。いっぱい愛しながら、でもむやみに期待しない。私が世間の枠とはだいぶ外れた娘であることをわかって、いい意味で、私に期待することをあきらめてくれていたように思う。そのおかげで、今の自分がこうしていられるのだとも、思っている、と。

その後のフリートークで出てきたのは、

- 友人に、子どものことはもうあきらめた、といったら、ええ～？と驚かれた。自分の思い描いていたのとは違う、この子の行く道がある、とわかった時点で、自分の夢や期待を子どもにおしつけるのをあきらめた、という意味あいで言ったのだったが、明らかに誤解してうけとられてしまった。
- 子どもの進路の方向転換に際して、せっかくいい学校に入ったのに、とか、これだけ学費をかけたのにもったいない、と思うのは親の勝手で、子どもにしたら、したいことが別に見えているにもかかわらず、自分に向かない場所（学校であれ、会社であれ）にとどまることのほうが、自分の時間、人生にとって、もっともったいないと思うのかもしれない。
- 80歳を過ぎても、夢を持って生きている人を知っている。死ぬまでにできるかどうかわからないけど、夢をあきらめない生き方に、気骨を感じた。

ワークショップの最後は、ふりかえりの時間。

- 期待するもされるも、あきらめるもあきらめないも、肯定的と否定的と両面あるとわかって、すっきりした。
- 期待することが、時には妄想だったとは！　これまで、あきらめることは負のイメージしか持たなかったけど、そうともかぎらないんだね。
- 最期まで、あきらめない！　といのち燃やして生ききった40代の友人がいた。あきらめないことの大切さを、自分は彼女から学ばせてもらったと思う。
- 今日のテーマは全部、今の自分にあてはまる。家族の中で、何が大切か、何を守るべきか、問

われてる気がした。

- 自分なりの「ふつう」の枠をつくり、あきらめたくないものを決めて、そのことで逆に自分を苦しくさせていたなあ。
- その子がその子なりのちからを出してがんばっていることが見えたら、それで十分、と子どもを認められる自分でいたい。
- あきらめる、のあたらしい意味を知った。こんな視点をもって、ものごとを見極めていきたいな、と思う。

（この日のWowのやりとり再録、ここまで）

決してあきらめてはいけないこと

ワークショップが終わった後で、私は自分自身のふりかえりとして、この日のWowのレポートに、こんなふうに書いている。

＊＊＊＊

あきらめる、って通常はよくない意味あいでつかわれる。夢をあきらめるな、とか、簡単にあきらめちゃいけないよ、とか。そして本当にあきらめちゃいけないことがあるのも、確かだ。

だけどその一方で、親の側が世間体をあきらめたら＝手放したら、今よりずっと楽になれる子がたくさんいるだろうな、と紅茶の時間でいろいろな状況にある親ごさんの話を聴きながらたびたび感じてきたのもまた、本当のこと。その想いが、このワークショップをしてみたいと思ったきっかけの一つになった。

愛情と期待とあきらめは、リンクしているもののように思える。その子を大切に思う心があるから、その子にはちからがあると信じて、待つ。それが期待することの原点だと思う。

だけどそれが間違った信じ方で、親の側の期待の枠が勝手に肥大したり、妄想にまでなると、その枠にはめられる側の子も、枠が埋まらない場合は親も、苦しむ。

目で見えることや、これこれができる、といったこと、点数、などの評価を相手に期待することは、相手を変えたい、自分の思い通りにさせたい、という気持ちが底にあるからで、本音の部分では、その子／その人のそのもの、を認めていないことの裏返しでもある。

その子の実像に気づいた時点で、きっと見直しが必要なんだ。それは、見放すことでも見捨てることでもなく、もちろんそのニュアンスでの、あきらめることでもない。逆説的だけど、あきらめることは、あきらめないこと、だ。

子どもに抱く、過度にふくらんだ妄想的な期待をあきらめる／手放すことは、一番大切なもの——その子の存在そのもの、尊厳、いのち＝決してあきらめてはいけないもの——を、あきらめないこと。逆からいえば、存在そのものを守りたい、となった時には、ほかの何かをあきらめることが必然になるのではないか。

このワークショップのプログラムを作って行く中で、「あきらめる」は「あきらかにする」ことでもある、と気づいたことは私にとって大きな発見だった。私が漠然と感じていた、時にはあきらめることも必要、という予感の奥には、ものごとの本質、本当に大切なものとそうでないものとを見極める、という意味も含まれていたんだ。意外だったけど、意外じゃなかった。そしてうれしくなった。

あの日のWowに参加していた人と数日後に会った時、「あの日は、あきらめる、ということを暗く受けとめていたから、終わったあとも心はなんとなく晴れなかった。それが、帰り道に寄った本屋で偶然、“明るくみきわめることが、あきらめること”というのを目にして、あ、そうか、あきらめることには前向きの意味もあったんだと、改めて思えてきて、気持ちが楽になった」という話を聞いた。

あのワークショップには、きっとまだまだいろんなおつりがそれぞれのひとにありそうだ。私もまた、そのおつりを考え続けていきたいと思う。

（2007年のWowレポート、ここまで）

娘にとっての、あきらめる、ということ

と、こんなふうに「あきらめる」について、仲間たちとしつこく考えあった経験があったものだから、その数年後のとくべつ紅茶の時間で、ゲストのいづ実さんが口にした、「あきらめる」の一言に、私は瞬時に反応したのだった。

それと同時に、Wow のテーマでそのことを取り上げようと思った、もう一つのきっかけも想い出していた。

4 年前のそのころ、実はわが娘も必死にもがいていたのだ。関西の大学を卒業後、就職をしないで、でも実家にも戻らず、ささやかな手作り本工房をたった一人ではじめたものの、安定した収入があるわけでない、また、それを続けていったところで将来どうなるという保証もない。一方、同級生たちはみなそれなりの会社に勤め、嫌な仕事も我慢しつつ、社会人として立派に生きている。

それにひきかえ自分のしてることなんて。こんなの仕事と言えないよ、全然、生産的じゃないし、社会の役にも立ってない、こんなんじゃふつうの社会人なんてとても呼べない。ならばせめて、本づくりの合間にバイトすべきかとも思うけど、そんなかけもちできるほど器用じゃない自分も、いやというほどわかっている、こんな自分が生きていていいんだろうか・・・そんな堂々巡りで鬱うつ悶もんとしていた時期が、娘にはあったのだ。

その悶もんが、ついに底の底まで行きついた時、娘は「ああ、もう無理だ、ふつうになるのをあきらめよう」と思ったのだという。

親の私たちには、娘の苦しんでいることがある程度は見えていて、また、会社勤めに向くようなタイプでないことも早くからわかっていたので、いわゆる“ふつう”である必要なんかないよ、とずっと言い続けてきたけど、娘は娘なりに、今という時代の価値観をからだ全身で受け止め、それになんとか自分をあわせようと努力し、でもどんなにがんばってもそうなれない自分を責め、焦り、さらに落ち込み、という悪循環と一人でたたかっていたのだと思う。

なので娘から、「ふつうをあきらめた」と聞いた時、やっとやっとそう思えたか、と正直、ほっとした。そして、これって大事なキーワードかもしれない、と感じ、いつかWow のワークショップでとりあげよう、と思ったのだった。

そして、今

あのワークショップから数年がたち、あの時、“ふつう”をあきらめた娘は、今も本工房と編集やデザインの仕事を続けながら、彼女なりのオリジナルな道を歩いている。

そして私は今も、亡き父の想いをくり返しくり返し、想像している。

私自身は、若い頃ちゃらんぽらんで、いわゆるシュウカツもせず、定職にもつかず、親元で好き勝手にしていた時期があった。今で言う、フリーターだ。服屋さんでバイトをしながら、詩集を作った。それを画材屋さんにおいてもらった。ビー玉でネックレスを作ってお店で売らせてもらった。ひょんなことから、ラジオのコマーシャルも書いていた。

そういう一つ一つは、私とは53 も年齢差のある、父のまじめな価値観からすれば、とうてい理解しがたい、仕事と呼ぶにはほど遠いものだったはずだ。親戚や父につながる取り巻き的な人たちは、私に期待することをはっきりと口に出して求めたけれど、父自身はただの一度も、そんなことしていてどうなる、とか、早く就職しろ、などとは言わなかった。父からの愛情は十分に感じていたけれど、それを盾に、父が干渉したり、口出しをしたりして、私を縛ることはなかったのだ。

なぜ、父は私を自由にしてくれたのだろう。父からすれば、私はさながら宇宙人みたいで、理解などとうていできなかったから、仕方なく、ただそのまま受け入れるしかなかった、ということなのだろうか。もしくは、若い時に家出をしてまで自分の意志を通したある種の頑固さを持つ父からすると、もしかしたら私の中にも同じたぐいの頑固虫が住んでいることに、途中から気づいたのかもしれない。

でもきっとそれだけではなかったよね。何十年と考え続けて、行きついた先のヒントのひとつは、父が失った身近ないのちの多さだった。先立たれる、という言葉があるけど、父は実に4人もの家族に先立たれたのだ。二人の妻と二人の息子と。

残った子どもがもう私しかいないとなったら、父の望むことは、とてもシンプルなものにならざるを得なかったのではないのか。他のこと――世間体のいい生き方、多数の人のような生き方――はあきらめて、あきらめてはいけないもの――私という存在そのもの――だけは、何があっても守らなければならないと心に決めたのではなかったのか。

どうやらこの娘は、世間の型にははまらない、変わった子らしいと気づいたその時から、父は“こうあってほしい”という自らの理想や期待を押し付けることをあきらめ、ただただ懸命に、私の在り方を、そのままを認めようと努力してくれていたのだと思う。

今となってはもう、父とその答え合わせをすることはできないけれど、父の謎は謎のまま、これからも考えつづけていきたい私の宿題だ。

ワークショップと「ともの時間」

私がワークショップに魅かれるのは、ワークショップには、これが正解、とか、これがただ一つの答え、といったものがないことだ。いや、むしろ求めてはならない。

複数の人間が集まり、いつもと違う枠組みの中に自らを置いて、ふだんは気にも止めないこと、見逃してしまいそうなことがら、思いがけない問いかけに、たちどまり、考え、多種多様な意見に耳を傾ける。時には、自分とは違う役割を演じてみる、といった体験もする。

そのプロセスの途中で、一人ひとりこんなにも違っているんだ、ということを実感しながら気づき、これはかくあるべき、と思いこんでいた自分の常識がほどけたり、揺さぶられたり、時には、おう、そんな考えもありか！　と、ものの見方の幅が一気にひろがることだってある。そのことがまた、自分の中の、他者を受け入れる許容量を拡げていく手助けをしてくれる。

正解、と言ったものがないだけに、答えがないとおちつかない人／結論を求めたがる人には、もやもや感が残るだろうが、その日に全部わからなくったって、いっこうにかまわないと思っている。

ワークショップの自由な空気の中で誰かがぽろりと出した言葉が、記憶のどこかに残っていて、それが一週間後とかひと月後とかに、またはもっと後に、あっ、そうか、このことか、と具体的な何かとリンクする。そんな経験を私はこれまでいっぱいしてきたし、その点が、知識で学ぶのと違う、ワークショップのすてきなとこだ。

コミュニケーションの練習の場である「ともの時間」でしていることは、厳密にはワークショップとはいえないと思うけど、この10年間のWowで気づかされたこと、つちかわれてきたものに、いつも助けられていると感じる。

何より、一人ひとりの存在や、その経験から出てきた言葉を大切にし、ともに、互いの違いをこそ認めあう場をつくろうとする姿勢が、ワークショップで大事にしてきたことと、見事に重なり合っている、と思うのだ。

2011.11.22

あかりプロジェクト・インフォメーション
http://info.future-butterfly.net/

あかりプロジェクトの運営する
摂食障害回復サポートサイト「未来蝶.net」
http://future-butterfly.net/

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第７話

水野　スウ

私にはできない

週いちオープンハウスの「紅茶の時間」が20年たった頃に書いた本、『きもちは、言葉をさがしている』の中で、私はそれまで一度もふれたことのなかった水野の家のある物語を、はじめて文章にした。

私とは母親の違う年の離れた兄が、私が中学生の時に自死したこと。その半年前に母は亡くなっていたので、兄の死後は、父と義姉と私、というふしぎな三角形の家族がいきなりはじまったこと。40年という長い年月をへた後でようようやっと、その姉と私が、兄や、その後の家族について、はじめて語りあえた日のこと。その日からたったの半年で、姉が逝ってしまったこと。その姉の、生きてきた道のり、父や私たち母子にしてくれた数えきれないほど多くのこと……。

本を読んでくださった方の何人かから、「よくあそこまで書いたね」とか、「あんなふうに自分を出してしまうの、怖くなかったですか」と言われたけれど、私自身は、生まれ育った水野の家で残っているのがもう自分だけ、となった時点で、いつかはこれは書き残しておかなきゃいけない物語、とこころに決めていたことだったので、そこに格別の迷いはなかったと思う。

にもかかわらず、ある人からふと投げかけられた、「私だったらできないわ」という、否定的なニュアンス含みの言葉がちくりと胸に痛かったのもまた、本当のことだ。

言われた言葉を、私は台所で野菜をきざみながら、道を歩きながら、車を運転しながら、反芻しいしい考え続けた。そうしたらちょうど1週間たって、頭のすみっこに、ピカ！　とあかりがついた。そうか、これって実はとっても大事なキーワードだったんだ。

自分ならできない、しない、自分にはできない。誰かがそう思うことを、する人がいる。したい、と思う人がいる。思うからその人はそれができる、特別なこととしてではなく、むしろ自然に、ときには必然で。

ここで言う「できる」「できない」は、できるからえらいとか、できないからだめ、といった能力評価の言葉では、むろんなくて。

ある人にはこわくてできない、したくもないこと ── 自分を出して家族の物語を書くこと ── が、だけど私にとっては、あの時の必然で、自然なことで。そうやって書く作業を通して、それまではよく見えていなかった水野の家のもやがかった部分が突破口を見つけ、まるで霧が外に押し出されるように、あきらかになっていったことが、いっぱいあった。

すっごいひとだったんだなあ、と義理の姉をもう一度認め直し、前よりももっと、その姉に感謝してる私がいた。気づいたら、私の背中の荷物はずいぶんと軽くなっていて、おかげで私はいっそう自分の身の丈に近づけた気がしたのだ。

ってことはつまり、あの時あのようなかたちで書くことが、やっぱり私にとっては必然だったんだ。だからそうできた。できたというより、自分のすることを、した。うん、ただそれだけのこと。それ以上でも以下でもなく、ただ、それだけ。

そうなんです。その意味でどのひとも、私にはできない人生を生きている、と思う。すぐに思い浮かぶ自分の身近な誰かれを考えても、私にはできない、まねしようとしたってできない、そういう人生ばかりだ。

飽きっぽい私ならたちまち投げ出してしまう、根気のいる友禅の下絵をもう何十年と描いている人。こつこつ丁寧に暮らしの器づくりだけをずっと仕事にしてきた、職人のようなご夫婦。ひとすじ縄ではいかないこみいった問題を抱えた家族の中で、どうにか自分を保ちつつ必死に生きている人。厳しい病を親友にして暮らしてる人。たやすく言葉になんかできない痛みや苦しみをくぐり抜けてきてる人。

そんな人が、私の前に立っている。私と出逢う。時には涙で、時には笑顔で。それってあらためて考えると、すごいことだ。

成果とか、評価とか、損得とか、目に見えるものでは決して計れない、一人ひとりの生き方。その中には、傍目にとても大変そうでも、その人にしたらごく当たり前のことだったり、そうするしかなかったり、楽じゃなくてしんどいけど必然だったり、他の人には見つけられないよろこびがそこにあったり、ということがあるのかもしれない。

そんなふうに「あなた」にできて「私」にはできない、ってことがたくさんたくさんあって、そして、「私」にできて「あなた」にはできない、ってこともきっとそれと同じだけあって。その矢印は双方向。どちらがより大きいかすごいか、なんて比べることはできない。

それがおそらく、自分を生きる、ということなんだろう。「私」にはできないことをしている、その人を認める、ということなんだろう、と思う。

できない、というギフト

人生の途中でこころの病気を体験した人たちの、働く場であると同時に居場所でもある、東京調布のレストラン、クッキングハウス。おいしい玄米ランチに加えて、メンタルヘルスのことも楽しく勉強できるこの場所は、ある時はコミュニケーションの学びの場に、ある時はコンサート会場に、またある時は絵画教室やミニ講演会の場にもなるという、街なかの不思議なレストランだ。

10 数年前から、私は東京に行くたび、クッキングハウスに寄せてもらうようになった。ランチの後の、午後や夜のコミュニケーションの勉強会にも参加するうち、いつごろからか、お話の出前注文まで逆にいただくようになった。

はじめての出前にうかがった時、私は、「私にはできない」の話を、そのトークの中に織り込みながら語った。どのメンバーさんもまさしく、私にはまねのできない人生を生きぬいてきて、今、仲間とともにここにいる、いてくれるのだ、と思ったから。

話し終わるなり何人ものメンバーさんが、今の話の「私にはできない」のところが特によかった、と私のところに言いにきてくれて、それがすごく

うれしかった。相手のいいとこを見つけたら、具体的に、シンンプルに、きもちを添えてすぐに伝える。クッキングハウスのコミュニケーションの練習でとりわけ大切にしてるこのことを、メンバーさんたちが実際、私にしてくれたということがまた、なおいっそう。

鳥取に住む古川奈都子さんは、ご自分の経験を『心を病むってどういうこと?』（ぶどう社）という本にされている。その奈都子さんが、クッキングハウスで私の話を聴いた若いメンバーさんと一緒に、ある年の春、わが家を訪ねてくれた。

私の身近で、こころの病気に関心ある人たちに声かけしたこじんまり紅茶の時間で、奈都子さんは彼女なりの角度から、「できない」ということの意味を、こんなふうにお話してくださった。

> ———私は、統合失調症という病気を持っていることで、他の多くの人と同じようなペースや量でははたらけないんです。でも、人と同じにはたらく努力をするよりも、むしろその少ない能力こそ、神さまからの贈りもの、たまもの、と思って、そっちを最大限にいかそうと努力することのほうが、自分にできる大事な仕事なんじゃないか。つまり、「できない」っていうことが、ひとつの“あたわり”でもある、というふうに私は感じているのです。

他の人と同じようには「できない」、そのことが自分へのギフトでもあるのだ、と言う奈都子さんの言葉に、はっとする。彼女もまちがいなく、私にはできない、ほかの人にもできない、ユニークでオリジナルな人生を生きている一人だ。

「私にはできない」という一つのキーワードから派生したいくつかのストーリーを、お話の出前先の、大津の「紅茶の時間」で語った時のこと。

聴いていた一人の方が、「うちの娘は、やりたくないことをやらない、というか、したくないことは“できない”という能力に、とってもすぐれているようで……」と、どことなく楽しげな口調で話してくれたものだから、その場にいたみんなで大爆笑になった。

そうなんだねぇ、それもその子のちからのうち。自分の望まないことはどうしてもできないというその子が、世の大多数とは違う、自分なりの道を行こうとしてること、未踏の道を歩くしかないこと。そういう子どもの歩き方を、このお母さんが世間のものさしをあてずに、等身大で認めようとしている、そのことも伝わってきてうれしくなった。

「できない」能力は、あたわり、だったり、身の丈、だったり、がんばりすぎない、または、あるがまま、だったり。おそらくいろんな言葉に訳すことができそうだ。そうやって考えていくと、はなから、能力の大きさだけを比べることの無意味さにも、うんと気づかされる。

大きな組織の中で、業績や数字をあげてどんどん登って行く、そういう自分が好きな人もいれば、そんなはたらき方がどうにも向いてない人だって、大勢いる。私の場合はまちがいなく、後の方だ。でもそれをね、なるほど! 私には「そうできないという能力」があったんだなあ、って、私自身、とらえなおすきっかけをもらって、いまさらのように自分の来し方を、そうそう、あなたはそれでよかったんだよ、とあらためて言ってあげたくもなった。

家族の物語をあんなふうに描くことは、私じゃない、他の人には「できない」こと。そこからはじまった一連の「できない」考は、いろんな人の体験や思考をくぐり抜けるうち、スタート地点とは違う視点や意味あいの、「できない」へと発展していった。一人旅ではきっとここまでたどりつけなかったね、仲間たちと発見しあいながらの気づきの連鎖に、私はいつも教えられる。

聴かれる、ということ

紅茶の時間を続ける中での必要に迫られて、「きく」ことの勉強をはじめなきゃ、と思った15、6年前ころの私は、「聞く」と「聴く」の違いすらまだわかってなかったし、聴くことにどれだけ大きな意味やちからがあるかもまったく知らなかったと思う。

それまで、「話す」に比べると、控えめで受け身だなあ、と思っていた「聴く」という行為が、実は聴かれる側の、自身を映しだす鏡を育てていくことで、それと同時に、聴く側の鏡を、知らず知らず育てていってくれることでもあったんだ、と私は少しずつだけど気づいていった。

自分の感じていることって、自分のきもちなのになかなかわかってない。そんなことが、ほんとはとても多い気がする。

自分の話が、さえぎられず、横取りも先取りも、簡単にくくられもせず、指導や助言されたりもせずに、ただ、まっすぐに聴かれること、受けとめられること。そういった静かな受け皿があることでようやっと、きもちは言葉をさがしだせる。きもちと言葉とが、出逢っていける。

そうやって話すことは、こころの詰まりやしばりから、ほんの少しとき放たれることでもあるんだ。きもちと言葉、互いのそういった関係を、はやらない紅茶の時間の中で、私は何度も何度も見せてもらってきたなあ、と思う。

そんなふうに聴くことの大事さ、頭でわかる気がしてても、実際に聴く場面になるとやっぱりむずかしい。とりわけ、重たい話、つらい話を聴く時ほど、何か言わずにおれなくなる。沈黙が気まずくて、ついつい、はげましやなぐさめの言葉を言いたくなる。

時には、後ろ向きでいる相手のきもちをなんとか前向きにさせようと、意図的に働きかけさえしてしまう。「そんなこと言わないで元気出して」とか、「たまには外に出てみたら？　きっと気分もはれるよ」。

でもそれ、もしかすると、相手のためというより、黙って聴いてるのがしんどくて、自分が楽になりたくて、思わず何か言ってしまってることのほうが多いかもしれない。聴かれている側はおそらく、そんな言葉は望んでいないのだろうに。

かつての私もつい何か言ってしまってた。近頃は、まだもう少しは静かな耳のまま、聴いていられるかな。かける言葉は何も思い浮かばず、ただ、その人のきもちに寄り添おう、そばにいよう、と想いながら、そこにいる。

私の中での、静かな受け皿、のイメージはおそらくこんな感じだろうか。透明なガラスのボウルに水をはり、その人が吐きだす言葉を、そのまま受けとめる水面になる。出された言葉がその水面に映って、その人が話しながら自分のきもちに気づいていけるような、そんな聴き方を、いつもいつもはむずかしいけどできるだけしたい、って願っている。

また、こうも思う。誰かにまっすぐに聴かれる、という経験は、その人にとって、自分の存在が大切にされていると感じられることなんじゃないかと。その人の悲しみや痛みに、何も言えず何もできないけど、こちらがそんなふうに聴いている間だけでも、あなたというひとは大切な存在です、ってことが伝わったらうれしいなあ。

「今、自分がこんなきもちでいる、ということをわかってくれてる人がいる、と知ることで、きもちが少し楽になる。少し救われます」

ある人がふっと言ってくれたこの言葉は、「聴かれる」ということの意味を一つ、解きあかしてくれるヒントなのかもしれない。

聴くこと、からの贈りもの

その一方で、私にとって誰かを聴くということは、その人がこれまで生きてた人生の、ほんの一部分をわけてもらうこと。その人の、悲しかったり、うれしかったり、しんどかったり、しあわせだったり、不思議すぎたり、まるで奇跡だったり……した日々や年月や瞬間を、おすそわけいただくこと。

私のではない人生の一場面を、この人はそのように越えたのか、その年月をそんな想いしながらくぐりぬけてきたのか、その出来事にそんなふうに立ち向かったのか。私だったらとてもそのようにはできなかったろうな、越えられなかっただろうな。すごいなあ。美しいなあ。

ひとは決してそう強くもないけど、だからといってちっぽけなだけでも、弱いだけでもないんだ。

先に、聴くことは、聴く側の鏡をも育てること、と書いたけど、いろいろな人のものがたりを長年に渡って聴き続けてきたことは、さまざまな感情を私のなかに呼び起こし、そして私の想像力を育てた。

私は私を一回こっきりしか生きられないけど、たまたま、出逢いのスクランブル交差点みたいな紅茶の時間という場にずっといて、たくさんの人を聴き、一人ひとりから生きるエッセンスをわけてもらい、それを長年くり返してきたことで、私の人生の幅は前よりか、ちょっこしふくらんだような、自分を映し出す鏡が多面体になっていったような、そんな気がするのです。

若いころ、自己中の見本みたいだった私。一人よがりで、本当に狭いものさしでしか人を見てなかった。ものごとを深く考えることもあまりせず、地にまったく足がついてなくて、関心事は自分のごくごく身のまわりのことだけ。社会にも地球にも、まるで目が向かない私だったなあ。

他者を聴くことは、時として、さまざまな角度の鏡に映し出される、かつてのそんな私と遭遇することでもあった（うひゃ！と恥ずかしかった）。

だけど何より、私にとっての一番の大きな変化は、私の中の、兄に対する想いが、タマネギの薄皮をむくように徐々に変化していったことだ。

若くして突然自分から逝った兄のこと、なんでそんなことしたのよ、と何度も胸のうちで問いはしたけど、そのきもちに想いを馳せようとは、長い年月、私はしてこなかった。むしろ、蓋をしてきてた。

たくさんのきもち――しんどかったり、追いつめられたり、もう生きてなんかいたくない、いっそ、とまで思ってしまう、いろんな人のいろんなきもちを聴き続けてきて、ある日ふいに、はっとした。

お兄ちゃん、あのころ、いったいどんなきもちだったんだろう？　お兄ちゃんの話を聴いてくれる人って、ちゃんといたんだろうか？

それが、兄のきもちに近づきたい、少しでも理解したい、と思いはじめたとっかかりだった。そこからはじまった謎解きが、堂々巡りを何度もくり返したあげくにようやく、そうだ、もうやめよう、なんで？　なんで死んだの？　って問うふりをして、亡くなった兄を心の中で責め続けること、原因を追求すること、もう終わりにしよう、って思えるところまでたどり着けた。

ああ、たどり着けた、と感じた時、すごくすごくほっとした。私をそんなきもちにさせてくれたのは、間違いなく、たくさんの人が聴かせてくれた言葉であり、わけてくれた人生のpiecesだった。それってまさに、「聴く」ということからの贈りものだ。

その贈りもののおかげで、私はそれまで持ち上げる勇気のなかった重し石をはずし、蓋をあけて、兄の死についてはじめて、本当のきもちで義姉と語りあおう、と決心できたのだった。

夫をあそこまで追いつめてしまったのは自分なんだ、と姉が自分自身を責め続けて生きてること、私は知っていながらこわくて一度も話題にできずにいたけど、あの時はもう、不思議なくらい、こわくなかった。大切なのは、これまで気づかずにいた、ほんとうの気持ちを姉に伝えることだ、とはっきり思えていたから。

私はもう兄を責めていないこと、姉に対しても、もちろんかけらほども責めるきもちのないこと、むしろ、そんな重荷を長いこと一人で背負ってきた姉に、自分で自分をどうかもう赦してあげてほしい、と思ってること。

そして、私を中学3年の時からずっと育ててくれたことも、姉が、私の娘を本当の孫として愛してくれてることも、いくつありがとうを言っても足りないくらい感謝してること。

それまで言ってきたことも言えないできたことも丸ごと、まるでこころのたな卸しするみたいに、その時、姉に伝えられた。

兄が亡くなってから、実に40年たってはじめてかわせた、姉との魂の会話。涙とありがとうがごちゃまぜになったあの時間もまた確かな、聴くことの贈りもののつづき、だったのだと思う。

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第８話

水野　スウ

出前紅茶@クッキングハウス

東京調布のレストラン、クッキングハウスは、10数年前からずっと、私にとってのとくべつな“学校”だ。そこは、心の病気を体験した人たちが、仲間とごはんをつくり、一緒においしく食事することを通して、元気と自信をとりもどしていける場所。レストランにやって来たお客さんも、クッキングハウスのメンバーとともにコミュニケーションの練習ができる場所。

ランチの後、長居をして、対人関係を練習するSSTやサイコドラマの勉強会に参加して帰る、という人が少なくないけど、まさに私もその一人。週一オープンハウスの「紅茶の時間」を続ける中で、私自身もっとメンタルヘルスについて知らなきゃ、とすごく思ったし、コミュニケーションの学びを深める必要性も痛感して、この不思議なレストランに、石川からたびたび通うようになったのだった。

そうやって調布に通ううち、いつしか私が、クッキングハウスからお話の出前注文をいただくようになった。はじめて出前したのは8年前。この連載のタイトルでもある「きもちは、言葉をさがしている」という本を出した後、代表の松浦幸子さんから、メンバーやスタッフ、そしてお客様たちに新しい本のことを話してくださいね、とご注文を受けたことからだった。

以来毎年、今では恒例になった、4月の出前紅茶@クッキングハウス。昨年までのラインアップは、こんなふう。

・きもちは、言葉をさがしている
・憲法のおはなし①・憲法の主語は私たち編
・憲法のおはなし②・憲法改正もぎ国民投票編
・私のこころの旅
・「ほめ言葉のシャワー」から平和へ
・「ほめ言葉のシャワー」から春風のプレゼント
・「いのみら通信」の由来

4回目をのぞいて、話すテーマはすべて、松浦さんからのリクエストによるもの。本当になんて、

注文の多い料理店だ!(笑)って思うと同時に、「スウさん、次はこれでお願いします」と提示されるどのお題も、その時々の私の関心事を的確にとらえたものばかりで、松浦さんの目のつけどころというか、日ごろから私をちゃんと見てくださってるのが感じられてうれしく、いっそう、自分が今、語れることを誠実に身の丈で語ろう、と思えてくるのだ。

「ほめ言葉のシャワー」というのは、クッキングハウスの学びにヒントを得て、8年ほど前から自分なりに展開しているお話とワークショップのテーマのこと。

出前の最後に、「あなたが言われてうれしい言葉はなんですか」と問いかけて、その場のみなさんが出してくださった言葉たちがあまりにすてきだったので、娘との協働編集で、同名のちいさな冊子にもまとめた。

3年前の出前では、その「ほめ言葉のシャワー」と平和がどうつながっていくのか、というリクエストをいただいて、娘と私とでそれぞれに語った。

7回目に登場した「いのみら通信」。これは、チェルノブイリ原発事故の翌々年から今に至るまで、細ぼそと出し続けている手描きの個人通信の呼び名。その本名が、「いのちの未来に原発はいらない通信」というのを知っていた松浦さんから、3.11後の翌月の出前には、ぜひその通信の由来を聞きたい、とご注文をいただいたのだった。

さて、この春のお題は、「心の居場所の原点」。

今年で29年目の紅茶、この12月で満25周年を迎えるクッキングハウス。こちらがたまたま先にはじめていたとはいえ、紅茶は水曜の午後だけ、つまり週休6日の、ちっともはやっていない、ただあいている、というだけの場所で。クッキングハウスは週休1日の、全国からお客さんがみえる本物のレストランで、同時にメンバーさんたちの、職場で、居場所で、学びの場で、さらに訪問者の私たちにとっても、安心感や様ざまな気づきをプレゼントしてくれる場所で。

と、もとからとても同列になんて語れっこないのだけども、それでもどこか互いに共通するもの／ことがある、と松浦さんが感じてくださっての、たぶんこのお題なのだろうなあ。そう思いながら、私自身、それを探しにいくつもりで語り始めた。

居場所の原点、私にとっての

居場所の原点、と問われて、まっさきに思い浮かんだ一つの場所があった。

たくさんの人から、どうして紅茶の時間をはじめようと思ったの？と訊かれるたび、「一緒に子育てする仲間がほしくてね、ただそれだけの理由で」と、私はいつも同じ答え方をしてきた。それはそれできっとあってると思うのだけども、20数年ぶりに東京銀座のあるお店を訪ねて、そのお店の中に立った時、あ、ひょっとしたら、ここがはじまりだったのかも！　といきなり時計が逆回りしはじめた。一気によみがえってきた、40数年前の感情と記憶。あの頃の私にとって、あそこってほんとにとくべつな場所だったんだ。

中学2年から3年にかけての半年間に、母を亡くし、兄が自死し、その後しばらくの私は、自分の人生の中で一番、心があぶなっかしかった時代だ。

わが家だけがほかの家庭とまったく違って見えて、なんで？　なんで？　と、胸の中で、怒りながらうねりながら、叫び続けていた。だけどその、なんで？　は、学校でも家でも、表には決して出さない。その分、貯まっていくぐちゃぐちゃのきもちは、いつも紙の上に吐き出してた、鉛筆の芯が折れるほどの強さで。

今思えば、どのうちも違っているのが当たり前だし、またどの家庭にも外からは見えないそれぞれのブラックボックスがあるにきまっている。だけどあの頃の私に、そんなぐるりの風景は全然見えてなかったなあ。

私が高校1年生の時だったと思う。少し風変わりなところのあるボーイフレンドが、ある日、私を銀座の小さな画材屋さんに連れて行ってくれた。当時は帝国ホテルにほど近い、泰明小学校の真向

かいのビルの一角、ラッパのようなホルンのマークが目印の、そのお店だけがまわりとは明らかに違う空気。それが月光荘画材店だった。

天井からは貝殻やモビールや、麦わら菊や紅花のドライフラワーの花束がいくつもぶら下がり、床には、かつて海に浮かんでいた巨大なガラスの浮きだまや、蒸留水用だろうか濃い緑色の大きなガラス瓶、子どもならすっぽりはいりそうな花瓶、などがところ狭しと置かれていて、16の私は見るものすべてで目が☆になり、いっぺんでその場所に夢中になった。

絵の具や絵筆や鉛筆や画板や大中小サイズのスケッチブック、といった描く人のための必需品がずらりと並んだ横に、ちいさいドットのついた便せんやら、詩が添えられたポストカードやら、それに何より日記帖にうってつけの薄手のノートブックよりどりみどり！ 実際あの日以来、私の日記帖になった月光荘ノートは、どれだけその後の私のきもちの吸いとり紙になってくれたことだろう。

それからは一人でも、用などなくても、何も買わなくても、私は銀座のお店にあししげく通った。行くたびに、店主である、白髪ふさふさ頭の月光荘のおぢちゃんが、鼻眼鏡の奥からぎょろりと私を見つめて、「お〜、お前か、よく来た、よく来たな」と言っては、私を好きなだけそこで長居させてくれた。

今でこそ私は当たり前のように、場、とか、居場所、とか口にしている。けどあの頃はそんな概念も言葉も、まだ自分の中にはなかった、かけらほども。でもね、ふりかえれば確かにあそこは、まぎれもない私の「居場所」だったんだ。

月光荘のおぢちゃんがしてくれてたこと

学校という場で、私はだいぶ浮いていたと思う。水野さんって変わってるよね、とよく言われたし、実際まわりと違っていたし、自分でも相当ヘンかも、と思っていた。そういう私に、おぢちゃんはいつも、何度でも、お前はお前でいていいんだよ、というメッセージを直球で送ってくれていたことを思い出す。

まだ海のものとも山のものともわからない、たかだか15、6の女の子が、人生70年近くを生きてきたおぢちゃんから、ちっぽけな存在ながら丸ごと認められる。「おまいさんは、ほんとにおもしろいなあ〜、いい、いい」と、おぢちゃんがうなずきながら言ってくれるたび、へえー、こんな私だけど、私は私でいていいのかな、私にも何かきっといいとこがあるんかも……みたいなきもちにさせてもらえる、月光荘はいつもそんな場所だった。

ごくごく若い時期に、信じてもいいと思えるおとなに出逢い、そのひとからOKをもらえる、受け入れてもらえる。それがその子の中にどれほどのちからを育ててくれることか。長いこと紅茶の時間をしてきて、そのことの意味を今、痛いほど思う。

そうだったんだ、おぢちゃんは毎回毎回、ものすごいことを私にしてくれてたんだね。父とほぼ同い年の明治生まれ。父に対してははるかな距離感があったのに、このおぢちゃんとのへだたりのなさはいったい何だったのだろう。

やがてこのおぢちゃんが、日本の画壇の名だたる人たちからも信頼されている絵の具職人であり、与謝野晶子さんがお店の名付け親であるという月光荘画材店の、創業者＋店主であり、数々の伝説を持ってるひとだったことが徐々にわかってきたけど、おぢちゃんと私の距離はまったく変わることがなかった。

おぢちゃんのこと大好きだったから、お店のカタログづくりのお手伝いを頼まれることは何にもましてうれしかった。学生の時に自費出版でだしたはじめての詩集をお店においてもらえたことも、私にとってなんとおおきなご褒美だったろう。

でもほんとはもっと深い意味があったんだ。あの時期におぢちゃんと知りあえたこと、そのまんまの自分で居させてもらえて、来たい時にはまた来ようと思える、あの場所が私にあったこと。そのおかげで、私は、自分が一番私らしいと思える部分をずっと好きでい続けられたんじゃなかったろうか。

通っていた十代のころは漠然としかわかってなかったことを、おとなになった私が、月光荘の懐かしい空気の中に身を置いたとたん、確かなものとしてそう思えた。それと同時に、「紅茶」という場の原点の一つがここにあったことにも、あらためて気づかされたんだ。

次に渡す

私は紅茶で出逢う人たち、とりわけ若い人たちに、まだそのひと自身は知らないまま持っているとくべつなsomethingを、できるだけ伝えたい、ってずっと思ってきた。それって昔々に、少女だった私がおぢちゃんにしてもらってたことだったんだ。

月光荘おぢちゃんが亡くなってからもうずいぶんの年月がたつ。直接のありがとうはもう返しようがないけど、私がもらった分は、今とこれから先に出逢う次のひとたちに手渡しながら返してゆこう。pay it forward、他の誰かに違うかたちで先贈り、ってきっとこういうことなのかもしれないな、と今は思っている。

半世紀も前からの月光荘おぢちゃんとのご縁があったおかげで、「ほめ言葉のシャワー」の冊子も、現在、銀座のお店におかせていただいている。

昨年の夏はその月光荘のギャラリーに、親しい紅茶仲間が遺した「ちきゅう」キルトや「よだかの星」のキルトをかざり、娘が創ってきたこれまでの小冊子や紙もの雑貨をならべ、私は亡き友のキルトの前で原発を語る、という「つながる3人展」までひらくことができた。

何枚もの深い想いのキルトたちに囲まれたギャラリーの、「ちきゅう」キルトの前で、3.11後に思う原発のこと、いのちの未来に寄せる想いのこと、そして過去の、月光荘おぢちゃんとの出逢いのこと、、などを語りながら、私がはっきりと気づいたことがあった。それは、この「つながる3人展」が、実は3人だけじゃなかったんだね、ということ。目には見えない、けど確かな存在として、月光荘おぢちゃんともつながっての、これは「つながる4人展」だったんだ……と。

クッキングハウスに行ったわけ

そもそもどうして私がクッキングハウスに行こうと思ったのか。

それは、様ざまな悩みや不安をかかえて紅茶の時間にくる人たちの話を、知識も経験もあまりない私のようなものが聴き続けていて、はたしていいものかって、一時期、とても不安だったからだ。

このまんまじゃいつか、私は紅茶を嫌いになっちゃいそうだ。私がおだやかなきもちで紅茶を続けていくためには、私にとって何か依りどころになる、芯のようなものが、必要だったんだと思う。ちょうどそんな時期に松浦さんと出逢って、それからすぐに東京のクッキングハウスを訪ねたのだった。

松浦さんの、誰に対してもいつも変わらない、「よく来てくれましたね」と人を迎える態度、話の聴き方、受けとめ方、耳の傾け方、わたしメッセージのきもちの伝え方、松浦さんのその在り方を支えている信念のようなもの、などなど。クッキングハウスに通えば通うほど、私の中に不思議な安心感が育っていくのを感じた。

紅茶は紅茶なりに、続けていくことにきっと何かしら意味があるんだ。知識よりも技術よりも、まっすぐな耳で人を聴き、その人の存在・beを受けとめることを、はやらない紅茶だからこそ、もっと大切にしていけば、それでいいんじゃないか。まだまだ私に足りない経験は、紅茶の時間をそのきもちで続けていけば、きっと自然に積み重ねられていくもの。

そんなふうにだんだんと思えてきたのが、自分なりにわかった。そして少しずつ、聴くことが前ほど怖くなくなっていく自分を、紅茶の中で、仲間の中で、発見していった。

聴くことの贈りもの

私にとって誰かを聴くということは、その人がこれまで生きてた人生の物語を、ほんの少しおすそわけいただくことで、それは同時に、私を映す多面体の鏡を育て、また、私の想像力を育てるこ

とでもあった、と前回のマガジンに書いた。
そして実際、たくさんの、しんどいきもちや、もう生きていたくないという人たちのきもちを聴いてくる中で、ある日ふいに、私ははっとしたんだった。若くして死を選んでしまった兄はあの頃、いったいどんなきもちでいたのだろう、兄の話を聴いてくれる誰かが、心に寄り添ってくれる誰かが、あの頃の兄の近くに一人でもいたのだろうか、と。

十いくつかの少年だった兄を連れて父が、母と再婚し、私が生まれた。気が強くていつも前向きな母と、幼い頃に実母を亡くした、どちらかといえば内向き傾向の兄とは、なかなかそりがあわなかったらしい。
家の中には常に書生さんと呼ばれる他人がいて、父が面倒をみている、兄とは同い年の郷里のいとこも同居していて。後になってそのいとこから聞いた話では、はたちの頃の兄はよく、10日ほどふらっと家からいなくなっては戻ってくる、という短期家出をくりかえしていたみたいだ。
今はもう80歳になるいとこが、当時の水野の家をふりかえって、「あの家には、彼の居場所というものが、きっとどこにもなかったんでしょうねぇ……」と、哀しい目で言った時、私は胸がずきん、とした。兄にとってのあの頃のわが家の空気、というものが、いとこがふと口にした「居場所」という単語から、よりリアルに私にも想像できてしまって。

結婚して、家を出て、そこが兄の、居場所になるはずだったけど、結果としてはそうならなかった。幼すぎた私は、兄のきもちをほんのちょっとだってわかろうともせず、兄のしたことを、どうしてあんなことしたの？　なんで、なんで？　と問うふりをして、心の中でずっと責めてばかりいたなあ。
いろんな人の人生の物語を聴かせてもらってきて、やがて、私は兄のきもちがどんなだったか、遅ればせながら少しずつ想像するようになった。そのうちに、亡くなった兄を責めていつまでも赦そうとしない、そんな私でもういたくない、と思えてきた。だってそれは、亡くなった兄の存在・beを、認めずに否定し続けてることだし、亡き人に対してものすごく残酷なことじゃないか、と思えたから。

そこにやっとたどりつけたのは、間違いなく、たくさんの人が私にわけてくれた人生のpiecesのおかげだ。兄の死をそのように受けとめ直せたことは、「話す」よりもずっとbe的な行為に思える、「聴く」ことから私が受けとった、何よりの贈りものだった。
そんなきもちの過程を経て、兄の死後、40年も経ってからだったけど、私は義姉とはじめて、兄の死について語りあえた。その姉に対しても、どうかもう、これ以上自分を責めないでね、どうか自分を赦してあげてね、と心から伝えることができた。聴くことがいつまでも怖いままの私だったら、姉との、魂に響く対話なんてとうていありえなかった、と今でも確信している。

Wonderが、またまたいっぱい

この日のお話の出前紅茶「心の居場所の原点」@クッキングハウスは、実はまだまだ終わらないので、続きはまた次号で。でも、ここで閉じる前に、出前当日、こんなサプライズがあったことだけは、やっぱり書き記しておきたいなと思う。

私の話が終わったあとで、一番はじめに感想を言ってくださったのは、その日一番遠く、岩手からみえたというすてきな女の方だった。
この日はじめてレストランに来て一人でランチをし、今からお話会がありますからよろしければどうぞ、と初対面の松浦さんに声をかけられて、話の始まるぎりぎりの時間に、ほんとにたまたま、とびこみで参加してくださったのだ。
その彼女が言ったこと。「座ったとたん、もう涙、なみだ、でした。私が20代の時、おつきあいしていて結婚まで約束した恋人がいましたが、彼のお勤めしていたところが、今日のお話のはじめに出てきた月光荘だったんです。その彼が事故で亡くなってもうじき34年目、しかも明日は私の誕

生日。今日はまさしく、その彼に導かれてここに来たとしか思えません」

会場のクッキングハウスに、ええ〜〜！ って驚きの声があふれた。私も、聞いておもわず鳥肌が立った。こんなことが、こんなことって、あるんだろうか、でも、あるんだ、ほんとに、実際に、あるんだね。

いつもいつも思う。生きてることは、生きてくことは、不思議がいっぱいだ。

うれしいも悲しいもびっくりも素敵もなみだも感動も怒りも切なさも美しさも空も風も心も、

wonderがいっぱい、wonderでいっぱい。Wonderfulという言葉の持つ本来の意味は、きっとそこからきてる、と私は思っている。

そういう毎日毎日を、私たちは生きているんだ。そのことを、いつも以上に強烈に感じた、この日の出前紅茶@クッキングハウスだった。

ではでは、居場所の話の続きを、また次号で。

to be continued.

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第９話

水野　スウ

「心の居場所の原点」、前号からの続き

毎春、お話の出前に行く調布のレストラン、クッキングハウス。代表の松浦さんから、今年は「心の居場所の原点」というテーマでお願いしますね、というリクエストが出ていた。

私にとっての居場所の原点、と考えた時、まっさきに思い浮かんだのが、少女だった頃によく通った銀座の画材店だ。

店主のおぢちゃんが、いつどんな時の私も、まるごとのbeで受けとめてくれて、そのおかげで、こんな私にも何かいいとこがあるんかなあ、と漠然とした安心感みたいなものをいつも持ち帰れる、そんな場所だったのだと思う。

長いことそのことに無自覚だったけれどやっと数年前、私が週に一度、誰でもどうぞの「紅茶の時間」を30年近くひらき続けてることのおおもとは、実はあそこにあったんだ、と気づくことができた。

あらためて振り返ってみると、50いくつも年の違うあのおぢちゃんが、あの頃の私にしてくれてたようなことを、私は私なりに、紅茶をとおして出逢う別の人たちに、以来ずっとお返ししているのかもしれない、とも思うのだ。

クッキングハウスの春の出前ではそのあたりから語り始めて、私が紅茶の時間からうけとった「聴くことの贈りもの」や、40年ぶりに義姉とかわすことのできた魂の会話について語った。今回はその続きを。

私の心の旅

数年前、私の心はちょっと不思議な場所に旅をした。浦河のべてるの家にならって自己病名をつけるなら、「正義感のかたまり型エネルギー大量消費消耗疲労症候群」とでもいうのだろう。

がんばらないでいいよ、そのまんまでいいよ、身の丈がいいよ、が口癖の私が、あろうことか、「がんばります!」って大きな声で宣言して、文字通り身の丈以上にぐわんばってしまった結果だっ

た。と、今は冷静に分析できるけど、その渦中では、一体自分に何が起きちゃったのかわけもわからず、いい年をした私がおおいにうろたえた。

あの頃の私には、集中して考えたり、しっかり判断したり、たくさん記憶したり、外に出かけて人と会ったり、話したりすることが、いちいちとてもむずかしかった。

今にして思えばそれって、ひとに備わった大切な生命維持装置だったんだ。熊やリスやヤマネが体温を低くして、脈拍もいつもよりゆっくりになって冬を越すように、ひとにだって、時には冬眠して自分を保つことが必要な、人生の季節があるように思える。

そうやって休んでいれば、減ってしまったエネルギーはひとりでにたまってきて、また元気になってくるのかな？　それは人によりけり、疲れ度によりけり。現実にはなかなか、ってことのが多そうだ。

それってたぶんこういうことだろうか。手持ちの希少なこころ資源は、前と違う自分を、なんて情けない、恥ずかしい、みっともない、と責めることでどんどん減っていき、世間もそう思ってるに違いない、と不安や恐怖をふくらませることでさらに大量に消費され、あげく、傍目には何もしていないのに、実際には激しい一人ボクシングの連続で、ぐったり、へとへとに疲れてしまう。

まるごと受けとめられるということ

誰かがこんな状態のとき、まわりの人には一体何ができるだろう、って思う。きっとすごくむずかしいことだろうけど、一つには、自分でもわけわからん状態のそのひとを、そのまんま、こわいんならこわいんだ、不安なら不安なんだね、とまるごと受け入れる、受けとめる、ってことかもしれない。

それも、「ああ、このどうしようもない、何もできないでいる自分という人間が、いま確かに、このひとには、受け入れてもらえているのだ」とそのひと本人が実感できるような誠実さでもって、受け入れられている、ということが大事なんだ。

本当に幸いなことに、稀なことに、私はあの時、まさにそのように、受け入れられた。一番受け入れてほしい家族に、一度も責められず、舌打ちされず、呆れられず、おろおろもされず、無理に励まされもせずに。

心理学など一度も勉強したことのない夫が、なぜあの時期、あんなにも自然な態度で私に接することができていたのか、それはなかなか私にも解けないミステリーだった。

ずっと後になってから、どうしてあの時、あんなふうにできたのか、彼に尋ねてみたことがある。すると即、「そりゃぁやっぱり、紅茶でしょう」って謎かけみたいな答えが返ってきた。

早めに会社を退職してからの夫が、毎週の、主に女のひとが集まる紅茶の場に、まったく空気のように居て、いろいろな人の人生の物語を、聴き手としてではない少し離れた位置から、曼荼羅を眺めるようにずっと見聴きしてきたこと。

そういう彼の、彼なりに腑に落ちたことの一つが、どの人もみんな、一生懸命に生きてるんだな、悩みの何も無いって人もいなければ、どれが絶対正しくてどれが間違ってる、ってのもまたないんだなあ、というようなことだったらしい。

彼が、私にも不思議なくらいの自然さで、あの時期の私を受けとめていられたのは、おそらく彼のそういう発見のおかげだったのだろうな、とその時思えた。

あんしん貯金

それにしてもーーー。しんどい時は休めばいいよ、といつも人に言い、自分でもそう思っていて、なのになぜあの時期も、私は紅茶の時間を休まなかったのかなあ。

今日こそ誰も来ないだろう、と思いながらも、水曜日の1時になれば私はいつものように、ドアの外の、ちいさな紅茶の看板をひっくり返して、重たい気分ながら、わが家をあけた。そしてやはり、そこに誰かしらやって来た。

久しぶりに来て、いつもとちょっと違う私の様子にとまどった人も、いつも通り紅茶の場にいる、ふだんと変わらない夫の様子に少し安心したみたいだった。彼がそのようにそこに居てくれたおかげで、あの微妙な時期、仲間たちはまた次の紅茶に来ることができてたのかもしれない。

そのまんまのあなたでいいよ、そういうあなたが好きだよ。

そのことを、私は紅茶の時間でずっと言ってきた。その言葉を受けとった誰かれは、それをお土産に持ち帰る。と同時に、置いてもいくものらしい。

ある日の紅茶に来た誰かが、そうか、こういう私でもいいんだ、私にもいいとこあるんだ、とちょっとでも思ったら、そのひと一人分の、そこで感じた安心の空気はそのままそこに残っている。

また別の日、他の人が感じた安心空気もそこに残り、それらはいつのまに紅茶の場に貯まっていく。空気は伝染するものだから、紅茶にくる他の人たちも仲間に向かって、それでいいよ、それがいいよ、と互いによく言いあうようになって、もうずいぶんの年月になる。

仲間の一人は、そんな紅茶の空気のことを「ここにくると、いつもなんか上の方から、大丈夫だよ、それでいいんだよ、って声が降りてくるみたいな気がするんだ」と不思議な言い方で表現していた。

しんどい時期の私は、こんな私でもいい、なんてもちろん全然！ 思えてなかったけど、長年の「紅茶銀行不定期不定額あんしん貯金」は、紅茶という場の空気中に、利息分も含めてけっこう貯まっていたのだろう、少なくとも外の世界にいる時より、私はずっと楽に息ができた。

あとから思えば、その空気が「あんしん膜」とでもよびたいようなものをつくり、私を包み、保護してくれていたのだ。問いつめない、責めない、叱咤激励しない、一人ひとりのただそのまんま、を許す空気が、私を救ってくれていた。まるで相互循環の、再生可能エネルギーみたいに。

ああ、だから毎週の「紅茶の時間」を休もうと思いすらしなかったのだ。いつ頃からか私の暮らしの一部になってた紅茶は、それ以上に意味のある、私のよりどころにもなってくれていたのだった。おちこんで何にもできない自分にも、紅茶だけはまだある、場を開けられる私がいる、とあの時期思えていたのだろう。紅茶という場が、ほかならぬ誰より私にとっての、貴重な居場所になってくれていたんだった。

クッキングハウスの循環

その「あんしん貯金」の循環は、まさにクッキングハウスで、紅茶よりいっそう濃く起きているのだと思う。

ソーシャルワーカーの松浦幸子さんが、心の病気をした人たちと、病院ではなく地域でともに生きていきたいと、ワンルームマンションを借りて、一緒に食事をつくり、“おいしいね、から、元気になる場”クッキングハウスをはじめたのは1987年のこと。

松浦さんはその時代から、誰がどんな状態で来ようと、「よく来てくれましたね」と笑顔で迎えること、その人が今できているいいところを見つけたら、言葉にしてその人に伝えること、そうやって安心感をプレゼントすることを一番に心がけてきたという。

ずっとうつむいていたメンバーの誰かれが、いつからか顔をあげて、その表情に光がさしてくる時を、見逃さない。何かしてくれた時にさりげなくかける「ありがとう」を欠かさない。そういう何気ないほめ言葉のシャワーを、松浦さんは本当に長いこと続けてきての今、なのだろう。

ワンルームマンションからはじまった食事づくりの場は、やがて町なかの、アットホームな自然食レストランへと発展していった。

メンバーさんたちは、薬を服用しながら、ウエイトレスや、料理やお菓子作り、食器洗いなど、それぞれのできることをして、クッキングハウスで働く。そんなメンバーの働いてる姿がまたレス

トランに見えるお客の人たちに、あたたかな安心の空気を届けている。

ここでは食事を出すだけでなく、対人関係を練習するSSTや、サイコドラマ、心の健康講座、メンタルヘルス市民講座、市民大学といった、メンバーにも市民にもひらかれた様ざまな学びの機会がある。

それにくわえて、自分たちの歌づくりや本づくりの創作活動、絵画教室、コンサートや映画会、講演会などなど、福祉の文化を豊かに発信しつづけ、こころの問題を抱えて全国からやってくる人たちやご家族、レストランのお客さんたちと、それらを共有しあってきた。

メンタルヘルス市民講座で講師役をつとめるのはいつも、松浦さんと何人かのメンバーたちだ。うつ病の勉強会ではうつの当事者であるメンバーさんが、統合失調症の回にはやはり当事者である別のメンバーさんが、参加者の前で、自らの病気やリカバリーの道のりを自分の言葉で語る。

数年前には深刻で心配な状況だった彼／彼女が、こんなにも落ち着いて、自分の病気をひと前で語れるようになる日が来る。それをまぢかに見聞きできるって、今現在、悩み苦しんでいるご家族には、どんなに大きな安心だろう。それはメンバーたちからならではの、貴重なプレゼントだ。

はじめのうちこそ、もっぱら松浦さんからメンバーたちに贈られていた安心感は、やがてそれを受けとったメンバーたちからしだいに、クッキングハウスを訪ねるお客さんたちへと還元され、循環していく。

内からと外からと

居場所、という単語を聞くことが、以前にくらべて近ごろとても多くなった気がする。「居場所をつくりたい」「居場所をしています」「みんなの居場所、はじめましたから来てください」などなど。

そこを居場所だと、定義づけるものはいったい何だろう、って時々考えさせられる。

はじめから居場所と銘打った看板があるわけではむろんなく、代表や会長といった人が意図してつくるものでもなく、器があればそれでいいというものでもなく。

私が思うに、それは、そこにやってくる一人ひとりがその時々に、ああ、ここに居てなんだかここちいいな、私、ここにいてもいいみたいだ、ひょっとしてここって私の居場所かもしれない……と、それぞれ勝手に感じるものなんじゃないだろうか、ってことだ。

クッキングハウスで感じるここちよさは、中に居る人たちだけでつくられてはいない。そこがすばらしい、と行くたびに思う。

外からのお客さんたちが、ここに来て、松浦さんやメンバーやスタッフから、ようこそようこそ、来てくださってうれしい、どうぞゆっくりしていってくださいね、と笑顔で迎えられる。

ランチタイム以外に、誰にもオープンな講座がいくつもあるおかげで、参加者はメンバーたちのリカバリーの過程を実感できる。またそのお客さん自身が、松浦さんやその日のクッキングハウスで出逢った人たちから、あなたのままでいいんだよ、というメッセージをうけとって、その安心感をお土産に持ち帰る。と同時に、その人がその日、ほっと感じた空気をクッキングハウスに置いていく。

そうやって全国からみえるお客さんがそれぞれに残していった「クッキングハウス銀行・不定期不定額あんしん貯金」の預金総額は、それこそはんぱじゃないはずだ。

クッキングハウスで感じる安心感は、内と外の両者でつくりながら循環していく、相互作用のたまもの。お客さんの一人ひとりが、そうか、この自分も、クッキングハウスの安心をつくっている支え手の、確かな一人だったんだ、と知ることは、きっと大きな意味のあることだ。

クッキングハウスに満ちている安心感を、もしもあえて言葉にするなら、今日は来てくれてあり

がとう、そのまんまのあなたでいいよ、何々できる、のdo以前に、あなたがいま生きているというbeが、何より大事なんだよ、といった感覚だろうか。

その空気は、一人じゃ決してつくれないし、てっとり早くも製造できない。時間をかけて、たくさんの人の想いで醸造されてきたものなんだと思う。

「居場所」のリレー

紅茶の時間が、誰より私にとっての心の居場所であった、と数年前のできごとではっきり認識したこと。クッキングハウスの場の空気は、松浦さんだけでなく、メンバーもスタッフも、そしてお客さんも、その全員でつくっているものなんだ、ということ。

そんな話を聴いてもらった後で、参加者のみなさんがそれぞれに思う「居場所」や、その言葉から連想するもの／こと／場所を、なんでも自由に書いてみてください、と折り紙を渡してお願いする。場所がら、クッキングハウスという単語ばかり出てきそうな予感がするけど、その場合は、クッキングハウスの何が、どこが、と具体的な言葉もちょっと書き添えて。

みなさんが出してくれた、数十もの「居場所」を巡る言葉たち。この日はそれを一枚ずつ順に7人で読みあげていく「居場所のリレー」をした。

そうやってていねいに声に出していくと、どの言葉も、ほんとにそうだな、そうなんだねえ、とうなずける。居場所のイメージが豊かに広がっていく。

それはたとえば、こんな言葉たちだ。

みんなでご飯を作ってみんなで食べる場所／わが家のリビングのソファ／クッキングハウスでケーキを作っている時、野菜を刻んでいる時／本音で語りあえる、ほっとできるあたたかい場所／見守る空気／みんなでつくる場所／仲間がいるところ／何もしなくても、いていい場所／日だまりで好きな歌を聴いてる時／連れあいとワインを飲みながらよしなしごとをおしゃべりしてる時間／わが家のキッチン／ベッドにはいり冷えた足先を夫の足の間で暖める時／離れていても想いだせる場所／みんなと一緒にご飯を食べて、語りあっている時間／ぼろぼろになった私を、抱き起こしてくれた大好きな仲間のいるクッキングハウス／私が私でいられる場所／クッキングハウスのSSTやサイコドラマしてる時間が私の居場所／自然の中の、温泉に入ってる時間／恋人といる時間／wholeまるごと、そのまんまの自分でいられる場所／クッキングハウスのみんなと旅をして笑っている時／安心していられる場所／嫌だ、ダメだ、と思ってる自分のことを許せる場所／みんなとSSTを学んできもちをシェアしてる時間

クッキングハウスの集いの〆に歌われる「不思議なレストラン」というテーマソングがある。何度聞いても聞くたび胸に響いてくるこの歌の、歌詞の最後は、「♪不思議なレストラン　心の居場所　ここにいても　いいのですね」。

元気があってもなくても行ける場所、私はここにいてもいいのだ、と思える場所。歌いながら、そのまんまで受け入れられている自分の存在を確認できるようなこの歌詞、クッキングハウスを見事に言いえて、なんてシンボリック、といつも思う。

憲法13条やさしい日本語訳

おはなしの出前の最後に、この3年間は毎回、オリジナルのちいさな歌を歌わせてもらっている。

そんなだいそれたことをはじめたのもきっと、クッキングハウスに影響されたのだ。クッキングハウスの仲間たちが、歌をつくり、それを歌うことで、もっと自由に自分たちらしさを表現できるようになっていったこと、リアルに知っているから、私もつくって歌ってみよう、という勇気をもらえたのだと思う。

今年の歌のもとは、3年前のクッキングハウス

の出前で、「ほめ言葉のシャワーから平和へ」をテーマに母娘で語った時の、娘の語りがきっかけだった。

自分で自分をほめることや認めることの、超苦手な娘が、「ほめ言葉のシャワー」という冊子の編集をしながら、少しずつ気づいていったことがある。

何百と寄せられた一人ひとりの、自分に言ってあげたいほめ言葉を何度も読み返すうち、そうか、他の人たちもそうなように、自分にだっていろんなしんどいことがあったけど、よく今日まで生き抜いてきたじゃないか、それってほんとはすごいことなのかもしれない、と思えてきたのだという。

それなら、自分と似たようなこと感じてる人たちがこの冊子を手にした時、さびしい気持ちにならないようなものを作ろう、と冊子づくりの柱を決めて、編集作業にとりかかった。その想いは、コラムの最後に彼女が書いたこんな文章に表現されている。

———誰かと比べられたり、何かができることを強いられたり、絶えずやらなきゃいけないことに追われる日々の中に、今あなたが生きているのだとしても。

あなたがあなたであるという、その存在は、決して他の誰ともとりかえることはできません。

———生きることは、時に辛く、苦しく、涙すること。それでもあなたは、それをくぐり抜けて、今ここに生きている。息をしている。それがもう十分にすごいこと。

こんなふうに書いた娘が、クッキングハウスで平和について語ることになった時、たどりついたのがなぜか憲法13条だった。自分のことも相手のことも認めあおう、という「ほめ言葉のシャワー」の考え方が、実は憲法13条と重なっているんじゃないか、と思えてきたからだそうだ。

「すべて国民は、個人として尊重される。生命、自由および幸福追求に対する国民の権利については、公共の福祉に反しないかぎり、立法その他の国政の上で、最大の尊重を必要とする」

と書かれている13条が、娘の解釈によればこんなふうにも読める。

「自分を大切にする、ってことはちっともわがままなんかじゃない。なにもできなくても、個として生きていることそのものが、尊重されていいんだ。

“公共の福祉”は、私から切り離された場所にぽっかり浮いてるんではなくて、今この目に映る、あなたや、あの人や、この子の“大切さをないがしろにしない”ということじゃないだろうか。

60数年前は、一人ひとりよりもずっと、国という公が大切だった。生きたい、っていう当たり前の願いだって口に出せなかった。そういう時代があったからこそ、新しい憲法には、そうではないよと、私が大切なのと同じように、どの人も、とりかえのきかない大切な存在なのだよ、ということをわざわざ書きこんだんだ。13条は、それが一方通行ではないことの確認なんだ。

だから私は堂々と、私のこと大切、って思っていい。生きたいって願っていい。同じように、あの人もこの子も大切ってちゃんと認める。そうやって一人ひとりが自分をかけがえのない存在と思い、また相手のこともそう思うことなしには、平和なんてありえないんだ」

その上で、娘は13条にやさしい日本語訳をつけて、クッキングハウスの語りの中で朗読をした。

「わたしは　ほかの誰ともとりかえがきかない
わたしは　幸せを追い求めていい
わたしはわたしを　大切と思っていい
あなたもあなたを　大切と思っていい
その大切さは　行ったり来たり
でないと　平和は成り立たない」

♪ほかの誰とも

この一編の詩のような憲法の言葉は、3年前にはじめて聞いた時からとても心に残っていた。ひ

とがひととして、大切にされていない状況があまりに多すぎる。原発震災によって、それがいっそう明らかになってきている今だからなお、この13条を自分の身近に感じていたい、と思った。

　そうやって出来たのが、憲法13条をもとにした「ほかの誰とも」という歌だ。「心の居場所の原点」というテーマで語った後ならいっそう、この日の語りと歌はいろんな点できっと重なる気がして、出前の最後に歌わせてもらった。

　先のやさしい日本語訳の朗読からはじまり、続く歌詞はこんな言葉にした。

♪　誰とも　ほかの誰とも
　　とりかえっこできない
　　あなたが生まれたその時から
　　ひとつっきりのいのち
　　あなたが大切にされ　わたしも大切にされ
　　それが行ったり来たり　ともに生きること

　　誰もが　そう誰もが　幸せになるために
　　生まれて来たんだ
　　この星で　同じときを生きる
　　あなたはとくべつなひと
　　わたしもとくべつなひと
　　一人ひとりちがうことが
　　不思議ですてきなこと

　誰でも心が疲れた時に立ち寄れて、ほっとできるレストラン。一人ひとりが大切にされる場、市民の居場所にもなっているクッキングハウスのHPもどうぞのぞいてみてくださいね。

クックングハウスのHP
http://www.cookinghouse.jp/index.shtml

2012/8/20

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第 10 話

水野　スウ

わが家で週一のオープンハウス「紅茶の時間」をはじめてから、2012 年の 11 月で丸 29 年。文字通り、誰でもどうぞ、の場所なので、実に実にたくさんの人が通り過ぎていきました。

ふりかえればどの時代にも、印象的な登場人物さんがいて、紅茶という場に、意味深い彩りや、新しい気づきをつけ加えてくれていたなあ、と今あらためて、有り難く、想いだします。

人間スクランブル交差点のような、紅茶の時間にやってくる人たちは、割合からすれば、40 代から上のおんなの人たちが圧倒的に多いのだけど、そこに時折、若い人がまざることもあって。

今回は、そんな若者たち、S ちゃんと T くんの話を、少しばかりしようと思います。

S ちゃんのこと

同じ団地の同じ通り、わが家から歩いて 20 秒のとこに住んでる S ちゃん。最初は、当時、小学 5、6 年生だったお姉ちゃんが、近所の同級生たちと紅茶によく遊びに来ていたのです。今から 10 年余り前のこと。

そのお姉ちゃんが小学校を卒業する時、「中学に行ったらもうあんまり紅茶にこれないと思うけど、そのかわり、4 月からは妹が来るので、スウさん、よろしくお願いします」とあいさつされました。

その申し送り通り、4 月になると一人で紅茶にやってくるようになった S ちゃん、お姉ちゃんとは 6 つ違いの妹。これまで保育園に通っていたので、6 時に閉まる紅茶には一度も来たことがありませんでした。

両親がとも働きで核家族のおうちの子の多くは、小学校にあがると同時に校区の学童クラブに行くことになったろうから、S ちゃんにとって、来はじめの頃の紅茶は、いわば、週一の私設学童クラブ、のようなものだったかもしれません。

同じ団地に住む N さんは、子どもと遊ぶことにかけて天才みたいなおばちゃんで、紅茶に来る子どもたちの、いつも大の人気者。もとから顔見知りの S ちゃんも、このおばちゃんがめっちゃ大好

きで、Nさんが仕事の合間をぬって紅茶に顔をだすなり、もううれしくてうれしくて、毎週、遊んで遊んで、と、金魚のふん状態になってそのおばちゃんから離れようとしない。

根っから子ども好きのNさんなので、子どもと遊ぶのはそりゃ楽しい。だけどその一方で、紅茶は、彼女自身にとっても、他とはひときわ違う意味をもった場所だったようです。

多種多様な人との出逢いがあり、様々な本音の話に真剣に耳を傾け、そこからまた新しい自分を発見したり、等身大の自分を語ったり、と、いつもは家にこもって仕事している自分への、紅茶は、貴重なごほうび時間。

仕事が忙しくって、紅茶へも限られた時間しかいられない、という事情もあったNさんは、ある日の紅茶で思いきって、そんな自分のきもちをSちゃんに伝えました。

これって、双方にとって、とても大事な通過点だったんだろうな、と思う。Nさんは、相手がまだ小学一年生であっても、きちんと自分のきもちを伝えなきゃいけない、と思ったことで、あらためて紅茶と自分の距離について考え、紅茶が、自分にとって、ただおしゃべりするだけの場ではなくて、こころの栄養をくれる、とくべつな時間と場所であったことを、なお実感したみたいでした。

そしてまたSちゃんも、大好きなおばちゃんのこと、ここは独り占めできないとこなんだと知り、同時に、そのおばちゃんにとっての紅茶がどういう場所なのか、幼いなりに、ほんの少しだけど理解したんじゃなかったろうか、と思います。

紅茶な時間の過ごし方

それからもSちゃんは、相変わらず毎週の紅茶に、学校から帰るなりやってきたけど、見てるとほほえましいくらい、けなげに、徐々に、おばちゃんの金魚のふんじゃなくなっていきました。

おばちゃんを含め、おとなの私たちが真剣に話したり、誰かを聴いている時は、その場に居ながら、Sちゃんは静かにひとり遊びをしています。

そして人が少なくなる頃あいをみはからって、「ねー！紙芝居はじまるから、見てみて」と、お気に入りの紙芝居を木枠の舞台ごと引っぱりだしてきては、残ったおとなたちの前で演じてくれることもありました。

紅茶にくるとたいてい、まずは宿題をすまして、それから、紅茶の本棚にある好きな絵本を読んだり、話しかけてくるおとなからの、「紅茶にはいつも一人で来るの?」「この間もここで会ったね、覚えてる?」といった質問にもハキハキ応えては、しっかりしてるね、とほめられたり。時には同級生たちを何人か連れて来て、紅茶で子どもたちだけで遊ぶこともありました。

小学3､4年生の頃だったか、同じクラスの不登校の子と、ある時期は毎週のように紅茶で遊んでいた。学校に行ってる子と行ってない子が、なんとなく一緒に居られる、紅茶というゆるやかな空間。

なんで学校にこないの？　などと、その子に一度も訊かないあたりが、ここに来続けてるSちゃんならではの、紅茶な態度だったなあ、と思います。

こういう場所に不慣れなおとなは、わりとあれこれ尋問するけど、紅茶の仲間とよべる人たちは、あたらしくやって来る誰に対してもむやみやたらと質問しないこと。個人的なことは、その人その人が話したくなった時、自然と話しだすものなんだ、ということを、Sちゃんはきっとからだ感覚で知っていったのでしょう。

肩書きや、どこどこの所属、ということがいっさい問われない紅茶の場の空気を、彼女もいつのまに、いっぱい吸い込んでいたのだろうな、と思います。

「こころカード」

紅茶では、その時々の顔ぶれに応じて、「ところで、いきなりですが」と私が言いだし、簡単なワークショップのような、ゲームのような、非日常の時間が突然はじまる、ってことが結構あります。

そのワークショップを純粋に楽しみたくてする場合ももちろんあるけど、会話の流れが、噂話や、

誰かの個人攻撃に走りそうな気配のする時など、しばしばいくつかのゲームに、場の空気少々入れ替え係をしてもらうのです。

その中でも、とくにSちゃんのお気に入りなのが、「こころカード」ゲーム。

「心」という字がはいっている漢字一文字を、思いつく限り何枚でも、折り紙一枚に一つづつ、書き出していく。「優」「恋」「聴」「志」「思」「芯」「想」「愛」「慎」「憶」「慶」「怖」「葱」「快」「意」「情」、等など。

ほんの数人でしてもすぐ、その場に何十という漢字が並ぶ。その中から、今日の自分のきもちにあった漢字のカードを一つか二つ選んで、なぜそれを選んだのか、短く話す。

たったこれだけのことだけど、意外なほど、自分でも無意識だったその日のきもちにふっと気づいたり、発見したり、そこから会話がふくらんでいったりと、思わぬ場面に展開していくことが何度もありました。

ねっ、スウさん、今日もまた、こころカードしよう、しよう、と自分から言い、これまでに何回もしてきて、たぶんおとなの誰よりもたくさん、心のつく漢字を書き出せるようになったSちゃんが、ある日の「こころカード」で選んだ一枚は、「悲」という字でした。

「あのね、この間、おじいちゃんが死んだんだ。もう年だったんだけどさ、一緒に暮らしてなくてもさ、何だかやっぱりさ……。だから、今日はこの字にしてみた」

あ、今日のSちゃんはこのことが言いたかったのか。いつも明るくふるまっているSちゃんにしたら、いきなり自分から言うには少々戸惑いみたいなもんもあったかな、それでこころカードのちからを借りて、そのきもち、みんなの前でちょっと出したくなったのかもしれないな、って思った。

カードでキーワードを出せた後は、その場にいた数人のおとなたちが、Sちゃんの語るおじいちゃんの話に、ゆっくりと耳を傾けたのでした。

「ん」しりとり

彼女のもう一つのお気に入りゲームは、「ん」しりとり。

ふつうのしりとりなら、「ん」で終わる言葉を出した方が負けになるけど、「ん」しりとりは、「〜ん」ではじまって「〜ん」で終わる、いわばルールがさかさまのしりとりです。

例えば、新幹線 —— 専門 —— 問診 —— 心音 —— 温暖 —— だんだん畠のみかん —— 感心 —— 心臓のお医者さん —— サンタさん —— サンドイッチマン —— マンガ大好きどらえもん —— 問題解決本 —— ほんまは、あかんねん —— ねんころりん —— リンカーン、といった具合に続けていく。

このしりとりも、その日その時の顔ぶれで、繰り返し楽しんだゲームだけど、ある日の紅茶で、ちょうど「ん」しりとりしてる最中に、40代くらいの、うつむき加減の、はじめての男の人がやってきました。

一応ルールを説明してから「ん」しりとりに誘ってみたけど、どうやらその気はなさそう。一体何やってるんだ、ここはそもそもどういうとこだ、っていう顔で、ブスっとしたままそこに居て、紅茶を入れても黙ったまま会釈して、一口するだけでした。

Sちゃんやほかの人たちとしりとりを続けながら、私が「もうそろそろネタも切れたね、今日んとこはここまでにしようか」と言って、「千円」を区切りに、「ん」しりとりを終わろうとしたその時、これまでひと言も発しなかった、初紅茶の彼が、小声でぼそり、「えんしゅうりつはさんてんいちよん」。

‼「円周率は、3.14」そう言った彼に、うまい! っと拍手したら、はじめてその人は顔をあげて、ちょっとだけ笑いました。

翌週の紅茶に、その人がふたたびやって来た時すかさず、Sちゃんが「あ! 円周率さんだ!」高らかにうれしそうに、そう呼んだものだから、その瞬間、彼は思わず、自然な笑みを浮かべてしまった。

その日の紅茶がとりわけはやってなかったこと

も幸いしたんでしょう、紅茶を何杯もおかわりしながら、問わず語りに、彼はどろどろにたまっていた胸のうちをいっぱい語ってくれました。

大のおとなだって

時には重た苦しい空気になることもある紅茶のさまざまな場面で、私は何度、Sちゃんの存在に助けられたことだろうか、と思う。彼女は、きまって毎水曜日の何時間かを紅茶で過ごし、私たちの会話の中にはめったに入ってこないけど、その分、実にしっかりと私たちの話を聴いていました。

何もしなくていい、ただ、そこに居ていい、という紅茶の時間で、等身大の、素のままの、自分をさらけ出すおとなたちが、こんなにもたくさんいることを、Sちゃんは、何度も何度も目のあたりにしたはず。

見た目は立派な大のおとなが、いつも陽気にみえるあのお母さんが、美人のお姉さんが、学校の先生や看護師長さん、社長さん、それにお坊さんだって、時にはおちこんだり、悩んだり、しんどかったりすることがあるんだ。弱音をはいて、弱みを見せて、時には泣くことだってあるんだ。

ふつうの小学生にしたら、日ごろそうそう目にしないだろう場面に、Sちゃんは紅茶で何度も立ち会ったことになります。

Sちゃんに限らないけど、子どもとなんやかやおしゃべりしてると、その言葉のはしばしから、家族の風景や親ごさんの価値観、ご夫婦のかたち等など、時にとてもリアルに見えてきます。

「うちのお母さん、体育界系だからさ」とSちゃんが言うように、ガンバルも、根性も、気合いも、きっと嫌いじゃなさそうなお母さん。一時、スポーツクラブをやめたくなったこともあったけど、「言ったって、うちはどうせやめさせてもらえんからね〜」と、紅茶でこぼしたこともあったっけな。

だけどね、そういうきっぱりしたとこがまさにうちのお母さんなんだ、と彼女は十分わかっているんだよね。何より、お母さんを大好きなこと、こっちにだっていっぱい伝わってくるし、だからこそ親のことを、実によく見ているなぁ、って思う。

「お姉ちゃんとあたしと、子ども二人育てるのって、親ってほんとに大変だよねえ」なんて、ちょっとおとなな口調でSちゃんが言う時、その口調の中に、両親への感謝もいっぱい感じられるのです。

子どもの前で、おそらく弱さは見せないタイプの、Sちゃんのお母さん。でもそんなお母さんにだって、つらい時や泣きたい時も、きっとあったろう、あるんだろう。

Sちゃんは紅茶に来続けて、いろんなおとなたちの、等身大の姿も涙もたくさん見てきたことで、同年代の他の子たちよりは、はるかに豊かに、子どもには見せない両親の様々なこころ模様だって、想像することができたのじゃないかなあ、と思います。

中学校へ

小学校を卒業する時、Sちゃんは、私にすばらしい感謝状をくれました。そこに書かれていた私の肩書き（!笑）は、「紅茶の学校　校長先生」でした。

6年間、ほぼ皆勤賞だった彼女にとって、たしかに紅茶はもう一つの学校だったと思います。私の役職名が、校長の他にも、紅茶おかわりいれ係、みんなの話きく係、ゲーム係、といろいろ並んでいて、ああ、よかった、校長さん、って肩書きだけじゃなくって、と、そのあたりがとてもうれしかったです。

中学にいったら、部活もはじまり、お姉ちゃんがそうだったように、めったに紅茶にはこれなくなったSちゃん。それでも、学校が早く終わる水曜日、期末試験にはいった水曜日、台風で学校が臨時休校の水曜日、などにはきまって紅茶にやってきました。

実をいうと、Sちゃんが中学生になる時、失礼ながら、私はちょっと心配もしていた。何をしなくても、ただbeでいることがまったく赦されている紅茶は、たとえていえば、まるで温泉みたいに、

ゆるい場所。だけど、今どきの中学校は、もちろん全然、ゆるくない。

どの子どもも、小学生の時とは比べものにならないくらい、点数や結果といったdoを求められ、それによって評価されるのだろうな。そんな場では、Sちゃんのまっすぐな正義感や率直なものいいが、逆に彼女をつらくさせることもあるんじゃないか、なんて懸念が、なくはなかったのでした。

でもどうやら、それはあんまり私が心配しなくてもいいことだったみたい。Sちゃんは、現実の学校と、非日常の、いっときシェルター的な役割を持つ紅茶との違いを、6年間、紅茶に毎週通うことで、自ら充分に、学んでいたようでした。

高校へ、そして

「紅茶ってさぁ、家とも学校とも違う場所だよね、そしてなぜか不思議と、思ってることがすっと言葉になっていくとこなんだ。学校じゃ、こんなふうに絶対いえんもん」

ある日の紅茶でそう言ってくれたSちゃん。

今もたまに紅茶に顔をだしては、学校でのいやなこと、家では言えないお母さんへのぐちなど、ぽろりと口にすることで、また自分のきもちをリセットする、そんな技を彼女はもうしっかり身につけていました。その程よいバランス感覚を見ていると、ああ、この子ならどこに行っても生きていけそうだ、って思えてくるのでした。

Sちゃんは小学生の時から、大きくなったらマッサージする人になるんだ、いろんな人の肩こり治してあげたいんだ、と言ってました。大工しているお父さんの肩を、もんであげると、きもちいいなあ、上手だねえ、と何度も言われて、やがてそういう夢がふくらんだらしいです。

中学3年生時点で、背丈はもうとうに私を追い越したSちゃん。高校でもまたバレーボール部にはいって、背もさらに伸びた。

夏休みに久しぶりに来た時、高校卒業したら石川を出ちゃうかも知れんけど、結婚して子どもが生まれたら、その子つれて絶対くるからさ、スウさん、それまでずっと紅茶続けててよね、と真顔で言われました。

ひえ〜〜、そんなに長く続けられるかどうかわかんないけど、でもそう思ってもらえるのは、うれしいことだねえ、と返す私。

Sちゃんはこの春、高校3年生になります。マッサージする人、からもう少し具体的に目標が定まってきて、今は作業療法士になるための学校進学を、めざしているところです。

Tくんのこと

およそ20年も前になるでしょうか。「紅茶って、オレみたいなのが、行ってもいいとこながけ?」と富山弁で電話をかけてきた男の子がいます。

オレみたいな、の中味は、学校に行ってないオレ、という意味だったとわかり、彼にも、紅茶は誰でもどうぞな場所、なんだとわかり、以来、Mくんはわが家の紅茶にやってくるようになりました。一時期は毎週のように、それも富山から一時間半くらいかけて、自転車で。彼はその頃たしか、17,8歳だったと思います。

その2年くらい後だったか、Mくんが実行委員長になって、不登校を語るシンポジウムが富山大学で開かれました。パネラーの全員が不登校を体験している若者で、その一人が、Mくんより少し年下の、石川のTくん。

彼の話を聴くのは、私にはその日がはじめてだったけど、あ、そういえば、小学校の途中から学校に行ってない、という3兄弟妹が石川にいたんだった。その真ん中がこの彼なんだな、と話を聴いているうちにわかりました。

その後しばらくして、Mくんから電話がかかって。富山の時にパネラーの一人だったTくんが、今度は金沢でシンポジウムを開こうとしている。もしよかったら、その会のうちあわせを、スウさんちでさせてもらえないだろうか。そんな経緯があって、金沢でのシンポジウム実行委員会を何回か、わが家で集まってすることになりました。

「学校って何?」

小学5年生の時から中学と、ずっと不登校だっ

たＴくんは、その時、19歳。金沢の通信制高校に通っていて、Ｔくんの当時のガールフレンドがその高校と同じ場所にある進学校の生徒だったこともあって、彼には、通信制高校ともだちとふつう高校ともだちとの、両方がいたのです。

おそらくそんなつきあいの中から、学校に行っていようといまいと、どうやら誰にとっても「学校」は大きな存在で、問題で。それにそもそも、「学校」っていったい何なんだろう、と考える機会が、彼にはとりわけ多かったようでした。

そこで、金沢でのシンポジウムは、学校に行ってなかった子と学校に行ってる現役高校生、あわせて7人が、同じテーブルにつき、「学校って何？」をテーマに、パネルディスカッションでおおいに語りあおう、ということになりました。

なるほどねえ、確かに、不登校のシンポジウムというと、学校に行かなかった・行けなかった子が体験を話して、不登校の親たちや、不登校に関心のある先生とかおとなたちが聴きにきて、でも学校に行ってる子もその親も、そこにはめったに来ない、というのがこれまでのスタイル。

今回、若者たちがしかけようとしているこのシンポジウムは、その意味で、1998年時点では金沢にかつてなかった、新しい試みかもしれない。実行委員長のＴくんのそういう着眼点が、私にはとても新鮮でした。

このシンポジウムの宣伝を兼ねて、Ｔくんと一緒に、二人で金沢市内のいろんな学校をまわりました。19歳の実行委員長が熱く語るシンポジウム計画を、行った先々の高校の先生たちは、思った以上に関心を示して聴いてくれたようでした。

また、学校に向かう車の中で、いつもＴくんは私にいろいろと質問をし、私は私で思ったことを言い、また彼も感じたことを言い、その移動時間はまるで、車中二人紅茶のようでもありました。

若者たちのシンポジウム

当日は大きな会場に、何百人もの参加者。司会もパネラーもスタッフも、全員若者たち。弁護士さんや東京シューレ代表の方の対談に続いてはじまった、10代の7人によるパネルディスカッション。

テストは必要？からはじまって、「学校って何？」ってなに？／学校に行ってる・行ってないで線を引くことについて／いい不登校と悪い不登校ってあるの？／義務教育について／自分らしく／人生の目的、などなど。

まったく予定調和的でないディスカッションがすごくおもしろかったし、会場の親からの質問に対しては、子どもが学校に行かないことで、不安なのは子どもよりもむしろ親なんじゃないか、ってニュアンスでパネラーが即、切り返すあたり、私も親の一人として、リアルにはっと気づかせられる場面がたくさんありました。

ディスカッション、とってもよかったよ、せっかくだから冊子にまとめたらいいよ。そう言って、テープ起こしを申し出てくれるプロのおとながあらわれたことから、若者たちが編集してのなかなかにユニークな冊子、『学校って何？〜〜これが僕らの生きる道』も、ほどなく完成しました。

うちの本棚にあった、もう残り一冊となったその冊子を、今、10数年ぶりにめくってみたら、おしまいのページに、私はこんなふうに書いてます。

「自分たちでしたいことする時、元気はうちからわいてくるし、したくないことさせられたら元気なくなるのが（子どもだって、おとなだって）、はっきり見えた数ヶ月間でした。

石川・富山の若者たちが集まっての打ち合わせ会は、毎回、熱いパネルディスカッションそのもので、うん、こりゃ当日絶対おもしろいぞ！　と確かに予感したけど、当日は予想をはるかに越えてました。どのパネラーも自分の言葉を持ってたこと、違う意見にもきちんと耳傾けていたこと、この当たり前が、ほんとはすごいことなんだと思いました。

火の玉になっていろんな人との出逢いに飛び込んで行った実行委員長も、舞台に乗った人も乗らなかった人も、『学校って何？』にかかわったすべての人の、これは“成長のものがたり”です。まぜてくれてありがとう、私自身、とっても楽し

かった。」

このシンポジウムが大好評で、また、それを記録した冊子も思いのほか広く読まれて、一時、Tくんはあちこちからお声がかかったり、講演会で話す機会など、かなりふえたようでした。

シンポジウムに参加した人や、彼の話を聴いた人が紅茶にくることも結構あって、「不登校だったのに、Tくんってすごいねー」とか、「ああいう不登校ならいいわねえ」といった感想も時折、私の耳に聞こえてきます。

そのつど、私は、んん？　とひっかかりながら、ああ、こういうことか、学校に行ってる・行ってないの線引きのことや、いい不登校・わるい不登校という分け方やとらえ方など、ディスカッションで語りあわれたのって、まさにこういうことだったんだよなあ、と若い人たちが語ってた言葉の意味を、あらためてとらえ直すことが何度もありました。

不登校のヒーロー？

ちょうどそんな頃だったか、Tくんがふつうの紅茶の日にやってきて、だけど6時の、紅茶を閉める時刻になってもなかなか帰りにくそうにしていて。いったん玄関に出て帰りかけ、それからまた思い直したみたいに、「スウさん、聴いてもらいたいことがあるんだけども、まだいてもいいですか」って言って、もう一度、家にあがったのでした。

どうやらその頃の彼は、まわりから、まるで不登校のヒーローみたいに見られてる感が強かったようで、そのことへの違和感が、どんどん増殖していたのだろうと思います。顔立ちがジャニーズ系のかっこよさもあいまって、よけい、そんなふうに見られてしまってたのかもしれません。

その日、彼が私たち夫婦の前で少しずつ、ちょっとずつ、話してくれたのは、まずは、世間が勝手に抱くTくんに対するイメージと、彼が思うところの、自分自身の実像との、大きなギャップのことでした。

ほんとの自分はちっともすごくなんかないし、いつもきれいなこころでいるわけじゃないし、弱いとこも、ずるいきもちも、いっぱい持っている。だけど、そうじゃない部分ばかりいつのまに強調されて、なんかすごい人みたいにかん違いされて、そうじゃないっていっても、誰にも信じてもらえそうもなくて。

そうかぁ、そんなふうに感じてたんだ。それって確かに、しんどいし、キツいことだろうね、と思いながら、そういうことを本当に苦しいと感じる彼の、まっすぐすぎるほどの正直さに、ちょっとびっくりもしたのでした。

荷物をおろすと

黙って聴き続けている私に、彼はそれから、自分がいかに弱虫だったか、ずるい人間だったか、それをまるで証明しなきゃなりません、みたいな真剣さで、子どもの時からのいろんな話、親とのこと、兄妹とのこと、ともだちとのこと、つっかえつっかえ、汗をかきかき、顔を真っ赤にしながら（緊張すると、彼はすぐ赤くなるたちらしく）、必死に、なんと真夜中までかかって、語り続けたのでした。

全部語り終えて、ふう〜っと大きなため息をついた時、やっと、お茶でもいれようか、のど、乾いたでしょ、と言えたぐらいの、緊迫した空気の中に、私たちが居たこと、その時点で私もやっと気がつきました。

その瞬間に、彼の表情がいちどきにゆるんで、弛緩して、でれでれになって、とろけちゃいそうな顔になったこと、今でもはっきりと覚えています。全くジャニーズ系じゃなくなって、芯から解放された、のびやかな、なんとも子どもっぽい顔になっちゃった彼でした。

一人で抱えていた重たい荷物を、よいこらしょ！　って、おろし終えると、こんなふうにからだごと変化しちゃうこともあるんだ、と、ここまではっきり私に見せてくれた人って、彼がはじめてじゃなかったかな、と思います。

スウさんにこんなこと話したら、なんだ、そん

な人だったのか、とがっかりされて、軽蔑されるんじゃないか、嫌われるんじゃないか、とこわかった。だけどスウさんには、嘘をついたままの自分でいたくなかったんです。

どうしても話さなくちゃならなかった、というその理由が、私の前で自分をごまかしたくなかったからなんだ、とわかった時、なんとまあ、不器用で、だけど誠実なんだろう！　と、おとなの私の方こそ、胸がきゅっとしめつけられる想いがしました。

彼が必死に話した内容の一つ一つよりも、あの緊迫した数時間を、私たち夫婦と一緒にわかち持った、ということの方が、きっとずっと大きな意味があったんじゃないだろうか。あの時間は、Tくんにとっても私にとっても、その後の互いの関係性において、関所のような、越えなきゃいけなかった峠のような、大事な通過点だったんだな、と今でも思うのです。

不登校を誇りに

その後、Tくんは、東京で何年間か介助の仕事につき、やがてケアマネージャーの資格をとり、数年前に結婚して、今は関西で、自立生活センターの、介助者をとりまとめるコーディネーターとして働いています。

24時間の介助を必要とする人のかたわらにいて、時には言葉を持たない人に付き添い、寄り添い、身辺の生活の手助けをする仕事。ある利用者さんから、介助の仕事は、君の天職だねえ、と言われたことが、彼には心底、うれしかったらしい。そして彼自身、今はそう思っているようです。

何より、不登校をしていた経験が、介助者としての彼の仕事に、現在とても活かされている気がする、と、ある時、とてもうれしそうに話してくれました。

学校に行っていない、というだけで、まわりの人から、時に見下され、軽蔑され、差別され、ともだちから理不尽なことを言われ、自尊心をぐちゃぐちゃにされたこと。ともだちの親からも、うちの子とはもう遊ばないで、あの子も行かなくなると困るから、と言われたこと。

だけども、自分がそういう経験をしてきたがゆえに、彼は、重い障がいのある利用者さんとともにいる時、上から目線に立つことが、決してできない。そのことが、介助の仕事をするのに欠かせない大切なことの一つだと、彼はいつ頃からか、気づいたのだそうです。

あんなに苦しくてしんどかった、その渦中にはまったく“負”にしか思いようもなかった経験が、人生のどこかで、新しい意味を持って見事に反転する。そういうことが、生きている途中で、本当に起きるのですね。

支援センターにバイトではいってくる学生たちには、自分の不登校をよく自慢しちゃってるんです、なんて話す彼、不登校を誇りにすら感じてる彼は、いかにも彼らしい、いい人生を生きてるんだなあ、って、しみじみ思ったことでした。

名づけ親

Tくんが紅茶に来だしてから、はや15年余り。

私たち夫婦のありようや、娘と私の親子関係、家族のかたち、そのどれもこれも、紅茶に来はじめの頃の彼にとっては、ものすごいカルチャーショックだったらしい。

夫婦の、どっちが上でも下でもない、どなったり、命令したりもしない、たいらな、認めあう関係性。彼の目には、まさに不思議に映った、親子間、夫婦間の会話や空気。私たちにしたら何気ない日常のすがたが、その後の彼の、家族観や夫婦観に、おおきな影響をおよぼしたみたいです。

不登校をしていた子どもの頃は、死ぬことばかり考えていたという彼。将来、仕事をしている自分も、結婚する自分も、かけらほども想像することができなかった、というTくんが、今は、互いにその生き方を応援したいと思えるパートナーと出逢い、その彼女とあたらしい家族をつくり、その上、父親にもなりました。

実は、パートナーが妊娠数ヶ月目の頃、Tくんからある日、とても真剣なお願いごとをされたの

です。生まれてくる赤ちゃんの、名づけ親になってほしいという、よもや思いもしないリクエスト。

そんな重大な役目を、まさかまさか。だって名前という大事なものは、あなたたち両親か、本物のおじいちゃんかおばあちゃんがつけるものだよ、といったんはおことわりしたものの、Ｔくんが、「僕らの人生にとってとても大切なひとに、子どもの名前をつけてほしいんです」と本気で言ってること、彼のパートナーも同じように思っていること、二人が二人とも、私たち一家の存在を、おおきな意味での家族だと思ってくれてること……などを知った時、そうかぁ、こういう家族のありようもまた、この若い夫婦が独自に進化させていった、新しい家族観なのかもしれないな、と思いました。

親が名前を考えると、どうしたってその子にいろんな期待をこめすぎるだろうし、その子をどこか、自分たちの所有物みたいに思ってしまうことがあるかもしれない。何より、生まれてくる子には、たくさんのひとの間で、いろんな人との関わりの中で、育って行ってほしいと願ってるんです。

そう言われた時、とりわけ最後の、「ひとの間で」という言葉に、何かすとんと納得しました。そうだね、それが本来の「人間」、なのだものねえ。

というわけで、生まれて初めての、ゴッドマザー役を。

彼らの間に生まれてきてくれた女の子の名前は、良きことを想う ――想良、と書いて、そら。

木＋目と書く「相」の字は、生い茂った木を見ることで、木に象徴される自然から、ちからをもらう、という意味があるようで、その字に「心」がつくことでさらに、ひとを思いやる、という意味もくわわる。

そんな想いをこめ、どうか、良きことを想い、ひとを想い、しあわせなこころで生きられる子でありますように、と願っての、想良ちゃん。

私たち一家を、おおきな家族とみなしてくれてるＴくん夫婦。ちなみにうちの娘はすでに、想良ちゃんにとっての、血縁によらない“おばちゃん”なのだそうです。

想良ちゃんがいつか思春期をむかえて、両親に反抗して、時には家出なんかしたくなった時に駆け込める、シェルター的家出先を、今からいくつか確保しておきたい、というＴくんですが、まずは娘のところが、その家出先候補の第１号、なのですと。

通過点

誰かと出逢って、つきあいを続けていく中で、大切に思えるひとと私の間には、やっぱりいつも、見逃せない通過点があるんだなあ、とあらためて思います。

何をもって、その人を信じられるか。その人を大切な存在だと思えるか。どうやって、その通過ポイントを、ともに越えられるか。

Ｔくんとの場合ならまさしく、あの深夜にまでおよんだ彼の等身大のカミングアウトだったと思うし、私のこころに現在住んでくれている、他の誰かれを思い起こしてみても、やっぱり、その人その人、と私の間に、一つ一つ物語をはらんだ、通過点というものが、確かに存在しています。

出逢って何十年たとうと、最初の時から距離の変わらない人もいれば、ごくたまにしか逢えないけど、忘れられない出来事や事件といった重要な通過ポイントを共有して、いまだに強いつながりを感じられる人もいる。

その人が今生きている人であっても、この世にはもう居ない人であっても、ともにそのポイントを分けあって越えて来た人とは、この先もきっとずっとつながっていけるのだろうな……。そんなことを、この第10話を書き終えたたった今、ふっと感じました。

2012年11月25日

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第 11 話

水野　スウ

Kさんのこと

わが家の週１オープンハウス、「紅茶の時間」にやってくる人たちの中から、前回は2人の若い人のことを書きましたが、今回は私とほぼ同い年のお母さん、Kさんの話をしようと思います。

21年前、今の町に越してくるなり出逢って、それからよく紅茶にくるようになった、近くに住むKさん。逢ってすぐ、私はこの人のこときっと好きだな、と予感しました。

自分を少しも飾らず、感じたきもちを素直に言葉にするところや、話がおもしろくて一緒にいると楽しいところ、小さなうれしいこと見つけの名人なところ、等など、私がいいな、と思うところをいっぱい持ってそうな人だったからです。

そんなKさんのいいところを、私がその時どきに見つけて彼女に伝えると、Kさんは、え？　と意外そうにして、「いやぁ、私なんか……。だけどそう言われてみると、そんなとこ、私あるんかも」と半信半疑の顔で言っていました。

そのKさんが紅茶に来だして1、2ヶ月した頃だったか、他の人のいない紅茶の時間に、ちょっと真顔で私に言ったこと。

「あのぉ、私ってすごくヘンで、変わってて、常識はずれのとことか、たくさんあるらしいので、もしも失礼なこと、私が言ったり、したりしたら、その時は言ってね、教えてね」

そう聞いた私は、それこそ、Kさん、今日はヘンなこというなあ、って思った。その、ほかの人と同じじゃないとここそ、彼女のおもしろさで、楽しさで、すてきなとこなのにな、と出逢って以来、ずっと感じていたからです。

色とりどりな人たち

紅茶には、ほんとに多種多様の人がやってきます。――いい人に思われたくて無理してそうふるまう人や、緊張してなかなか話せない人や、ついついカッコつけた話をしてしまう人や、妙に謙遜しすぎ、逆に卑下しすぎの人、警戒心が強くて自

分を出さない人、自慢気な人、上から目線の人、等など。

でもそういう色とりどりな人たちが、かなりの割合で、紅茶になじんでくるにつれだんだんにほぐれて、守りの上着の脱ぎ、世間体のかざりをはずしていく過程を、私は何度となく目にしてきました。

一人ひとりそうやって脱いで、自然体になっていけばいくほど、その人がこれまで経験してきたことも、その人の持ってるいいところも、前よりもっとずっと見えて来て、へえ〜、この人にはこんな面もあんな面もあったのか、こんな感性持ってたのか、と発見し、初対面の時の印象がいい意味で裏切られる楽しみを、私はたくさん味わってきました。

思えばKさんには、そういうカッコつけたとこや、裏表や、バリアーというものが、最初からさらさらないなあ。ああ、だから私はこのお母さんにこんなに惹かれたんだ。

そんな彼女の存在が、紅茶に来だして間もないまだきもちの固い人にとって、どれほど気が楽になり、ほっとさせてもらえることだったろう。Kさんが紅茶の場によく居てくれることが、私にとってもおおいに助けられることだったのです。

そしてごく自然な流れで、紅茶仲間の間に、Kさんって、なんかいいよね、一緒にいると楽しい、ほっとするな、あのお母さん、好き、という人がふえていきました。

ぽろぽろ、大泣き涙

それからだいぶたったある日、Kさんが「あのね、スウさん、私が紅茶に行くようになって3ヶ月くらいした頃かなあ、紅茶からの帰り道、私、家までずっと泣きながら帰ったんだよ」と言うので、え、何かあった？　と訊くと、返って来たのがこんな答え。

「違う違う、何かあったんじゃなくてね、たぶんあの日、私やっと気づけたんだと思う。ああ、そうだったのか、私はこのまんまの私でよかったんや。これまで自分は、いったい何を気にしてたんやろ。私は私のままでいていい、これでいいんや。そう思ったらもううれしくてうれしくて、自分でもなぜかよくわからんかったけど、ぽろぽろぽろぽろ、泣きながら家まで帰ったんだよ」

突然の大泣きうれし涙のわけにびっくりしながら、私はいろいろと想いを巡らしました。

Kさんとつきあいはじめの頃、彼女が何度か、自分のおいたちについて話してくれたことがあります。

お母さんは、彼女を生んですぐに亡くなったこと。小学生の時に、お父さんも亡くしたこと。7人きょうだいの末っ子の彼女を、兄姉たちが親代わりになって、慈しんで、懸命に育ててくれたこと。お金はなかったけれど、家にあるものをうまく工夫してお兄さんがおもちゃをつくってくれたり、遊びを発明してくれたりしたこと。

彼女は、兄姉たちとのそんな暮しの中の、楽しかったひとこまひとこまを、今も実にあざやかに覚えています。そしておうちの経済的な事情から、彼女は中学を出るなり、都会の化粧品のお店に住み込みで働きだしました。

「でもね、自分が末っ子で幼すぎたせいか、貧しかったことを不幸だとかつらいとか、ちっとも思わなかったなあ。兄姉たちに囲まれて自分ら子どもだけで暮らすことを、おさな心にむしろ楽しいと、あのころ感じてた私もいるの」。

子ども時代のたからもの

子ども時代に味わった、楽しいうれしい時間はたからもの、その人のその後の人生の、生きるちからになる、とよくいわれるけど、Kさんの場合もまさにそうなのだろうなあ。

ちいさな妹が、お兄さんやお姉さんたちにどれほど愛されたか、大切にされたか、一緒に笑いあったか。私の惹かれる彼女の明るさ、くよくよしないおおらかさ、くったくのなさ、といったものが育まれたわけも、きっとそんなところにあった気がする。

Kさんがいきいきと語る子どもの頃の想い出話を聴くたび、こっちも大笑いしながら、やっぱり

そうなんだ、現実にそれは生きるちからとなって、彼女のその時代とその後を支え、はた目に大変な苦労に見えることでも、きっとなんとかなるさ、と乗り越えてきたんだなあ、と思ったものです。

常識のものさし

私からはそう思えるＫさんだけど、紅茶と出逢う前の彼女は、ご近所とのつきあいの中でくりかえし何度もこんなふうに言われてきたそうです。

「やっぱり親がいないって、ふつうの人と違うよね」「ふつう、みんなそんなことしないよ」「常識を教えるのは親やから、知らないのもしょうがないけど」「〇〇さんは変わってるからできる、自分ならそんなこと、ようできんわ」「世間はこうするものだよ。これが常識。しないのは変」

こうして並べてみるときつい言葉だけど、言う側に、意図した悪気はたぶんないのです。というか、世間体や常識を大事にする人たちのものさしではかると、そこからはずれたところがＫさんにはいっぱいあるように見える。そう思った人たちが、正しい方はこっちだよと、教えてあげているつもりだったかもしれません。

だけどもＫさんにしたら、あまりに度々そう言われてきたので、自分は、常識を知らない、普通と違う、どこか欠けたところのある人間なんだ、親を知らずに育った自分だから、やっぱり変なところがあっても仕方ないんだ、としっかり思いこんでいたらしいのです。

ああ、それであの時私に、ヘンなこと、失礼なこと、もし言ったら教えてね、と言ったんだ、とやっと私にも疑問符がとけました。

まるごとの私

私は自分のことを、かなり常識はずれに生きてきた人間だな、いわゆる世間のふつう、にはあまり縛られないタイプなんだろな、と思っています。

10代のころから、言うこと、すること、着るもの、興味あるもの、などに関して、水野さんって変わってるよね、とよく言われてきたけど、それを下向きにとらえないですんだのは、両親が私に、あれこれとダメ出しや干渉をしなかったことと、加えてもう一つ、母を亡くした後、15歳の時に出逢った銀座の画材店のおやじさんの影響が、ものすごく大きかったと思います。

当時ですでに70歳近かったおやじさんから、「スウや、お前はおもしろいなあ、ほんとにお前さんはおもしろい子だ」と、何度も心から言ってもらえていた、という稀な経験。

私のまるごとを、このおぢちゃんはそのまま認めてくれている。私が、人とは違うおもしろさを持っている、そのことこそ私のいいとこなんだ、という感覚をあの年齢で持てたことは、その後の私の人生の中で、私が、自分自身をあまり否定しないで生きてこれた、原泉の一つなんじゃないか、と今でも思っているからです。

「水野さんって、フリーに生きてますね、個性的だね、マイペースですね」思い返せば若い頃、よくそんな言葉も聞いたっけなあ。いま思うと、こういう言葉のいくつかは、とりようによれば必ずしもほめ言葉じゃなかったのかもしれません。

だけど当時の私はまだ人生経験も浅く、そこまで他人の言葉に気を回すほどは敏感でなく、その成り行きの結果として、今日まで、少数派であることをさほど怖れることもなく、なんとかこうして生きてこれちゃったのだなあ。

はからずもそうできた、その根っこのとこには、画材店のおぢちゃんが私に贈ってくれていた「お前さんはおもしろい」、そういう自分を信じていい、という漠然とした、でも私にとってはたしかな根拠と思えるものがあったんだ、とあらためて思うのです。

ひとをはかるものさし

ひとを、いったいどんなものさしではかるのか。いや、そもそも、ひとを、世の中の平均、というものさしにあてはめて、良い悪いの点数なんかつけれるものなのか、って度々思います。

長く紅茶の時間を続けてきて、言えるのはこういうことかな。

ひとって、ダメダメ視線——そこがダメだ、劣ってる、足りない、そこはこう直さなきゃ、正さなくちゃ、といったよくないとこ探しばかりの視線——にさらされている中では、元気は内からなかなか湧いてこないし、自分で自分を好きになることも、自分を認めることも、受け入れることも、自分らしく生きることだって、おそらく結構むずかしいことなんじゃないだろうか。

現に、私の目から見て、すてきなとこいっぱい持ってる、紅茶仲間にもファンの大勢いる、このKさんですら、足りないとこ、みなと違うとこ探しの視線にずっと囲まれているうち、自分には人間としての大切な何かが欠落しているんだ、とかなり本気で思いこんでいた、というか、思いこまされてしまっていた。そのことで、紅茶に来はじめの頃は、自分のどこかに引け目を感じていた彼女だったのでした。

ダイナミックな宙返り

いつも思うけど、その人のいいところって、そのひと本人にはなかなか見えない。誰かに見つけてもらって、それを少しずつ受け入れて、そのうち、自分も誰かのいいところを見つけて、また人から見つけられて。

そういったきもちのいい循環が、紅茶に来だしてしばらくしてから、Kさんの内と外で、ぐるぐるぐるとまわりだしたようでした。

ひとつのものさし、たとえば、世間や常識というメジャーからは外れてるとされた彼女が、紅茶ではもう当たり前の、バラエティ豊かなゆるい価値観の中で、まったく問題ないどころか、むしろ、杓子定規でない彼女のオープンマインドや率直なものいいが、魅力的なものになる、という反転のおもしろさ。

つまりKさんの感じていた引け目って、そのひと本人が努力して解決すべき問題ではなくって、これがふつう、みんなこうするもの、といった常識的な価値観のものさしに人をあてはめようとして起きた、言い換えるなら、その人をとりまく環境問題だったんだ。

Kさんの本来持っているよさが、紅茶の中でたくさんの人から発見され、その仲間たちから、彼女はお世辞でないほめ言葉のシャワーをいっぱいあびて、それがだんだんと貯金されていったのでしょう。

そしてそれがある時点で一定の量まで達した時、彼女の内側で、自分に対する価値観の、ダイナミックな宙返りが起きた。それが突然の、ぽろぽろのうれし涙の大泣きだったのだと思います。

そうとわかった時、そりゃあもう、Kさん、どんなにうれしかったろう、どんなに安心できたことだろう。

Kさんは今、前よりもっと紅茶にとってなくてはならない、大事な仲間の一人です。彼女は、紅茶に行くようになったことで、自分のいいところもいやなところも、両方見つけることができた、それがほんとによかった、と今だに何度でも私にそう言います。

そして、ご近所さんとのおつきあいも、ここがまた彼女のすてきなところだと思うけど、そのまま続いています。

その団地に越して来て以来、その人たちに子育て中もたくさんお世話になったし、その人たちのいいところもあらたに見つけられるようになったし、前ほどは、変わってる、と言われなくなったし、よしんば言われたとしても、以前のような、自分への悲しい思い方はもうしない自分がいることを、彼女はもう十分に承知しているのでした。

そのままのあなたで

今ふと思いついて、今回の文章の、Kさんのいいところを言い表す言葉を、ここにまとめて並べてみました。

自分をかざらないところ
感じたきもちを素直に言葉にするところ
小さなうれしいこと見つけの名人

ほかの人と同じじゃないとこ
話がおもしろい
カッコつけない
人に対する裏表やバリアーがないところ
一緒にいると楽しい
ほっとする
きもちの明るいところ
くよくよしないおおらかさ
くったくのなさ

読み返してみて、ちょっとおもしろいことに気づきます。これって全部、これができる、あれができる、といったdo的なほめ言葉じゃなくて、be的な認め言葉ばっかりだ。それはまた同時に、

そのままのあなたでいいのだよ
そういうあなたが好きなんだ
どこにも欠けてるところはないよ
まるごとのあなたが、いいんだ

と言ってるのと同じこと。

こういった、その人の存在そのものを認める、beの価値観の言葉がある一方で、みんなと違う、一緒じゃないとこがおかしい、という世間の枠を基準にした、足りないとこ探しの責め言葉や、そんなんじゃだめだ、がんばりが足りない、結果を出せ、といった、叱咤激励、成果主義的な、doの価値観の言葉も、ちまたにいっぱい過ぎるほど、あふれています。

doの価値観が強い人たちからすれば、そのままでいい、なんて一度でも言おうもんなら、その人のそのままを認めてしまったなら、なんにも努力をしない、ダメ人間があふれてしまう、とおそれてるのかもしれないけど、はたして本当にそうかな、と私はたびたび思うのです。

ここでもまた、宙返り

私のよく知っている若い人、Sさんは、もっと若い頃はもっとまじめで、四角四面の完璧主義さんでした。

たぶんそれゆえに、こんな自分じゃだめだ、もっと努力してみんなみたいにがんばらなくちゃ認めてもらえない、だからがんばるしかない、と思っていた時期が長くあって。

でもなぜかそう思えば思うほど、元気も意欲もまるで出てこなかったそうです。努力することにもう疲れ果てて、みんなと同じにはできない、情けない自分を自分でとことん認めて、受けいれて、そんな自分にできることからはじめよう、とハードルの低いところから歩き出したら、あれ、不思議だなあ、だんだんちからがついてきて、少しずつ元気も出てきたんだよ、と言っていました。

そうやって生きていたら、自分の弱さやみっともないとこ出しても大丈夫、と思える人と出逢った。その人から、そのままのあなたでいい、と言ってもらえたこと、そういうまるごとの自分を受け入れてもらえたことで、さらにSさんの中に安心のきもちがふえていき。

するとそれに比例するように、それまで自分なんかにできっこない、と思っていたいくつもの新しいことが、いつのまに出来るようになっていたり、知らずにいた自分のいいところを発見してもらったり、また自ら発見したり、と、いろんな変化が自分の内側から生まれてきたことを、実にうれしそうに話してくれました。

できないことを無理に努力してがんばるんじゃなくて、自分に今できるモノ・コトの中でせいいっぱいの努力をすれば、きっとそれでいいんだ、という自分なりの哲学を、悩みながらまわり道したその過程で、彼女は見つけていったようでした。

紅茶のKさんとまったく同じってわけじゃないけど、それと同質の、価値観の宙返りが、若いSさんの内にもやはり起きたのだなあ、と思います。

クッキングハウス25周年コンサート

話はかわって。昨年12月、東京調布でレストランをひらいている福祉の作業所、クッキングハウスの活動25周年記念コンサートに、家族で出

かけました。

こころの病気の当事者であるメンバーさんたちと、そこで働くスタッフ、そしてクッキングハウス代表でソーシャルワーカーの松浦幸子さんとが、3年もの年月をかけて自分たちで作詞作曲した歌、全16曲を自分たちで歌うという、それは実に画期的なコンサートでした。

広いホールを埋めた700人ものお客様の前で、メンバーさんたちが堂々と顔をあげて、全身で歌っている。その表情のなんと美しいこと、輝いていること。

聞いているうち、あったかい涙がひとりでにあふれてくる。勇気と希望が胸に満ちてくる。それは、歌詞の一つひとつ、どれも自分たちが経験した本当のこと、本物の言葉だからでしょう。

病気になって、たまらなく不安だったこと、怖かったこと、だけどクッキングハウスと出逢えて、仲間ができて、もうひとりぼっちじゃないと思えたこと。ご飯を一緒につくってみんなで食べたら、少し元気になれたこと ―― メンバーたちの体験してきた、それぞれのリカバリーへの道のりが、そのまんま歌詞になり、曲になり、歌になっていました。

♪そのままでいいのだよ

16曲の歌の中には、くり返し何度も登場するフレーズがありました。

♪そのままのあなたで、いいのです／♪いまのあなたをさらけだして　そのままでいいよ／♪病気のことは隠さなくてもいいのだよ　そのままのあなたでいいのだよ

病気になったことで、たくさんのdoなことができなくもなったろうメンバーさんたち、家族やまわりから、責めの視線やこころに刺さる言葉を、おそらくいっぱいあびても来たでしょう。

だから、そのままのあなたでいい、と一度や二度言われたって、すぐには信じられない。だけど何度も何度もこの言葉がくりかえされ、自分のことを仲間たちから受けとめてもらっているうちに、少しずつ、ほんとに少しずつ、その言葉を自分の中にいれていく。

病気になった自分を自分で受け入れて、病とも一緒に生きて行くためには、くりかえし、そのままでいいのだよ、の言葉を自らにも言っていくことも必要なのでしょう。

自分たちの苦しかった日々を歌にして表現することで、自らを励ます。それは一人ひとりの内にある、癒えるちから。そのちからが同時に、聴いている人たちをも励まして、希望と勇気を贈っている。コンサートの間中、広いホールいっぱいに、そういうあたたかな循環が起きていました。

doの土台にあるbe

がんばることも努力することも、人が生きていく上で、もちろん大事なdoです。だけど、その土台にあるbe――その人の存在そのものを認めることなしに、その人にできない努力を外側から強いるのって、どうなんだろう。

学校現場での、点数や優勝至上主義にしかみえない、体罰という名の暴力事件を見聞きする度、目に見えるdoだけを執拗に求めて、その人を暴力のちからや言葉でおさえこむ時、そこで踏みにじられているのは、ほかの誰ともとりかえがきかない、一人ひとりのbeなんだ、と思うのです。

最後にもう一度、今回はじめの方に登場してもらったKさんの言葉を。

「ひとは、自分のことを、これでいいんや……と思えたら、それまでの道のりや、それからのいろんな出来事も、出逢う人たちも、ゆるやかに認められて、幸せな気持ちになるんやね。そう思えたことが、私のこれまでの年月で、最高のハッピーです」

2013.2.25

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第12話

水野　スウ

西東京紅茶の時間ファイナル

週に一度、石川のわが家でひらく「紅茶の時間」があり、川越や川口や大津、といったいくつかの町で、そこに暮らす人たちが月に一度ひらいている「紅茶の時間」があり、そして、12年前に亡くなった姉のちいさな家でこの10年間、秋の二日間だけひらいてきた「西東京紅茶の時間」という場があります。

今年4月に、その「西東京紅茶」の最終回をしました。

といっても、家そのものがなくなってしまうわけではなく。娘とそのパートナーが、彼らのあたらしい暮らしをこの家ではじめることとなり、それなら彼らにバトンタッチをする前に、これまで西東京紅茶に来てくださった方たちにも、この家にも、区切りのごあいさつをする必要がありそうだな。

この家と、ここでの10年の歴史をふりかえりつつ、おうちのものがたりを語り、この場に感謝のワークショップをしよう、と思ったのです。

西東京紅茶のはじまり

姉がこの場所に家を建てたのは25年ほど前。姉が父を見送り、一人で暮らすには広すぎる水野の古い家を処分した後、この土地にささやかな家を建て、それ以後、この姉――続柄からいえば、私の兄の伴侶――の西東京の家が、いわば私の実家となった。

姉が亡くなった当初は、私が東京に用事で行った時に雨戸をあけ、風を通し、寝泊まりするのに使っていたけど、でもそれだけじゃ、姉もこの家も、なんだかさびしいなあ。

そう思った時、ならば年に一度、ここで紅茶をひらこう。そうしたらせめてその日だけでも、この家にあらたな風がはいり、紅茶ポットやティーカップが大活躍して、人の話し声や笑い声がにぎやかに行きかって、おうちだってきっとよろこんでくれるだろう。そんな思いつきからはじまった西東京紅茶だった。

川越や川口といった、すでに紅茶仲間のいるところに出かけていくのとも、主催者が定まってい

る場所へお話の出前に行くのとも違う、西東京紅茶の場合は、家が主催者になるという性格上、どんな人たちが集まってどんな時間になるやら、いつも前もってはまったく見当がつかない。

石川で開いている毎週の紅茶と似ているような、だけど毎回違うテーマをかかげてワークショップの参加者をつのるという点ではおおいに違っていて、いつだってその日その時、顔を合わせたまぜこぜな人たちで創り上げる一回こっきりの3時間が、姉の家のお茶室を舞台にくりひろげられるのだった。

毛布とハンテンとおうち物語

今回の西東京紅茶に集まってくださったのは、両日とも、まるで申しあわせたかのように、12名づつ。お座布団をくっつけて四角くすわったら、8畳のお茶室がぴったり満杯。その顔ぶれと組合わせは、まさにいちごいちえだ。

2日とも4月の中旬にしてはえらく冷える日で、古いエアコンをすでに取り外した姉のお茶室は、暖をとるものが何もなく、めちゃめちゃ寒い。

で、家中のハンテンと毛布を部屋にもちこみ、寒い人はコートを着たまま、どれでもお好きに、羽織ったり、お膝にかけたりしてくださいね、と。

はじめは遠慮がちだった人たちも、だんだん毛布をかけだした。足もくずせて楽ちんね、などと言いながら。後から写真を見ると、部屋の中でみんながみんな、毛布を膝にかけてる図が、かえってアットホームでいい感じ。

そんな空気の中で、まず私からすこし、このおうちの物語を語らせてもらった。

「この場所は、もともと兄夫婦が新婚時代の7年間をすごした土地です。だけど兄が自死した後、ほかに行きどころのなかった義姉は、この場所を離れて水野の家に入り、それからは、父の身のまわりの世話をし、母を亡くした中学生からの私の、母親がわりをしてくれました。

そして父を家で看取った後、姉はここにちいさな家をたて、一人で暮らしはじめたのです

姉と私がこの家で、兄の死についてはじめて語りあうことができたのは、兄が亡くなってから、なんと丸40年もたってのことでした。

兄の死後ずっと、姉が自分を責め続けながら生きてきたこと、父を最期まで世話する、という姉の固い決意も、それだけ兄への贖罪のきもちが大きかったからだということ、あえて口にはしないものの、私は十分にわかっていました。

だからこそ、姉に対して、責めるどころか今はもう感謝のきもちしかないことを、どうしても言葉にして伝えないわけにはいかない、とかなり前から思っていたのでした。

兄との間に子どものいなかった姉が、いきなり降ってわいたように、義理の妹の親代わりをすることになり、やっかいな思春期の娘に手こずりながらも、私を懸命に育ててくれたこと。

老いた父を家で看取ってくれたこと。

何より、私の娘を心からいとおしみ、本当の孫として愛してくれたこと（そのおかげで、娘は大好きな母方の祖母と、東京のお里を持つことができたのです）。

今ふりかえってみても、あの日の真剣な話しあいは、40年の時を経て姉妹でようやく交わすことのできた、魂の対話だったなあ、と思います。姉が病いに倒れて突然に逝ってしまったのが、その対話の日からわずか半年後のことだったから、なおのこと。

何十年も伝えられなかった感謝のきもちを最後にきちんと言葉で伝えられて、本当によかったなぁ、と今もくり返し思うのです。

姉と私の二人きりのそんなドラマが起こったこの家は、姉の死後、西東京紅茶をひらき続けてきたことで、姉をまったく知らない人たちにも、姉の生き方や暮らし方の何かほんの少し、を感じてもらえる場にもなっていったようで。

そんなわけで、私はこの家で「暮らした」ことは一度もないけれど、この家には特別の想いを抱いているんです。

この10年余り、主を持たなかった一軒の家が、新しい住み手を迎える前に、最終回の西東京紅茶の時間を集まった人たちとわかちあう。それが、

今回のファイナル紅茶をひらくことの意味、そして、このおうちへのありがとう、なのかな、と感じています」

私の語りの後のティータイムの時には、熱々の紅茶でお腹も暖まり、いっぱいしゃべったみんなの体温で部屋も暖まり、気づいたらもう誰も毛布をかけていませんでした。

つながり自己紹介

参加してくださったお一人一人に、今日、どうしてあなたはここにいるのですか、と問いかけての、つながり自己紹介。二日間の顔ぶれは、こんなふう。

まず何人かは、東京近辺の紅茶によく参加してくれるおなじみさんたち。愛知からきたSくは、。父が郷里出身の若者たちの育英会事業をしていたことから、古い水野の家の隣りで学生時代をすごし、娘のことは1歳半から知っている人。絹の靴下など、冷えとりグッズと雑貨のお店をひらいている人。

大学で、『ほめ言葉のシャワー』の授業を展開してくださった先生。クッキングハウス代表の松浦幸子さん、メンバーさん、スタッフ、クッキングハウスの勉強会やおはなし会でよく会う人たち。

この春、農学部を出て、山梨県庁で林業にかかわる仕事についた人。

去年、出前にうかがった東海村から駆けつけてくれた人。映画「シャル・ウィ・ダンス？」に出演していた女優さん。古い紅茶仲間で、転勤するたび、その地で紅茶の時間をひらいてきた人。

富山の小学校への出前で会った時は小学生、今はお母さんになってた若い人。夫の会社の先輩のおつれあいさん。紅茶っていったいどういうとこだろう、でもここでするのは最後、というので来ました、と、私も初めて会う人たち。

それから石川からの紅茶仲間、そして、娘とパートナーの彼も。

この、なんともバラバラな人たちが、不思議なつながりやそれぞれの理由から、この家にこの日、集まってきた。そういう12人の醸し出す、いちごいちえの感覚をからだに感じながら、このおうちとは別の、あるおうちの物語をみなさんに聴いてもらった。

A子の、おうち物語

今からもう10数年前のこと。中学の同級生だったA子と、久々のクラス会で再会してから、東京と石川の間を何度か便りが行き来した。

やがて彼女はがんを発病し、東京の友人たちには病気のことを知られたくないけど、あなたにとても逢いたい、できたら泊まりがけで家に来てほしい、という便りを何度かくれた。

田園調布のお屋敷のようなA子の家を訪ねた時、彼女の病気はもう相当に進行していて、あまり食もすすまないようだった。夕ご飯をすませた後は、おつれあいや息子さんたちが、私たちを二人だけにしてくれたので、彼女の寝室にほとんどこもりきりで、夜中、彼女の話に耳を傾けていた。

その晩に初めて知ったこと。彼女は子ども時代に母親からずっと虐待を受けていたのだ。言葉による暴力も、からだが受ける暴力も。私が彼女と出逢った中学生のころにも、その暴力は続いていたという。

「ねえ、紅茶の時間にも、あたしみたいな子、いる？　お母さんから愛されない子や、暴力を受けてた子、いる？」

ああ、いるなあ。一人ひとりの状況や虐待の中味は違っていても、母親から、産まなきゃよかった、とたびたび言われている子、たえず兄や姉と比べられる子、親の期待にそえず、言葉の暴力をふるわれている子。そして、子どものころ、心身に親からの傷を受け、今はとうに親になった大人たちとも、少なからず紅茶で出逢ってきたよ。

A子は自分が母親からされてきたことを、おそらく人には話さないできたのだろう。私がそんな子どもたち、大人たちを知っていると聞いて、どことなし、ほっとしたような、切ない表情を見せていたのを、今でもはっきりと思いだす。

それから半月ほどしてA子から届いた手紙に、

私はびっくりした。

あの夜、いっぱい話して、聴いてもらって、気づいたことがたくさんあった。その一つが、この家には、自分が母親からされてきたことの記憶がすみずみまでしみついている、ということ。

この部屋にもこの壁にもそれが刻まれてる。話しながら次々思い出したら、もうこれ以上、この家には住めない、こんな家に住んでたら病気だってもっと悪くなる、って確信した。だから、泊まってもらった翌日、家を探しにいって、小さいけれど陽当たりのいい、今の家に引越したよ、というのだ。

彼女の素早い行動力に驚いたけれど、裏返せば、そうせずにはいられないほどの歴史が、あの家にあったのだろう。ましてや、いのちの期限を感じていた彼女にしたら、ぐずぐずしてる間なんかなかったのかもしれない。

その後もう一度Ａ子に会いに、彼女の引越し先を訪ねた。病状はまた進んでいたけど、彼女は自分で探したちいさな古い家で、家族とのあたらしい生活をはじめていた。

近くに病院があって、往診してくれるドクターともつながって、いつどうなっても安心だよ。あの家と手が切れて本当によかった、だから今は晴れ晴れした気分だよ、と話してくれたのが、彼女とかわした最後の会話になった。

それぞれの場所へのラブレター

Ａ子の場合は特別としても、人は多かれ少なかれ、家や家族にしばられているのかもしれない。ましてや子どもの時は、自分で家も家族も選べない。圧力みたいな家もあれば、中には、空気みたいな家だってあるだろう。

いずれにしても、おうちって、実にいろんなものを内包してる場所だ。懐かしさや愛着、といった感情だけでは、決して語れないところ。愛も憎も、しきたりもしがらみも、重たさもいとしさも怖れも、やさしさや嫌悪だって、その中に含まれていそうな、複雑きわまりない空間なんだろうと思う。

私自身は、西東京紅茶を可能にしてくれた姉の家に、ありがとう、と、そして生まれ育った家にも、今なら素直にありがとう、と言える。でも参加している人の中には、家に対して手放しでそう思えるわけじゃない人だってきっといるだろうな。

なので、後半のワークショップは、「あなたが、ありがとう、と言いたいおうちか、または、あそこが私のこころのおうちかな、と思えるところ、たとえば誰かの家とか、お店とか、風景でもいい、そうおもえる場所への、感謝のお手紙をどうか書いてみてください」とお願いをした。

ラブレターの宛先

一人ひとりが書いた手紙の宛先は――

自分がつらかった時、寄り添い、守ってくれた、涙もいっぱい受けとめてくれた、長く一人暮らししていた時のマンションさん、というのもあれば、気分がもやもやする時に、おだやかな顔で包みこんでくれて、時には大きな声で叱りつけてもくれた、広い空とつながる近くの公園さん、もあり。

今は誰も住んでいないけど、かつてはにぎやかにお店をしていた、おじいちゃんおばあちゃんのお家へ。

住んでた時はちっとも好きじゃなかったけども、あのふしぎなつくりの家ゆえに、家族がすごくつながれた、と今になって気づく実家のおうちへ。

峠の茶屋みたいなカフェに。大好きな海辺に。

「行ってらっしゃい」と「お帰り」を毎日言ってくれて、ぐちも聴いてくれる、家族と暮らす我が家へ。

事情があって移転せざるを得なかったけど、そのおかげで今、お客様と一緒に大切な場を作っているな、と感じられてうれしい3軒目のお店へ。

震災で傷んでしまったことが、大好きな分、すごく悲しい、でも大切にしたい、今のおうちへ。

大きな宇宙の中のちいさな星の地球へ。

ラブレターをその場で朗読してくれる人もいた。そのまま読むのが気恥ずかしい人は、宛先と手紙のあらすじを、語ってくれたり。

思いがけず手に入れることができた、オンボロだけどはじめての私の家。はからずも少ししんどそうな息子たちの帰れるところにもなってくれた。

立派ではないけど、この家があってよかったな。そのことに手紙を書いてみて気づいた、という人。
母に対してのいろんなネガティブな想い、それを今も抱いているけど、思い浮かべた実家にはいつも花がいっぱい咲いていた。その花の世話をしていたのは、そうか、よく考えたらあの母だったんだなあ、と思い出した人。

2年前に最愛のおつれあいを亡くしたHさんは、
「彼女が、私はみんなの心の中で生きるから、お墓はいらない、と言ったので、お墓はないんです。だからもちろん彼女は、僕の心の中で生きている。ある時期まではそう思っていたけど、最近になって、いや？違うな、僕が、彼女の心の中に住まわせてもらっているんだ、という気がしてきて。
なので、彼女の心が、僕の家。だからこの手紙は、彼女にありがとう、と書きました」

西東京紅茶の時間へのラブレター

みなさんの書いたラブレターを教えてもらった後は、この場所が大好き、といつも言っていた紅茶常連のNさんが、私にメールで送ってくれたすてきなラブレターを、参加してるみんなで二行ずつ輪読した。

西東京紅茶の時間とこのおうちへ

もうこれで最後、というのは寂しいけれど、お姉さんのお家が娘さんたちに引き継がれていく、というのはとてもステキだなぁと思いました。
私は西東京紅茶の時間を過ごすことができて、本当に良かったと思っています。
西東京紅茶は、あのお家は、本当に優しい。心が穏やかになれる場です。
いつでしたか、お姉さんのお話をしていたら、お座布団がひとつ空いていた、ということもありました。ワンダーな場、ワンダーにあふれた時間でした。そして、本当に一期一会。毎回、違うのが楽しかったです。
と、書いていましたら、なんか、西東京紅茶さん（ちゃん、クン、氏？）に卒業証書をあげたくなりました。私たちも卒業（ふさわしい表現かどうかわからないけれど）するんだけど、あなたも卒業だね！って。
いつもひとり静かに建っているところへ、年に何回かスウさんがやって来て、雨戸や窓や全てのドアを開けてまわる。
そのうちの1回は、西東京紅茶なんて言って、知らない人がやって来る。
知らない人どうし、ぎこちなく始まり、そのうち泣く人がいたり、笑ったり歌ったり、
そしていつも紅茶を飲んで、ほんわか優しく穏やかになる。
何やってるの～？ってお家が言ってるかもしれない、と思いました。
また、こうも思いました。
西東京のお家は、何でも全てわかっているんだ。
「私は、ずっとここで見ていたから知っていますよ。」
これは、クッキングハウスでするサイコドラマの、守護天使のセリフです。
本当にそうなんですね！
あのお家は、スウさんのことも、いろんな思いを持って来てくれたみんなのことも、
ずっと見ていてくれたんだ、と気がつきました。
そういうふうに考えられると、気持ちがとても穏やかになりました。本当にありがとうございました。

放課後が終わらない

実は、一日目の紅茶は、ワークショップが終わっていったんお開きになってからも、話がどんどん深まって、紅茶の放課後はなかなか終わりそうになかった。
ひとは互いに、自分が日ごろから話したいと思ってるきもちを話し、また相手から聴きたいと思う話を聴いてる時って、双方ともすごく生き生きした表情になる。きもちが言葉と出逢っていく、その瞬間の感覚が、目の前の相手と自分の間を行ったり来たりする、濃い時間。
ああ、この時間、語り合いが、いっしゅんいちえだ、って思った。なので、いつもはしないこと

けど、ファイナル西東京だもの、と9時近くまで放課後紅茶を延長した。

居残り組は、愛知、甲府、東海村から来た人と、娘と彼と私。話の途中でお腹もすいてきた。その時出せる食事は、6人のお腹に全然足りない量だと知っていたけど、それをわけっこして一緒に夕ごはん。

そうそう、暖房がなくて毛布を出すことも、足りないごはんをみんなでシェアすることも、みっともないと思わずにできちゃうのは、やっぱり長く続けて来た紅茶のおかげだな、とその時思った。

かっこつけずそのまんま、ありのまんまの自分をひらく、という紅茶の理念は、こんなとこにも生きていたんだ。

Nさんから、再び

東京から戻ると、みんなで輪読したあのラブレターを書いたNさんが、またメールで感想を送ってくれた。

西東京紅茶 最終回に参加できて本当に良かったです。

昔風に言うと書生さん？が参加してくださって、お姉さんのお話を聞かせてくださったのも楽しかったですね。お姉さんは今はもういなくても、いつも参加してくださっているのだなぁ、と改めて思いました。

暖房なしで、みんなで毛布をかけて暖をとったのも、アウトドアみたいで楽しかったです。

西東京のお家への手紙を、みんなに読んでもらったこと、みんなでお家にお礼を言えたことが、なんとも嬉しかったです。

10年というのは一区切りつけるのにちょうど良い感じもしますし、一区切りつくことにより、私も他の人も、次のステップへ背中を押してもらえるのかもしれない、なんて思ったりもしました。

自分を責め続けて生きてきたお姉さん、スウさんと魂の会話をして、最期はきっと違う気持ちを持つことができたと思います。（そう信じたい。）

でも、もしまだ癒し足りないものがあったとしたら、10年間の西東京紅茶がその役割も担ってきたのでは、と思うのです。

毎回テーマは違ったけれど、どこか必ずお姉さんのお話もあって、お姉さんにお会いしたことのない私たちも、お姉さんの生き方に思いを馳せてきた。

スウさんが大好きで、西東京のお家が大好きで、癒されたくて、優しくなりたくて、穏やかになりたくて、そんな思いで集まった私たちは、お姉さんのことも癒して優しく穏やかにしてきたと思うよ。

だから、けじめとして、と言ってくださったスウさんの言葉に、私は今は賛成です。

西東京紅茶に出会えて本当に良かったです。

「でも、もしまだ癒し足りないものがあったとしたら――」の段落を読んだ時には、おもわず涙がこぼれた。

あの場と時間を、このように感じてくれた人が確かに居た、ということ。10年に渡ったあの家での紅茶の時間が、亡き姉を癒し、やさしく穏やかにもしてくれてきたのだとしたら、そこにこそ、きっと西東京紅茶の必然があったんだろう。

この夏からここで暮らしはじめる若い二人は、自分たちには、西東京紅茶ファイナルを見届ける義務と責任がある、という想いで、この日、参加していたのだそうだ（と、その日、彼らの言葉で言われて、ちょっとびっくりもしたけど）。

姉から結果的に私に譲られた家を、私は私なりのこんなかたちで引き継ぎ、それを今度は彼らにバトンタッチしていく。その意味で、ファイナルの二日間は、新旧の仲間たちにも立ち会ってもらっての、紅茶流おうちの引き継ぎ式でもあったんだと思う。

仲間たちからも、若い二人からも、たくさんのありがとうを受けとった姉の古い家に、私ももう一度、大きな声であらためての、ありがとう！を言わせてもらうね。

2013.5.25

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第13話

水野　スウ

30年目の「紅茶の時間」

週に一度、家をひらいての「紅茶の時間」は、今年でちょうど30年。だからといって、何かとくべつなことをしよう、とまったく思わないところが10年前の自分とは違うなあ、と感じています。

毎週必ず誰かしら来てくれたから続けてこられた、紅茶という場。とくべつなことは何もしていない、ということをしてる場所だけど、それこそが紅茶の身上なんじゃないか、と、ここ2、3年ますます思うようになりました。

常日ごろ、あれやこれやの“すべきこと”に追いまくられているような気のしている人たちが、ここへやって来て、何も要求されずに、そのまんまの私でいいんだ、って勝手に感じること、そういうきもちや空気を体験すること。それもまた、今の紅茶の役割の一つなんだろうな、と度々思います。

これまで紅茶の時間の周辺についていろいろ書いてきたけど、今回は、ふつう紅茶の記憶のアルバムから、その何頁かをふり返らせてくださいね。外から特別ゲストがくるわけでなし、ときめきのドラマがくりひろげられるわけでなし。それでも私にとって、紅茶は毎週おもしろい、そのあたりのことを。

紅茶一杯分のKさんの介護休暇

最も古い紅茶仲間の一人、Kさんとの出逢いは、紅茶をはじめる前。彼女がバスガイドの卵さんだった頃、その研修先でのことでした。

Kさんは結婚後、すぐに出産。ガイドの仕事をやめて、二人目が生まれる直前、というタイミングで紅茶がスタートして、それ以来の常連さんです。私に娘が生まれ、一緒に子育てする仲間がほしくてはじめたのが紅茶だったから、彼女と私、年は一まわり近く違えど、互いの子育て時代が、紅茶の歴史ともあわせてほぼ重なっている、というわけです。

舅、姑、小舅さんたちもいる大家族の中の、長

男のお嫁さんであるＫさん。ほかの家族は日中は家にいないとはいえ、幼子二人の子育てと大所帯の毎日の食事づくり。

持ち前の前向きの明るさと素直さで、彼女がその家族から愛されてることは話のはしばしからうかがえたけど、それにしてもこの若さでよくやってるなぁ！といつも感心していました。私にはとても出来そうもないことだったから、余計に。

その頃のことをＫさん、「じーちゃん、ばーちゃんにもよくしてもらってたけど、あの時期、週に一回、子連れで堂々と家をあけられる、家族公認の場所があるってこと、私にとって本当に救いだったんだよ」と言っていました。

子育てが一段落してからは、ばーちゃんに協力してもらいながら、Ｋさんは大好きなバスガイドの仕事に復帰して忙しくしていたそうです。当然紅茶へは足が遠のく、それでも何年かしてふっと、「やっぱり自分には紅茶が必要！って思ってん」と、彼女はいつの間に再び、旅のガイドをしない水曜日に、紅茶によく来るようになりました。

それからまた10数年がたち、舅さんであるじーちゃんの認知症がだいぶ進んでからだも弱って来た時、家族会議の上で出した結論は、施設でなく、できるかぎりこの家でじーちゃんを最期までみんなでみよう、でした。その中心になるのは、ばーちゃんとＫさんだけど、足りない所はヘルパーさん、地域で在宅医療を応援し、往診もしてくれるお医者さんに助けてもらいながら。

ガイドの仕事を入れず、じーちゃんの在宅介護に専念する日々のＫさん、それでも紅茶にはひんぱんに来ていました。介護の要支援度があがるにつれて、彼女の在・紅茶時間は短くなって、最終的にはほんの30分だけ。行き帰りの時間をふくめて、彼女が家をあけられる時間の長さが、文字通り、紅茶一杯分。彼女はそれを、「私の介護休暇」って呼んでいました。

それから数ヶ月後。ひさびさに紅茶に来たＫさんが、その日はなぜかずいぶん長居しています。

今日は長く居ても大丈夫なの？と訊いたら、Ｋさんは晴れ晴れとした顔で、「おかげさまで、じーちゃんを見送りました。いい最期やったよ」。

それからだいぶたった日の紅茶で、Ｋさんがしみじみと言ったこと。

「私ね、ほんとに紅茶があったから、やってこれてん。ここで一週間分のストレスをリセットしてね、よし、またがんばるぞ～。そうやってあの時期を乗り切れたんだよ」

ここに来れば、自分がせいいっぱいやっていることをよく承知してくれてる人たちがいる、ということ。それが、彼女にとってはこちらが思う以上の、大きな支えだったのかもしれません。

お茶一杯の介護休暇中のＫさんに、仲間の誰一人、がんばってね、なんてことさら言わないところがいかにも紅茶らしく、それもきっとうれしいことだったろうな、と思う。一杯のお茶の時間がこんなふうに誰かを、確かに救うこともある、そう気づかせてもらえたことに、こちらこそ、感謝、でした。

そうそう、介護中ですら水曜になると、「ばーちゃんが、今日は紅茶いかんでいいが、って言ってくれてた」そうな。そういう関係性を築いてこられた彼女がすごいなと思うし、家族の他のメンバーも次つぎ、介護の助っ人に巻きこんでいって、最終的には家族の誰もが、じーちゃんのお世話を自分もできた、と思えるようにしていったところが、なんともすばらしい。

そのことが、筆まめな彼女の介護日誌「じーちゃん日記」を読ませてもらってよくわかりました。じーちゃんの体調、したこと、言ったこと、ドクターの診察、ヘルパーさんのアドバイス、家族の応援、などを細かに綴った「じーちゃん日記」は、大学ノート６冊にもおよび、そのノートは今も、家族の介護が必要になってきた紅茶仲間の間を、ぐるぐるとまわっています。

Ｆくんの１年目のあいさつ

今からもう6、7年前の春。電話口から、「あの～、僕、紅茶に行きたいんですけど……」と若い男の子の、くぐもった声。

「はい、どの水曜日でも１時からあいてますよ。ちっともはやってなくて、特別なこと何もしてないけど、それでよければどうぞ」と言ったら、早くもその翌週にやってきたのがＦくんでした。ゲゲゲの鬼太郎みたいに、前髪長くたらしたヘアスタイルで。

幸か不幸か、そのお初の日に限って、紅茶はめちゃめちゃ大はやり、人でいっぱい。Ｆくんにしたら、私から聴いていた話と全然違うし、おおいにひと疲れもしたろうし、これに懲りてきっと彼はもう来ないだろう、と思っていたら、翌週もその翌週も、彼は紅茶があくと同時にやってくるようになりました。はじめは電車をのりついで、やがて、交通費が高くつくからと、途中からは50ccバイクに乗って１時間余りもかけて。

あいかわらず長い前髪で、ほとんどの時間うつむいている彼が、いったいどんな顔をしているのか、私にも初めのうちはよくわかりませんでした。あまり人と話さず、私とも必要最小限しか話さず、たとえたらまるで岩みたいに、じっとそこに居ることが多かったＦくん。

それでも、初訪問の日から半年目くらい、床屋さんに行ったとみえてこざっぱりした頭でやってきたその日、彼がとてもかわいい顔をしていることに、そしていい表情していることに、私ははじめて気がついたのでした。

たまにぽつり、と話す彼の言葉から、最初は、紅茶に来たら何かしてくれるだろう、というあわい期待を彼なりに抱いて来ていたらしい、ともわかりました。そりゃ残念だったねえ、紅茶って何にもしてくれないとこでしょ？と言ったら、はい、と苦笑してうなづいてた。

そう判明したにもかかわらず、彼は毎水曜日、変わらずこの場所にやって来ました。今何してるの？学生さん？と訊いてくる人のことが苦手な彼だったけど、しだいに免疫もついたのか、うまく避けるところは避けつつ、やがて私たち夫婦や顔なじみになったお母さんとなら、少しずつ話もするようになっていきました。

それから季節が一巡りした、ある日の紅茶。Ｆくんが、入って来るなりきちんと正座して、あらたまった口調でこう言ったのです。

「僕が紅茶に来だして、今日でちょうど一年経ちました。紅茶は、誰にも、来ちゃいけないと言えない場所なので、水野さんには迷惑だったと思うけど、僕をずっと居させてくれて、本当にありがとうございました。これからもよろしくお願いします」

びっくりしたと同時に、彼は今日、これを言うつもりで来たのか！って思ったら、思わず胸が熱くなりました。そして、紅茶の、彼なりのとらえ方、「誰にも来ちゃいけないと言えない場所」という言葉にも、はっとしたのです。確かに紅茶は、仲間たちのこころを傷つけたり、場の安心を脅かしたりする人でない限り、誰が来たっていい場所だものね。

「そっか〜。今日で一年！本当によく来続けたよね。すごいよ。私にはおそらくできないこと。だって誰も特別やさしくしてくれるわけじゃないし、ある意味、ほっとかれてる。そんな中ずうっと来続けたって、根性あるってことだもん。

迷惑じゃなかったけど、ちょっと困りはしたかな、だってあなたの期待に紅茶はこたえられそうにないし、いてもそう楽しくはなさそうだったもんね。だけど、髪を切ったあたりから、お母さんたちとも会話が続くようになってきたね。笑ったら、笑顔がとてもよかったね。

そういう変化を見せてくれたのがとてもうれしかった。だからこっちこそ、来てくれてありがとう、です」

てっきり、彼は不登校だったんだろう、と私は思っていたけれど、それは違っていました。とても無理しながら、学校には休まず行っていたそうです。そして大学へも行き、卒業もした。だけどその後の、社会に出る段になって、いろいろとむずかしくなってしまったようでした。

彼が何度も私に訊いたことは、

「コミュニケーションって練習すればうまくなりますか」

「練習したら、僕もふつうに人と話せるようになりますか」

彼が一年間紅茶に通い続けたのは、おそらく、紅茶が居心地よかったからではなくて、きっとほかに行く所がなかったから仕方なく、だったのだろうと思います。だけどその間、これといった練習はしなかったにもかかわらず、いつのまに、紅茶に来た人と、ふつうに会話をするようになっていった彼。

さらにはこんな発見もしていきました。

「悩んでるの、僕だけじゃなかったんですね」

「お母さんたちにも、いろんな悩みがあるんですね」

「いつも明るくて愉快なあのお母さん、あの人にもしんどい時があったんだ、ってはじめて知ってびっくりした」

黙って岩のようにただそこにいて、いろんな人のうれしい話、悲しい話を聴くだけだったあの時期も、それはそれで、彼がひととコミュニケーションをとるための助走がわりになっていたような気がします。

やがて彼はバイトをはじめて、紅茶で職場のぐちをいってはみんなで聴き、「あのきつい職場でもう半年たったんすよ〜」などと、誇らしそうに言ったりもするようになりました。

「この前、サポートステーションの人といろいろ話してたら、なんと3時間たってたんすよ」。

おー、雑談がそれだけ続くって、会話のキャッチボールができてるってことだよ、ずいびん進化したんだねえ。

めずらしい顔ぶれの人が集まった日の紅茶で、時に突然始まることのある自己紹介リレーも、前は大の苦手だったけど、いつのまに自然体で自分のことを語るようになっていました。

ここ数年は、彼なりの卒業時期を迎えたのか、彼が紅茶に顔を見せることはなくなりました。だけど、紅茶が彼の人生の一通過点だったように、どこにいようと、対ひとへの免疫を少しずつつけながら、彼なりのペースで歩いていってくれるといいなあ。それが、紅茶の家主のささやかな願いです。

Yさんの School of Life

Yさんが初めて紅茶に来たのは、「紅茶の時間」を金沢の小さなマンションではじめたばかりの頃、なので、もう30年近くも前のことになります。

だけどその当時は、すごく活動的なお母さんたちばかりそこに集まってるように思えて、彼女はなんだか気後れしてしまい、それからずっと紅茶には足が向かなかったそうです。

やがて風の便りに、紅茶が津幡に引越したことを聞いて、何年ぶりかに行ってみたら、前とは違う感じの“ふつうの”お母さんたちが来ていて、昔みたいに混んでなくて、これなら自分に向いてそうだと時々来るようになって以来、今ではすっかり紅茶のおなじみさんになりました。

果樹園をしている農家のお嫁さんなので、作業の忙しい時期には来られなくなるけど、それ以外の週は夕ごはんの支度に間にあうまでの数時間を、よく紅茶で過ごしています。

そんな彼女は、私がお話出前の旅先からもどった紅茶でいつも、ね、どうだった？よかったでしょうね、と尋ねてくれる。訊いてもらえると私も話しやすくて、思い出すまま語りだすのが毎度のこと。

ある時、「なんかここんとこもやもやしてたんだけど、その原因がわかったの！」ってYさんがうれしそうな顔で言いにきました。

今度行った時、きっとあの話を聴こう、あれはどうだったか知りたい、と楽しみに出かけるけど、たまたま、その日初めての人が来てたり、別の話題が先に出てたり、が重なって、ここ何回か分のお土産話を、ずっと聴きそびれてたこと思い出した。そうか、そのせいでもやもやしてたんだってわかって、ああ、すっきりした、と。

毎週のふつう紅茶で、いろんな不思議な人に出逢えること、仲間たちと本音でしゃべれることもだけど、それ以上に、家とは違う空間に週一回身を置くことが、自分にはとても大事なことだと年々わかってきた、とYさんは最近よく思うそうです。そして、まだ行ったことのない土地での紅

茶お土産話を聴くことも、それと同じくらい、自分の世界をひろげてくれる大切な機会だって気づいた、と言います。

ああ、そうだったんだね。日ごろ、舅姑さんたちと家にいることの多いＹさんにとって、お土産話は心がよろこぶごちそうみたいなものだったんだね。その話から、彼女が感じたり、学ぶこともたくさんあるのだって。

それは私にしてもおあいこでした。興味をもって聴いてくれる人がいるから語ることができる。語ることで私自身、その時々の出前先で学んできたことが整理され、深められて、自分のものになっていく。 学びのインプットとアウトプット。そういう相互作用のぐるぐるが、私にとっての貴重な学びなのです。

紅茶の時間のことを、私はつねづね、school of life, 人生の学校、と呼んでいるけど､Ｙさんにとっても私にとっても、紅茶が“学校”だと思うのは、つまりそういうことだったのでした。

お土産話のおすそわけ―映画「大丈夫。」

というわけで、その日の紅茶で、Ｙさんにしたお土産話を、ここでも少しおすそわけ。

「川越紅茶の時間」の13周年にあわせて、川越の仲間たちが実行委員会をたちあげ、1年半近くかけて準備してきた上映会、「大丈夫。～小児科医・細谷亮太の言葉」というドキュメンタリー映画のお話を。

□　□　□

映画がはじまって、最初に聴こえてきたのは、細谷先生の「私は、悲しい時に泣けなくなったら医者をやめるべきだと思っています」という言葉だった。

40年来、国際聖路加病院で小児がんの子どもたちを診てきている細谷先生。小児がんは、今では7,8割の子どもたちが治る病気になったそうだ。だけども、それでも見送らねばならない子どもたちがいることも、また本当のこと。

夏、子どもたちと一緒に行く北海道のキャンプは、もう15年続いているという。 病気のことを告知された時のきもちを、語る子ども。将来、何になりたい？と訊かれて、お医者さんになりたい、とか、ソーシャルワーカーになりたい、と応える子どもたち。

キャンプ以外にも、聖路加病院の診察室で、細谷先生が子どもにお話ししている場面や、細谷先生が山形のご実家の医院で診察している場面。映画のナレーターも兼ねる先生の、自然な声、語り口、そして何度も口にする「大丈夫。」の言葉。

場面が暗転し、映し出されるのは、その折々の細谷先生の俳句。それも先生の、やわらかな筆の字で。

「がんの子の　おはなし会に　鬼やんま」
「生キ死二の　はなしを子らに　油照」
（夏のじりじり暑い日のキャンプ場で）
「みとること　なりはひとして　冬の虹」
「悲しきときのみ　詩をたまふ神　雁渡」

あんまりにもつらくて、悲しいことが続くと医者をやめちゃおっか、って思いたくなる時、先生にだっておありだそうだ。

だけど、それではあまりに申し訳ない、なんとか続けて行こうと思う時、俳句が生まれてくる。そうやって悲しみの底からたちあがる俳句が、先生の生きていく知恵のひとつでもあるらしい。

入院している子どもたちと、先生はいつも、いいこと探しをする。

吐き気がなくてごはんたべれてよかったね／昨日より緑がきれいでよかったね／ 今日お母さんが来てくれてよかったね／ 点滴一回で入ってよかったね。

そうか、この先生も、ちいさなよかったを、一生懸命に探すのかあ。 いいこと探しをしてると、きもちが少しずつ元気になってくる、とも言ってらした。

毎日の暮しでも、紅茶でも、ちいさなよかったを、私も仲間も、いつも探してる。見つけたら、それを言葉にして伝えあう。
映画見るまでそうとは知らなかったけど、細谷先生と私たち、おんなじことしていたんだなあ、と、その場面が、とりわけうれしかった。

15年間が凝縮された、どの場面のどの言葉も、何気ないようでいて、一つひとつ、なんでこんなに心にしみるんだろ、響くんだろ。
「いのちを考えるときに、亡くなった人のことをベースにして考えると、本当によくわかりますよね」っていう先生の言葉を聴いた時に、あ、って思った。

細谷先生は病院で毎日、生きている子どもたちと向き合っている。だけどそれと同じか、もしくはそれ以上に、亡くなっていった子どもたちとも向き合っているんだ。
僕のこと、忘れないでね。いつも私のこと思いだしてね。もういなくなってしまった子どもたちから、そういうメッセージを確かに受けとっていると気づいてからは、もう医者をやめよう、って思わなくなった、という細谷先生。あの子たちを忘れない、ってことが僕のしごと、またそうすることで、僕自身も生かされている、と思うきもち。その哲学に裏打ちされているからこそ、医者という仕事を続けていけるのだろう。

――「大丈夫。」は、お祈りの言葉。
映画の最後に、この言葉がでてきた。映画をみてる間中、そう感じていたからなお、こころに響く。伊勢真一監督の編集も、ほんとにすばらしいドキュメンタリー映画だった。

上映後は、先生と監督による対談。こんな二人三脚トークを、もう150回もされてきているという。 すかさずインタビュー役の紅茶仲間が、「そんなにしてきて、いやになりません？」ってつっこんだら、楽しそうに笑いながらの、細谷先生のお返事がなんともすてき。
「いやになりませんねえ。それは、みなさんが紅茶の時間にいらっしゃるのと同じように、僕にとっての a kind of pleasure で」

お二人の息のあったかけあいトークを聴きながら、ああ、お医者さんが臨床以外の現場を持ってるって、なんて貴重なことだろう、と思った。
出逢った子どもたちから受けとったいのちのメッセージを、ライブでくり返し語れる場がある、ということ。語りながら、先生は何度もその子たちと再会するのだろう。そして、彼らのいのちを伝え続けていくこのしごとに、先生ご自身が、きっと何度も助けられたり、支えられたりしてきているのだろう。それがまた先生の、いま病院にいる子どもたちと向き合う、あらたな力になっているような気がした。

□ □ □

以上、映画「大丈夫。」からの、おすそわけお土産話でした。
「ふつう紅茶アルバム」の続きはまた次号で。

2013.8.24

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第14話

水野　スウ

満30歳の「紅茶の時間」

このマガジン原稿を書いている2013年11月、「紅茶の時間」はちょうど30歳になりました。それに関しての特別なことは何もしないつもり、と前号に書いた通り、大きな行事的なことは何もせず、あいも変わらず週一回わが家をあけて、そこにやってくる人たちとの静かな、時たまにぎやかな時間を、共有し続けています。

それでもやっぱり、おもしろくて不思議なドラマがその折々の時間内に生まれてきて、私は毎回、その第一目撃者になれる。というわけで前号にひき続き今回も、毎週のふつう紅茶の、記憶アルバムからの何コマかをご紹介します。

お正月の紅茶

毎年、新年はじまってすぐの紅茶の時間は、紅茶が一杯もでてこない、「お薄の時間」へと変身します。

同じ町に住むEさんから、「スウさん、一つお願いがあるんです。私、お抹茶が大好きで、家でも毎日のんでるんだけど、私の点てるお薄を紅茶のみなさんにものんでもらいたいので、年に一度でいいから、紅茶のお台所を私に貸してくれませんか」という申し出があったのは、今から18年前のこと。

翌年のお正月、紅茶に来た人みんなにYさんがお薄をふるまってくれて、それ以来、一度も欠かすことなく、新年の紅茶の時間が、お薄の時間になっているのです。お作法もとくになし、お代わり何杯でも、の実に気楽なお茶会です。

Eさんはフルタイムで働いているので、ふだんの紅茶に来れることはめったにありません。その日は前もってお休みをとり、お抹茶からお菓子から、お茶道具一式を用意してやって来て、午後いっぱい、わが家の台所でお薄を点ててくれます。時には人の出入りが多くて、紅茶の開店時間の5時間中、Eさん、台所にずっと立ちっぱなし、という年もありました。

私の紅茶における役割はだいたい3つあって、①紅茶のお変わり入れ係、②話を聴いてもらいたい人の、話を聴く係（紅茶がこみあっていて忙しい時をのぞく）、③ひとのいいところを見つけたら、それを言葉にしてその人に伝える係、だと思っているのだけど、この日は①の役割から完全にはずれさせてもらえるので、いつもならお客さんが見えるたび、新しい紅茶をいれにちょこちょこ席をたつところ、薪ストーブのまえにこっぽりと座ったまま、一年で一番、楽させてもらえる、私にとってはお正月休みのごほうびのような時間。その上、私の姉の遺したお抹茶碗も、この日は大活躍できる、というううれしいおまけつき。

お薄の時間が始まって何年目だったか、せめてお抹茶代だけでもお支払いした方がいいんじゃないか、と申し出たことがあったけど、即、彼女からこんな言葉が返ってきました。

「とんでもない。この日は年に一度の、とってもしあわせなきもちを味わえる、私の特別に大切な日なんです。私にとっての日常茶飯事を、みなさんがこんなによろこんでくれる、しかも私一人に、これだけいっぱいのありがとうを言ってもらえる日って、ふだんはないです。お金をいただくよりも、こっちのほうがずっとうれしいお礼です。なので、どうかこれからも続けさせてください、私がうれしくてうれしくて、勝手にしてる、紅茶のお台所占拠なんですから」

そう言われればたしかに、お薄の日は、彼女にむかって、ありがとうのシャワーの一年分が、新年の紅茶に来る誰かれから降り注ぐ日でもあるのでした。

そうかぁ、一杯のお茶が、差し出された人のきもちをあたためると同時に、差し出す側のきもちをも、しあわせにあたためる。そんな行ったり来たりがそこにあるから、おたがいにきもちよく、長続きしているのだなあ。そして、そういう場を提供している、紅茶なのだなあ。

今はもう11月。そろそろEさんが仕事帰りの遅い夕方ににちらりと紅茶によって、スウさん、来年のお薄の時間はこの日でいいでしょうか、と訊いてくるころです。

15年ぶりの紅茶

今はつくば市に住んでいるIちゃんから、ある日突然の電話。「もしもしスウさん、今度の水曜日って紅茶あいてる？私と、妹とその赤ちゃんと、つくばの友だちと、3人で紅茶に行こうと思ってるんだけど」

もちろんどうぞどうぞ。紅茶は元旦と大晦日以外の水曜なら、よほどのことがないかぎり、あいています。それを知ってる人は確かめることもせずに、いきなり来たりします。でもIちゃんはさすがに15年ぶりくらいなので、いちおう確認せずにはいられなかったのでしょう。

Iちゃんとはじめて逢った時、彼女は高校2年か3年だったか。この連載の第10話に登場した、不登校経験のあるTくんが実行委員長になって開催したシンポジウム「学校って何？」ー学校に行っている子と行かなかった経験を持つ10代の男女7人が、自分にとって学校って一体何だろう、と語りあったユニークなシンポジウムで、Iちゃんもその時のパネラーの一人でした。

その実行委員会のミーティング場所が私の家だったので、学校に行っているIちゃんたちの下校時間を待って、若い子たちがわが家に集まり、かんかんがくがく話しあってものごとを決めて行くのを、うしろから眺めている、というのが当時の私の立ち位置だったように記憶しています。

高校卒業後Iちゃんは、つくばにある大学に行き、介助の仕事につき、珈琲の焙煎を仕事にしているパートナーと出逢って結婚、現在に至る、というくらいしか、私は彼女のことを知りません。

一方、彼女は私の出しているいのみら通信の、ずっと購読者なので、私サイドの情報はおおまかにつかんでいて、新しい本が出たと知れば何気にメールで本を注文してくれたりします。今年の春のクッキングハウスへのお話の出前では、Iちゃんがつくばから参加していて、久しぶりに再会しました。

妹さんは京都から、生後２ヶ月の赤ちゃんを連れての帰省、とのこと。それぞれ遠くに住んでいる姉妹が、そろっていっとき石川にいるのは何でだろう、と思ったら、もともとは、100歳近いおばあちゃんのお誕生日をお祝いするためにみんなで集まろう、という計画だったもよう。けれどもおばあちゃんのお具合が今ちょっとよくないので、予定を早めて、ひい孫の顔も見せに、かつての家族が全員、金沢の家に集まることになった、そのタイミングのおつりで、紅茶にまで足を伸ばしてくれたのだとわかりました。

Ｉちゃんのつくばの友だち、静かなたたずまいのＫさんは、彼女から私の本を借りて読んで、どうしてもこの目で一度、紅茶の時間を見てみたい、その場に身をおいてみたい、そう思って、今回の旅の計画に合流したのだそうです。

聴けば、夫さんの設計事務所の一角で、カフェをひらいていた時期もあったとか。でも彼女がこれからしたいと思っていることは、場をひらく、ということよりも、人の話を聴く、ということ、聴くことのできる人になりたい、ということ。そしていつかは、人の話を聴くことのできる場がつくれたらいいな、とも考えているようでした。

紅茶にはこれまで、ずいぶん遠くからもいろんな知らない人が訪ねてきたけど、そんな一人一人が、紅茶から何をおみやげに持ち帰るのだろう、ということに私はいつもとても興味があります。

Ｋさんの願いは、場をひらくより先に、聴くということ、なのかぁ。

紅茶はもともと、一緒に子育てする仲間と出逢いたい、からごく単純にスタートした場だったわけだけど、そのすぐあとから、聴く、ということがずっとついてきて、それはものすごく奥が深いもので、私はいまだに修行中の身です。

けれども、いろんな人の話を聴く、という一見地味に思える行為から、私はさまざまな人の人生の貴重なおすそわけや、大切な贈りものをたくさん受けとらせてもらっている、といつも感じているので、この日はじめて逢ったつくばのＫさんが、聴くということからはじめたい、とふともらした言葉に、こころが惹かれました。

もしも彼女の希望がそういうことなら、特別なことは何にもしていない、この日のようなふつう紅茶にたまたま来あわせたってこと自体が、彼女の何かしらのおみやげになるのかもしれないね。

ちょうどそこにやってきたのが、連載の第10話にも登場してた、近所のＳちゃん。小学１年生の時からかかさず毎週、紅茶にきていた彼女も、今や高校３年生。部活もあって最近は、台風で休校になった時か、試験の時以外、めったに紅茶にこれません。

この日の彼女は、進路のことで何だかちょっと話をしたくて紅茶にきたらしい。中学時代は、マッサージする人になるんだ、と言ってた彼女だけど、高２の時の進路希望は、作業療法士、になっていました。

その彼女が、「今は理学療法士になりたいと思ってるんだけどさ、作業療法士の人はけっこうまわりにいるけど、あたしのなりたい方の、そんな話聴かせてくれる人ってあんまりいないんだよねえ」。

彼女がそう言ったとたん、つくばのＩちゃんが、「私ね、そういう学校出たんだよ」というので、15年ぶりのＩちゃんと、ほぼ1年ぶりに来たＳちゃんとの、紅茶でのシンクロニシティに、一堂びっくりしたのです。

早速、Ｓちゃんと、15歳余り年上のＩちゃんの、二人の会話が始まる。「でもね、どこを出たからって、何を勉強したかって、それだけで人生は決まんないもんだからね」というＩちゃんの大人なアドバイスに、うんうん、確かにそうだよねえ、と私も幾度もうなずきながら、同時に、いろんな人の卒業後の十人十色の生き方を思い浮かべて、ちょっぴり笑えたことでした。

聴くということからはじめたい、といったＫさん、私をいつかつくばに呼びたい由。こういう願いは持ちつづけてるときっとかなうものです。ささやかな願いを、その人が忘れさえしなければね。

夏休みの紅茶

夏休みにはいってすぐの紅茶の時間めがけて、滋賀県から親子３組、計９人が一台の車に乗り込んで、北陸道を走ってやってきました。

一昨年、去年、今年、これで3度目という、夏休み最初の水曜日の紅茶訪問ツアー。はじめて来た時は小学生だった最年長の男の子は、もう中学３年生になっていました。

小４から中３まで、６人の子たちは、去年と同じように子どもたちだけでかたまって、紅茶の居間の床にねそべったり、トランプしたり、てんでんにしつつもなにやらとても楽しそうです。

今どきめずらしいくらい、誰も個々の指遊び（と私が呼んでる、携帯やスマホいじりのこと）はせずに、そこに一緒に居る時間、をあじわっている子どもたち。木に興味がありそうな男の子がいたので、さりげなくそこに夫がはいっていって、手動の穴開けドリルやのこぎりの使い方を教えて、ミニ工作の時間もいつのまに始まったりしていました。

滋賀のお母さんの一人は、今はパートで働いているけれど、いつか家でカフェみたいなこと、というよりは、紅茶のようなことをはじめてみたい、とずっと思っているんだそう。一緒に活動してる仲間たちと、こうして何度も紅茶にくるのもそのためなのだと、この日、私も知りました。

実は滋賀の親子組がやって来た日には、この春から専門学校生になったＭちゃんが先客で来ていました。彼女は高校生の時、学校に行きにくい一時期があって、紅茶へはいつもお母さんと二人で、カウンセリングの帰りに来ていたのです。そのＭちゃんが、一人でやってきたのは、この日がはじめてでした。

２年前の、紅茶に来始めたころのＭちゃんには、彼女のまわりに、薄いけど固いついたてがある感じで、その中で必死に自分自身を保って立っているように見えました。何ヶ月かたつうち、その緊張バリアが少しゆるんで、のびやかな笑顔をときおり見せたり、よくしゃべるようにもなって、私との距離もだいぶん近くなっていったかな。

その後しばらく顔を見ないなあ、と思っていたら、次に会えたのは、彼女が高校を卒業する時でした。今までしょっていた重たいものを振り払うことができたのか、何か吹っ切れたみたい、スキッと軽やかな顔で、お母さんと二人してあいさつに来てくれました。

とはいえその時も、まだあんまり話らしい話は、何も語ってなかったように思う。お母さんのこと、大好きなの、というＭちゃん。親子でよく、いろんな話をいつもしてるという。話もよく聴いてもらえてるみたいだ。でもそれとは別に、一人で来てこそ話せることも、感じることも、きっとあるでしょう。

高校時代、生きることの意味に真剣に悩んで、もがき苦しんでいた日々のことを、一人でやってきたこの夏の日はずいぶんはっきりと言葉にしてくれて、そのほとんどが、私もはじめて聴く、彼女のきもちでした。

きもちはいつだって、それを表現するのにぴったりな言葉を探そう、見つけだそう、としてるんだと思う。Ｍちゃんの場合は、その感性が鋭ければ鋭い分、他の人は楽にスルーしてしまうことでも感じとってしまうことがいっぱいありすぎて、余計にしんどかったのかもしれない。感度のよすぎるアンテナを持つ子どものきもちに、たいていの親はなかなかついていけないものだと思うから。

混沌ぐちゃぐちゃのきもちを自分の中で整理し直し、当時のきもちにフィットしそうな言葉探しの作業を、高校時代ずっとくりかえしてきたのだろうな、と想像できました。

そうやって見つけだした言葉を他者に語れるようになるまでには、そこからさらなる時間もきっと必要だったのでしょう。

この日の紅茶はその意味で、今の時点での彼女のきもちを聴くのにちょうどいい、安心な受け皿になりました。ちっともはやっていない紅茶に感謝するのは、こんな時です。

そこに滋賀からの親子組が、９人でやってきたのでした。

３人のお母さんは、その日はじめて逢った一人

の女の子が、自分のしんどく、苦しかった時のきもちを真剣に、でも不思議と目をきらきらさせながら語っている場面に、幸運にも遭遇した、というわけです。

特に私から何も言わなくても、お母さんたちが彼女のきもちをまっすぐに聴く時間を、その場で共有してくれたこと、とても有り難かった。聴こうとするきもちのない大人がそこに一人でもいたら、彼女はきっとそれ以上話を続けなかったでしょうから。

紅茶の時間の中にできた、二つの島。6人の子どもたちのいるかたまりと、6人の大人たちのいるかたまりとが、どちらも邪魔しあわず、それぞれ自分たちの島のできごとに集中していました。

おとなのうちわけは、40代の滋賀組3人と、60代の私たち夫婦、そして、おとなへと一歩踏み出した19歳の彼女。世代のちがうもの同士の、話す・聴く、の濃い時間。

Mちゃんの話を、親のきもちになって聴く人もいれば、自分が子どもだった時のきもちになって耳を傾ける人もいました。こんな機会って、なかなかない。縦割り紅茶ならではの、人生のシェアリングの時間。

いつか紅茶みたいなことをはじめたいと思っている滋賀のお母さんが、こんな場所あるっていいよねえ、としみじみした口調で言うと、Mちゃんがさらりと、「うん。紅茶ってね、ずーっと深呼吸のできる場所なの、私にとって」。

この日の紅茶は、はじめからしまいまで、めずらしくこの人数の貸し切り状態が続いて、それがなお、神様からのはからいのようでした。蝉の声、ヒグラシの声、鳥たちのさえずりが、いかにも夏休みらしいこの日のBGMで。

こんなふうにきもちを深いところでわかちあえること、ふつう紅茶の、シナリオのない一期一会ドラマの、最もすてきなところだと思います。

22年ぶりの紅茶

今年の7月の終わりの紅茶は、めずらしくこんでいました。

おなじみの紅茶仲間の何人かにくわえて、はじめて来た人が2人、金沢でピースウォークをはじめ、憲法のことや原発再稼働問題など、さまざまな市民活動をしているピースの仲間たちが5人、隣りの富山県からアーティストのライブのチラシを持って来た人が3人、そこへ、みどりのふるさと協力隊で一年間だけ白山麓の村に住んでいる高知出身の女の子がやってくる、といったふうで、話題も、ふるさと協力隊って何？　だったり、憲法だったり、原発だったり、ライブの宣伝だったり、とそれはもうにぎやかしい。

毎週こんなふうだと、とても人の話をゆったりとは聴けなくて、きもちが少々うつむき加減の人には勢いのありすぎる場でしょうが、うまくできたもので、幸い、この日の顔ぶれはエネルギーを外に出せる人たちだったようで。それぞれが興味を持った人のところにいって、熱心に情報交換。憲法に関心ある人には、私から、こんな本がおすすめだよ、とか、これ読んでみる？　とか言いながら、その場で即席ミニミニ憲法講座の場面も。

そんなにぎわいのまっただ中にこんにちは～と入って来たカップル。彼女の笑顔に、かすかだけど確かに見覚えあり。「スウさん、私のことわかる？　覚えてるかな、22年ぶりだよ～」

なんとなんと、まだ津幡に越す前、金沢に住んでいたころの紅茶に、たった一度だけ来たことのあるYさんと、そのパートナーでした！

夏休みで能登の方まで来たから、ちょうど水曜日なんできっと紅茶やってると思って、と。電話の一本もかけずにいきなり出現という、なんと大胆な紅茶の訪ね方。それも愛知県から。もちろんめっちゃうれしかったけど、それ以上に、びっくりくり！　でした。

22年前、Yさんは「生存の行進」という名前のグループに加わって、北海道から沖縄までを歩きとおす、という旅を続けていました。

その旅の過程で、生存の行進の彼らが、金沢に、そして紅茶にも、立ち寄ったのです。そのころの

紅茶はといえば、チェルノブイリ原発事故からまだ数年もたっていない時で、幼子をかかえたお母さんたちと、毎週、原発のことをいっぱい語り合って、脱原発を願ってのいろんな活動を仲間たちと必死に展開していた、熱い時代の真っ最中でした。

その時すでに歩くメンバーの一人だったＹさんのパートナーと彼女は、山口県の祝島に向かう舟の上ではじめて出逢い、一緒に歩く旅の途中で、2人で一緒に生きて行くことを決意したそうです。

22年という歳月。紅茶という場が、それだけの時間がたっても、いまだ原発も憲法も平和のための活動も、自由に語りあえる場所で、本当によかった。Ｙさんたちの思いがけない登場で、そのことを再認識させられた、この日の紅茶でした。

なんでもない日なんでもない紅茶の、とくべつ

なにげない毎日、当たり前にみえる日常だけど、そのなにげないことこそがとくべつなこと。震災のあとのこの国では、とりわけそう思えます。身近な人たちと日々、小さなしあわせや、小さなよかったをよろこびあえたら、それだけでもうとくべつな一日。そんな一瞬一会を生きている私と私たち、なのだと前よりいっそう強く感じるようになりました。

紅茶がこれまで歩んできた30年は、前回と今回に登場してくれたような、年齢も性別も仕事も生き方もさまざまな、そういう一人ひとりによって支えられているし、こんな人たちとともにつくる時間の積み重ねによってできている、のだと思います。

そして紅茶は、誰よりも私にとって、そういった小さなうれしいや、よかったをはじめ、たくさんの、小さな悲しみや怒りや涙や、世の不条理を感じとるためのアンテナと、ささやかでも行動する勇気を、長い時間かけて育ててくれている場所なのだ、そのことを、この文章を書きながらあらためて今、実感しています。長いこと、同じ一つのことを続けてくるということは、きっとこういうきもちに気づかせてもらえることでもあるのですね。

2013.11.16

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第 15 話

水野　スウ

憲法13条のうた

昨年 11 月、憲法 13 条のうた「ほかの誰とも」のCD をつくりました。見開きジャケットの右ポケットには、歌のCD が。左ポケットには、歌の生まれてきた物語や、憲法 13 条をはじめ、9 条や 96 条、12 条、97 条など、私が大切に思う憲法のことを綴ったちいさな読みものがはいっています。

もともとのきっかけは5 年前、私たち母娘が「ほめ言葉のシャワーから平和へ」というタイトルでお話の出前注文を受けたことからでした。

一人ひとりが大切な存在だと伝えたくてつくった冊子『ほめ言葉のシャワー』。それと「平和」がどうつながっていくのか。二つを結ぶキーワードを探そうと日本国憲法を読んでみた娘が、13 条にとてもすてきなことが書いてある、それは自分たちの伝えたかったこととぴったり重なっている！　と発見して、13 条をやわらかな日本語に訳してみたのです。

「すべて国民は、個人として尊重される。生命、自由及び幸福追求に対する国民の権利については、公共の福祉に反しない限り、立法その他の国政の上で、最大の尊重を必要とする」とある 13 条の条文を、こんなふうに。

わたしは　ほかの誰ともとりかえがきかない
わたしは　幸せを追い求めていい
わたしは　わたしを大切と思っていい
あなたも　あなたを大切と思っていい
その大切さは　行ったり来たり
でないと　平和は成り立たない

この訳をもとにしてつくったのが、13 条のうた「ほかの誰とも」。13 条のやさしい日本語訳の部分は、私を経由してこんな歌詞になりました。

♪誰とも　ほかの誰とも
とりかえっこできない
あなたが生まれたその時から
ひとつきりのいのち
あなたが大切にされ

わたしも大切にされ
それが行ったり来たり
ともに生きること

CDをつくったわけ

この歌を、2年前からお話やワークショップの出前先で、最後によく歌っています。13条をひきあいにだしながら、一人ひとりが誰ともとりかえのきかない、かけがえのない存在であることを、歌を通して伝えたくて。

その時間もまた、その日その時、参加してくださった方たちとのコミュニケーションの一環のようで、本来はもうそれで十分なはずでした。

それをあえてCDにまでした理由。

そもそも憲法は権力を縛るものであって、主語は私たち。憲法を守るべきは権力の側なのに、3.11の後、国は私たちに大事なことを知らせず、とりわけ原発震災にあった人たちの、しあわせに生きる権利を大切にしていない、国が個人をないがしろにしている、と強く感じたからです。くわえて、今のこの国のリーダーが、憲法の本質を強引に変えようとしていることにいっそうの危機感を持ったからです。

このまま黙っていられないきもちの私に、一体何ができるだろう、そう考えた時に思いついたのが、前から歌っていた13条のうたをCDにすることでした。憲法食わず嫌いの人にも、歌を糸口に、ひょっとして関心を持ってもらえるかもしれない。そう思って、歌詞カードに添えたちいさな読みものには、できるだけやさしい言葉で、憲法についての文章を綴りました。

手渡しと口コミからスタートした13条のうた「ほかの誰とも」の種まきは、CD一枚300円という手軽さに助けられ、思いがけない広がりを見せました。

コーラスグループの方が、仲間と歌いたいので楽譜を送ってください、とか、大好きなともだちに大好きと伝えたいから、とか、保育園の保護者さんへのクリスマスプレゼントに、娘たちや息子のお嫁さんに贈ります、などなど。

受けとった感想でいちばん多かったのが、「13条にこんなすてきなことが書かれていたなんてまったく知らなかった」「やさしい日本語訳ではじめて13条の意味に気づいた」というもの。

そして、「私も、私を大切と思っていいんだ、って感じた」「自分だけじゃなくて、相手のことも大切にする、そういう関係性をつくっていける自分でありたい」といった感想もたくさんいただきました。

「大切」という言葉を巡る旅

川越の紅茶の時間では、このCDを手にするなりいち早く、歌のテーマである「大切」をキーワードに、自分たちで言葉の旅のワークショップをしてみたとのこと。その時の様子をKさんがこんなふうに伝えてくれました。

まず最初に、大切にしたいこと／していることを出しあってみました。家族、友達、時間、言葉、いのち、あなた、自然、手紙、感動する心、笑顔、食べること、毎日続けている体操……大きな紙に書ききれないくらい、有形無形いっぱいある、ある。

次に、あなたが「大切」にしていること／ものは？　という問いかけ。

これに対しては、先の「大切にしたいこと」の3分の2くらい、たくさんありました。そうか、大切にしたくてしていることも、私たちにはたくさんあるんだね、と気づいたんです。

じゃあ、「大切」って何だろう？

語りあう中で、大事なこと、大事にしたい、愛おしい想い、そばにあってほしい、守りたいもの、丁寧にしたいもの、手放しにくいもの、などなど。

その次に、「大切にされたい」というキーワードを出したところ、親、家族……そのあとがなかなか出てきません。

では「大切にされていると思うこと」は？　これにもやっぱり、親、家族、友人……う〜〜ん。

あれ？　出てこないねぇ、と言ったところで、ある人がこんなことをつぶやきました。「私、大切にしたいという想いがたくさんあって、自分がす

るばかりで、大切にされたいってあまり思えていないかも」

この感覚をもうちょっとふくらませて考えていくと、私たちは親や家族や親せきや親しい友人以外にも、毎日の暮らしの中で、近所の人や地域や自然、目に見えないものにも、実は守られ、大切にされていて、でもそれが実感しにくい世の中だったりするよね、という話しあいに発展していきました。

この日、みなで語りあって感じたことは、してあげたいことはたくさんあっても、してもらうことをうれしく受けとめる、大切にされることを素直に受け入れることが、まだ難しい、そういう自分がいるのかも、ということ。

これから年を重ねていくうち、してもらうことも多くなっていくでしょう。自分でできる、ってはねないで、大切にされた想いを感じていくこと、ありがたく丁寧に受けとること、このことも大切にしたいな。これって、私たちのこれからの課題になるね、という気付きもありました。

そして、大切にする／される、それは双方向、というところにたどり着き、参加したみんなの想いはいつのまに、13条やさしい日本語訳の「大切さは行ったり来たり」につながっていったんです。

Kさんは、言葉の旅のワークをした後の個人的な感想として、こうも書いていました。

「実感としてともなわないものやことでも、やっぱり大切にしたい想いは伝わっていくのかな。例えば、私のいのち、からだ、想い、行動、言葉、時間。また、大切に想うことは大切にされていること、そう思ってまわりを見渡すと、何か大いなるものに、守られ愛されていることが実感されて、何だかいろいろなことに、ありがとう‼ って、言ってまわりたいようなきもちになっています」

ワークショップをしてみて気づいた、「大切」を巡るそれぞれの感じ方。そこには正解も結論もなく、でも、問われて考えてみることそのものに意味があって、時には新鮮な発見もあって。

一つの言葉をテーマに、感じたきもちを語りあう試みは、これからもこのグループで続いていくことでしょう。その一つとして、できたてCDの中の「大切」をとりあげてくれたこと自体、私自身が大切にされた出来事のように感じられました。

今年、大切にしたいこと

今年初の紅茶の時間に集まった人たちに、年の初めに、今年、自分が大切にしたいと思うことを教えてください、と訊いてみました。

「限りある母との時間や、家族との時間を大切にしたい」、「やわらかな笑顔」、「おうち、そしてこのおうちで暮らしている人たちを大事にしたい」、「ほっとできるこころを」、「元気でいること、家族といっぱい話しあうことを」、「自分で自分を縛らずに、自分を解放していって前に進みたい」、「笑みをたやさない」、「自分の言葉で憲法を語りたい」。

ちなみに私の今年のそれは、「愛をたやさない」。その心は、今のこの国の流れにあらがうことは、大きなエネルギーの要ること。そうわかっていても何かしらせずにいられない自分がいるので、自前のエネルギーを枯渇させないよう、常に私のこころの中に大好きなひとたちを住まわせて、自分のこころをできるかぎり、ふかふかの状態に保てるようにすること。

そうやって私自身を大切にすることが、いつもの年よりきっともっと必要。そのためにはこれまで以上に、逢いたい人に、愛をもってこちらから逢いにいく、ということを大事にしたいと思ってる、と。

紅茶に時々みえる男性のTさんは、この日、「自分が大切にしたいと思ってることは、まわりのひとを大切にすること、かな。だけど実際には、大切にするってことがどういうことなのか、自分にもよくわからないんです」と、一見、不思議な発言をしました。

「ぼくとしては、その人を大切にしていたつもりが、大切の仕方がどうも違ってたらしくて。その人の自立を阻んでたみたいで。それを指摘されて、今だいぶ落ち込んでいます」

こっちが、相手を大切にしたいと思ってしていることが、相手の「大切にされている」感覚とずれているってこと、程度の差はあれ、あっちこっちでありそうです。

私も、その人によかれと、大切にするつもりでしたことが、その人にはかえって要らぬおせっかいで、怒りをかってしまった経験、幾度もあります。それはその時の私の、その人に対する理解度が足りなかったために起きたすれ違いだったと、今ふりかえってみるとよくわかるのですが。

“大切にされてる”感

13条のうたのCDを聴いたYさんは、歌詞にある「あなたが大切にされ、私も大切にされ、それが行ったり来たり」の部分が、自分にはどうもよくわからないの、と言っていました。その後、Yさんにこんなことがありました。

職場でひどく傷つくことを言われ、それをある人に話したら、彼女の想いはまったく受けとめられずに、逆にとんちんかんなお説教めいたことをいわれ、一般的な価値観を押しつけられ、話したがためによけい傷ついてしまった、というYさん。

その翌日、同じ話を、信頼しあえる人たちの前で話してみたところ、その場にいた誰もが、彼女のつらかったきもちをじっくりと聴き、共感し、それはあなたが怒って当然、悲しんで当たり前のことだよ、と口々に言ってくれて、Yさんは泣けて泣けてしかたありませんでした。

たったの2日間に、Yさんが味わったきもち。

「あの時ね、ああ、自分は今たしかにこの場にいて大切にされているな、っていう“大切にされてる”感がしたの」とずっと後になって、その前日の出来事とともに、Yさんが話してくれました。

その日、その場にいた一人でもあった私は、漠然としていた概念が、実感をともなってからだにおちる、ってこういう瞬間なんだろうな、と思いました。同時に、そう感じられる場がそこにあったことに、彼女の分も私の分もあわせて、ありがとう！　と言いたいきもちになりました。

そこに居合わせた人たちの一人ひとりが、その日の仲間としてお互い大切にされていて、同じようにYさんにもしたことを、彼女がそのように感じとったこと。

歌を通して私の伝えたかった、「あなたが大切にされ、私も大切にされ」という感覚は、きっとこういうことだったのでしょうね。

大切にされる、って？

Tさんの話やYさんの経験をわけてもらってからというもの、私の頭の中で、「大切にする／される」ってどういうことだろう？　がぐるぐるしています。

「大切」も「大切にする／される」も、しょっちゅう使っている言葉だけにあまりに慣れすぎて、あいまいもこもこしていて、日ごろ意識することがありません。

それならなお、これをほどいてみようよ。それぞれの人にとって、大切ってどういう感じか、来る人たちと一緒に考えあおうよ。

そう思って以来、紅茶の時間の折々に、「ねえ、あなたはどんな時、どんなことで、自分は大切にされているって感じる？　たとえば家族から」という問いを投げかけてみています。

「ええ～？　何だろう、普段そんなこと思ったことないからねえ、意外とむずかしいねえ」と言いつつ、それぞれが出してくれた答のようなものは――。

「空気のようにそばにいて、私がしたいことを見守ってくれている人がいる、と感じる時。この人はこうしたいんだな、こういうことが好きなんだな、と、私のそこを理解してくれてること」

「夫が、お茶しようよ、と外に連れ出してくれて、知らない喫茶店でなんだかいつもより楽なきもちでいろいろ話せた時、『やっと話せたね』と言われた。その言葉で、自分の中にためこんでいたきもちがあったことに気づいて、気にかけてくれてた夫がいたんだとわかって、うれしかった」

「仕事で帰りが遅くなった日、夫がめずらしく職

場に電話をかけてきた。以前、職場でトラブルがあって遅くなったことがあったのを覚えていて、それで心配してわざわざ電話かけてくれたんだ、とわかった時」

「話をゆっくり聴いてくれた後で、『君は、どうしたい？』とパートナーがやさしく尋ねてくれること。聴いてもらって、きもちが整理されて、自分の正直なきもちが見えてくる気がする。それでいつも救われてる」

「夫が仕事帰りに好物のお刺身をスーパーに買いに寄った時、必ず電話をくれて、何か他に買っていくものないか、と訊く。特に何もない時、頼んでないのに夫はちいさなお菓子を2つ、買って帰る。お刺身を食べない私に、たぶん少し気兼ねして。そんな小さなことだけど、大切にされてるな、って思う」

「大金をなくした！　と思いこんで青くなって、申し訳なくて夫に謝まっていたら、少しも責めずに、そんなに落ち込んでるとからだの方が参ってしまうよ、と言われた。あ〜〜私、大切にされてる！　ってその時思った」

「ふだん元気な時は特に感じないけど、この前、風邪をひいてからだがしんどい時、家族みんなが大切にしてくれて、ものすごくうれしかった、こころに沁みた」

出てきたことのどれもこれも、してもらったちいさなうれしいことばかり。なにげなさすぎて、問われるまで何も思ってなかったけど、そうされてうれしかった自分がたしかにいるなあ。言葉に出してみて、それぞれに気づく何かのあるところが、私にはおもしろい。
中には、こんな逆バージョンもありました。

「夫にさそわれて夫婦でカフェに行った時、彼が、家ではいつも言わないようなことを話して、「やっと話せた」と言った時に、あ、そうか、彼はずっと私と話したかったんだ、もうちょっと気づいて、大切にしてあげなくっちゃな、って思った」

大切さの行ったり来たり

「妊娠の終わり頃、お腹が大きくなって下を向けなくなった時に、お義父さんが、私の足のツメを切ってくれてね、びっくりした。ひえ〜〜、私、こんなに大切にされていいん!?　って思った」
「子育ても、仕事してた時期も、そのお義父さんお義母さんがずっと協力してくれてたから、私もできるだけ大事にしたいな、こうするとよろこぶやろな、ってきもちで、家族してきた気がする。私って、大切にされてきた嫁さんだなあ、と今あらためて、思った」

「大切にされてること、ってあまり思いつかないけど、訊かれてみて、私の側が、されるよりもしたいと思ってるんだ、って気づいた。夫は10年前に亡くなったけど、一緒にいた間も私に好きにさせてくれてたと思う。その分、今は子どもたちにあれこれしたい私がいる。相手がよろこんでくれるの見るのがうれしいから」

こんな話を聴くと、家族から大切にされ、自分でも大切にしてきた感覚が、お二人のどちらにもあるんだろうな、と想像できる。大切さの行ったり来たり、ってこういうことでもあるんじゃないか、と思います。

好きにしていいよ

「夫も、夫の両親も、私のすること、したいことに口出しせず、好きにさせてくれてることかな」

「束縛されないとこが、とても楽で助かる。手紙でもメモでも、書くことの好きな私だけど、テーブルにそれがあっても家族の誰も、それ見たり気にしたりしない。行き先についても、あれこれ干渉されないことが、ありがたい」

そう感じる人がいる一方で、こんな風に感じる

人もいます。

「夫も子どもたちも、何でも好きにしていい、って言うし、どこに出かけようが何も言われないし、干渉されない。でもそれって私はさびしい。自分が大切にされてない気がする。ほんとはもっと気にかけてほしい私がいるのに」

愛を感じる「好きにしていい」と、なんだかそう思えない「好きにしていい」や「好きにすれば」。その人の中に自分の存在が感じられずに、自分への無関心でそう言われてると思ったら、たしかにそれはさびしいね。

でもまた、こうも思います。発信する側は大切にしてるつもりだけど、その表現が少なすぎたり、わかりにくかったり。受けとる側の、大切にされたいハードルが高すぎたり、はたまた、大切にしてほしいと願っている自分が、実は相手を大切にしてないことを知らなかったり。

そんなこんなの「大切にする／される」のものさしがずれていると、そこにはいつも、自分が大切にされていないことへの不満がもやもやし続けてるかもしれません。

家族とだったり、ごく親しい人とであったり、そこに居る／在ることがあまりにもあたりまえで、お互いが空気になりすぎて、いちいち思いやる必要なんてない、と思ってる人もいるでしょう。

だけどもし、片方がそれでさびしい想いをしているのなら、チャンスを見つけて、自分のそんなきもちを相手に伝えられたらいいのにな、と思います。

ただしその伝え方が、私、大切にされてない！もっと大切にしてほしい！　って直接ぶつけると、相手は責められたとかん違いして、かえってややこしいことにもなりかねませんよね。

なので私からの提案は、逆方向の遠回りに思えても、まずは、自分のうれしいや悲しいやありがとうを、相手に折々に伝えることから、きもちを届けるちいさな練習をはじめるのはどうでしょう、ってこと。

大切にしてくれないからこっちもしない、の悪循環は、どこかで誰かがその流れを変えないとずっとそのまま。それは余計に悲しいことでしょう。

そこで、こればっかりは気づいた方から先に、意地をちょっとだけ脇に置き、これまで言わなかった場面での、たとえば、ありがとう、を言ってみる。

「ありがとう」――そう言われることは、自分が大切にされてると感じる、ちいさな初めの一歩だと、私はいつも思っているのです。

最期の世話をさせてくれたこと

紅茶以外のなじみのグループの人たちにも、大切にされていると感じることは？　と聴いてみると――。

「こっちが思いもよらないことで、あ、そんなこと考えてくれてたんだ、と思えた時」、「一人じゃない、って思える安心感をもらってる時」、「黙って私の話を聴きながら、夫はよく相づちを打っていた。亡くなってから気づいたけど、私のこと、よく受けとめてくれてたんだなあ、って思う」。

それまで、みんなの話を黙って聴いていたＭさん。あ！　私の場合はあれがそうだったのかも、といって、ポツリポツリと話しはじめました。

「姉がもう余り長くないとわかって、遠いけど週に一度は、だんだん弱っていく姉に逢いに行ってたの。ちょうど私が横に居た時に、姉がうんこをして、私に、替えて、ってはじめて言った。介護したことない私なんで、上手じゃないけど私でいいの？そう訊いたら、うん、って」

「家にもどって姉に電話すると、ありがとう、と聴こえる声で言ってくれた。そのたった３時間後に、姉は亡くなったの」

「今、みんなの話を聴いててふいに思ったのはね、あの日、姉が私におむつを替えさせてくれたこと、そのことで姉から私はものすごく大切にされた気がする。贈り物をもらった気がする」

「あの日に最期の世話をさせてくれたことが、今

のこんなにうれしいきもちにつながってるんだって、たった今話してててわかった。よかったぁ！
気づけて。姉ちゃん、ありがとう」

お姉さんがそうさせてくれたことが、お姉さんが自分にしてくれたこと。そう思えたＭさんの感性、なんてすてき！　と私が感じた瞬間です。
自分は大切にされている、と感じられるちから。その土台には、これまで姉妹で交わしてきた言葉や、共有した時間や場所や、うれしかったこと悲しかったこと、したことされたこと、関係性の歴史、などなど、一ひとつは思い出せない記憶の集合体が地層のように積み重ねられている。

お姉さんのいのちの最期の話を聴いたこの日、とりわけそのことを実感しました。私も、大切な人たちとの記憶の集合体の中の、自分の立ち位置や関係性ということについて深く考えさせられて、それはこの日の、とてもうれしいおつりになりました。

続きは次号で

13条のうたづくりの話からはじまって、「大切、ってなんだろう」「大切にされるってどういうことだろう」を巡る旅の、今回はまだまだ途中です。
大切にされている、と思うことをこまごま出しあってみると、自分はいろんな場面で、家族やまわりの人たちから、実は大切にされていたんだな、とあらためて気づく人が多いです。
そう気づくと、しぜんに湧いてくる次の問いかけ。では、自分はどんなふうに、家族を、親しい友を、ひとを、大切にしているだろう？

というわけで、次号では、相手を「大切にする」ということ、そして13条のうたのもう一つのテーマでもある、「私を大切にする」ということについても、仲間たちと一緒に考えてみたことをまた綴らせてもらおう、と思っています。

CD ブック「憲法 13 条のうた　ほかの誰とも」
（300 円／ 2013 年 11 月／紅茶の時間）

憲法 13 条原文と「やさしい日本語訳」を見開きに

ご注文をご希望の方は どうぞ水野までご連絡ください
MAIL：sue-miz@nifty.com
10 冊セットのご注文で 500 円の割引中です

to be continued
2014.2.25

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第 16 話

水野　スウ

前号のこのページでは、私が憲法13条のうたをつくろうとおもったわけや、その歌の中の「あなたが大切にされ、わたしが大切にされ、それが行ったり来たり」という歌詞が意味するところを、紅茶の時間の仲間たちをはじめ、いろんな人と具体的に感じていくワークについて書きました。今号はその続きです。

クッキングハウスで10回目のおはなし会

調布のレストラン・クッキングハウスへ毎春、おはなしの出前にいくようになって10年。今年、代表の松浦幸子さんからご注文いただいたテーマはタイムリーなことに、「13条のうた・ほかの誰ともに込めた願い」。というわけで、今回はそのことから書き始めます。

ふりかえればそもそも、13条のうたづくりの想いの種も、5年前、「ほめ言葉のシャワーから平和へ」という出前のご注文をもらって親子で語った、クッキングハウスでのおはなし会から生まれたのでした。

「ほめ言葉のシャワー」の最後のコラムに娘が書いた、「あなたの存在は、ほかの誰ともとりかえることができません」という言葉と、憲法13条の「すべて国民は個人として尊重される」という条文。その二つがぴたりと重なっていると感じた娘のきもちを、今回も同じ場所でふたたび彼女に語ってもらいました。

そこには、5年の歳月が経過した今だからこそ語れる、娘ならではのあらたなきもちと言葉があって、それが私にもとても新鮮にこころに響きました。

冊子の編集作業から

自分で自分をほめたり、認めたり、が大の苦手だった娘が、突然のなりゆきで、「ほめ言葉のシャワー」の冊子を編集することになったのは6年前の春。

私が、各地のほめ言葉のシャワーのワークショップ出前先でお預かりした、何百もの「言われてうれしい言葉」や「自分に贈るほめ言葉」を前に

して、娘はしばし途方にくれたそうです。

それでも編集を引き受けちゃった以上、あとには引けない。そこで自分を最初の読者と仮定して、その「わたし」が読んだ時、さびしいきもちにならないような、自分のこころがよろこぶ本を、単なるきれいごとでないほめ言葉の本を、きっとつくろうと決心して、その想いが、最後のコラムにある「あなたは、ほかの誰ともとりかえがきかない」という言葉をうみだしたのでした。

そのころの娘は、自分のことを、社会に何の役立つこともしていないちっぽけな存在だ、とすっかり思いこんでいたようです。多くが企業に就職した大学の同期たちと自分を比べて、一人暮らしの部屋でどんどんおちこんでいく時期もあったし、ほとんどひきこもっていた日々もあった。

けれどもある時から —— おそらく「ほめ言葉のシャワー」の冊子づくりの途中あたりからだったのでしょう、全国各地の一人ひとりが感じた、言われてうれしかったあんな言葉・こんな言葉……と毎日、真剣に向きあっているうち、いつのまにか少しずつ、かつて同じところでぐるぐるしていた想いが、それまでとは違う、らせんに反転していく。

「そうだよなあ、たとえどんな私であろうと、それを他者から、これこれの条件付きでなら生きてていいよ、って許されたって、そんなのちっともうれしくない」

「要領よく人生を生きることは、どうも自分にはできなさそうだし、これからもあいかわらず不器用だろうけど、そういうわたしをわたしが生きてくってことは、ひょっとしたら、ほかの人にはできないことなのかもしれない」

「わたしがわたしとして、自分を生きる。そのことは、自分だけにできる、ほかの人とは決してとりかえられない、ほんとはすごいことなんじゃないだろうか……」

そんなきもちを何度も行ったり来たりさせながら、娘はあのちいさな冊子をつくっていったのだそうです。

13条との相似点

その一年後、クッキングハウスで平和について語ることになった時、娘が、自分の語りに何とかヒントを見つけたくて、1ページ目から読んでみたという日本国憲法。13条の書き出しの言葉、「すべて国民は個人として尊重される」に出逢った瞬間、娘はものすごくうれしかったといいます。

何の条件もつけずに、個人として、自分は大切にされる存在なんだ。そのことが、憲法によって保障され、許されている。自分自身が憲法に守られてもいるんだ、と感じたそうです。

条文の中の、「公共の福祉に反しないかぎり」という文言に、娘はオリジナルのやさしい日本語訳をつけました。自分を大切にすること、相手もそのひと自身を大切にすること、そしておたがいに大切にしあうこと、それが13条の精神であることを、このように。

「わたしはわたしを大切と思っていい
あなたもあなたを大切と思っていい
その大切さは行ったり来たり
でないと　平和は成り立たない」

それは「ほめ言葉のシャワー」の編集作業を通しての、まるごとの自分を認めていく、という、彼女なりの懸命の作業だったのでしょう。そうやってたどりついた先が憲法13条だったって、なんて思いがけない、すてきな着地点だったでしょうか。

「大切なリレー」のワーク

娘の語りからひきついで、この日の私の話は、憲法と法律の違いをきっちりとみんなに知ってもらうことからはじめました。13条をはじめ、憲法を守るべきは権力の側なのに、それが守られてないどころか、憲法にふれずに憲法の本質を強引にかえようとしている、安倍さんのアベコベぶりに黙っていられなくて、エイヤっ！　と思いきって勇気ふるって、13条のうたのCDまでつくってしまった話を、みなさんに聴いてもらいました。

そのあとは、13条のうたの歌詞にでてくる「あなたが大切にされ、私も大切にされ、それが行ったり来たり」を、具体的にほどいていくワークショップです。

あなたは、どんな時、どんなことで、自分が大切にされてるなあ、と感じますか、どんなふうにひとを、そしてあなた自身を、大切にしていますか、という問いかけをして、思いついたことを書きだしてもらい、その言葉をのこらず読みあげていくワーク。名づけて、「大切なリレー」。

みなさん、いっぱいいっぱい書きだしてくれました。実になにげない、さりげない、思いやりや、やさしさ、認められてるという感覚や場面を、それぞれの言葉で。

一枚一枚その場で読むときは順不同だけれど、それを家に持ち帰ってから、整理・分類してみると、以下のようになりました。

自分が、大切にされている

そう感じるのは、たとえばこんな時。

・夕飯の後片付けをしていると、夫が家に帰っている時は必ず台所にきて一緒に食器をふいてくれること。

・車の免許をとった息子が、雨の日、電話してくれたら迎えに行ったのに、と言ってくれたこと。

・田舎の両親が、米やら野菜やらでパンパンになった重い荷物を送ってくれた時。

・けんかした時や意見が対立したとき、どんなに言いたいことがあっても、いつも私が言い終わるのを、パートナーが最後まで待ってくれる。

・すごく傷ついた時、何も言わず、見守り続けてくれた家族に、大切にしてもらっていた、と感じた。

・10年近く引きこもっていた娘がようやく一日3時間のアルバイトをはじめ、はじめてのバイト代で「お母さんに」とケーキを一つ買ってきてくれたこと。

・誕生日に父からメールが届き、私には「雰囲気を明るくしたり、人を楽しませる能力がある」と、思ってもみないところをほめられ、大切にされていると感じた。

・ゆったりした様子で、心をこめてお話を聴いてもらった時。

・仕事から帰ると、3人の子どもたちが、ぶっきらぼうだけど、お帰り〜、ごはん食べる？　お茶は？　と。大切にされてるな、私。

・ありがとう、と頭をぽんぽんとしてくれる友人の存在。

・夫が時々、黙ってきちんと話を聴いてくれて、「そうだったんだ」とか「たいへんだったね」としみじみ共感してくれた時。

・メールもうれしいけど、お便りをもらった時。書いてる間、私のことを想って書いてくれている。

・息子が誕生日に必ず祝いにやってきてくれると、大切にされているんだ、とうれしい。

・私を見る目の奥に、こころがあると感じられた時。

・友人に一日の出来事を話すと、一緒に笑いながら、または涙を一緒に流しながら聴いてくれること。とってもうれしく、大切にされていると思う。

・小さな娘がまっすぐな目で、満面の笑顔で、話しかけてくる時。

・夫に対していらついたりして、嫌みなこと言っても、怒らずに少し悲しそうな顔をして抱きしめてくれる時。悪いことしたなあ、と反省すると同時に、大切にされていると思う。

・引きこもりだった時、通っていたフリースペースで、学校に行っていないこと、社会に出ていないことを、否定せずに受け入れてくれた。

・私が子どもとの関わりで心が苦しくなるほど悩んでいた時、夫が、私が決めるまで真夜中、ずっと待っていてくれた時。心が温かくなりました。

・「ありがとう」「さっきは大きな声を出して悪かった」という息子からの言葉に、大切にされているな、と。

・母が、私が上手に言葉にできない悩みを聴いたあと、「でも言えたからいいじゃない」と受けとめてくれた時に、大切にしてもらえたと心から思いました。

中には、こんなほほえましい場面も。

・夫婦喧嘩していると、柴犬の息子が「背中をなでて」と寄ってきます。人間の父母として「仲直りして」と大切にしてくれていることが伝わってきます。
・昔に飼っていた猫が、私が泣いている時、寄ってきて涙をなめてくれました。

ひとを、大切にする

相手を大切にするって、自分だったらこんなことかな。

・何かされた時、何かが起きた時、私が同じことに出会ったらどんなきもちだろうと思って、その人を思うこと。
・「おつかれさま」と心をこめていたわる、声かけをする。
・体によいごはんをつくってあげる。
・なるべくどの人とも、その人のよいところを意識してつきあおうとする。
・あなたを大切に思っているよ、ということを言葉や態度で相手に伝えること、特に家族に対して。
・何かしてもらったら、ありがとう、と言うこと。
・自分が相手を大切にするきもち、思いやりを大切にしたいです。
・父に残された時間が少なくなりました。「ありがとう」を伝えておきたくて、毎日、父とのことを思い出し、小さなことでもハガキに言葉として伝えています。
・自分の思いを伝えることを半分に減らし、相手の想いを受けとめるように心がけたい。
・クッキングハウスのメンバーが「話をしたいです」と行った時、必ず受けとめて聞きます。
・両親や姉とのコミュニケーション、うわべだけでなく、本音で語る。相手を大切に思っていることを伝えたい。
・人の話を、フィルターかけずに、まっすぐな耳で聴こうとすること。
・あいさつをすること、無視しないこと。
・はじめての子どもと過ごす時、その子が赤ちゃんでも名前でよびかけ、何度も呼びかけます（保育士さん）。
・今の季節なら、夫の大好物の新ジャガの煮ころがしをつくっている時など、大切に思っているな～と。
・来た人を、ようこそ、と迎えること。ようこそのきもちが、言葉や表情で伝わるように。
・上から目線にならないようにこころがけている。
・自分のおやつを買う時は夫のおやつも買います。ちょっとよろこんでくれたらうれしいから。
・子どもに対して過干渉にならないように努力する。子どものちからを信じることも、その子を大切にすることではないかと。
・人を大切に思う時。いとしいきもちで顔を見ています、話を聴きます。
・その人のいいところを認めること、見つけたら言葉にして伝えること。
・大切に想っているから、時には、いいにくいこと、厳しいことも言う。
・ひとの心を大切にすること。なかなかできないけど、大切にすること、その想いを大切にしたい。
・笑顔の交換、対話路線。
・つながること、人と昔と未来と知恵と、日本のいいところと、大地と。

自分を大切にする

わたしがわたしを大切にする、ってこんなことかな――。

・私のことを見つめる時間を大切にしたい。
・being を見失わないこと。doing にあまりにも一生懸命で心まで燃え尽きてしまわないように。
・どんなことでもポジティブにとらえること。
・からだをいとおしむ。体調がずっと悪くて、好きになれなかった。でもそんな時も、「からだ」はいつも生きるために動いてくれていたんだな。
・負の感情を認めて、そよ風に乗せて流せるようにします。
・つらくても笑う。
・毎日をきちんと生きること。話しかけられた

らきちんと向き合う。季節の移り変わりをちゃんと見ていること。流されて生活したくないなあ。

・時間を気にせず、「時」を、「今」を、過ごそうと思います。

・夢を大切に、生きていきたい。

・仕事と介護と家事と、いっぱいいっぱい。「もう無理！」と心に叫んだ時、「いいよ、休もう」と自分にお休みをあげたこと。

・想像力を豊かにして暮らしていきたい。

・自分のからだとこころの声に、耳を澄ます。そのサインを無視しない。

・自分なりにがんばったな～と思う時は、自分にちゃんとそう言う。声に出して、グッジョブ！やったね！　グレート！　時には自分にごほうびをプレゼントする。ちいさなお菓子だったり、映画だったり。

大切が、行ったり来たり

「大切さが行ったり来たり」とは、こんなことをいうのかな。

・夫の好物をつくって「おいしい、ありがとう」と言われた時。

・大切にしたいことは、「時間」です。自分の時間も相手の時間も大切にしたい、時間は貴重だから。

・ふとした時に友だちにメールを送りますが、ほぼ同時に相手も送ろうとしていた、というような時。

・好きなことを自由にさせてもらっていること。相手にも、そのように自由にさせてあげたい。夫、息子、娘に対して。

・毎日のなにげない朝の「おはよう」と夜の「おやすみなさい」を、顔を見て言ってくれること。どんなにしんどくても、家族の元気のために、一生懸命ごはんをつくることが、私の、家族を大切にするということ。

・自分の時間の充実。そこで生み出すことができたコトやモノを、近くにいる大切な人たちに手渡していきたい。

・なるべく栄養のあるおいしい料理を、自分と家族につくること。

「大切」のワークをすると……

「大切なリレー」をこんなふうにしてみると、大切にされてたことに気づかないでいた人が、そうか、実は自分も大切にされてたんだ、と気づいたり、大切にするってこういうことか、と思つたり、相手に感謝したくなったり、もっとあの人を大切にしたいなあ、やさしくしたいなあ……などなど、いろんなこころ反応や変化のおきているのが、その場でさざ波のように感じられました。

「今の自分をつくってくれた親に対して、大切をくれた、と今、話を聴いて気づけました。親にありがとうと言いたいです」という感想は、まさにそのさざ波の一つです。

その一方で、こんな風に書いた人もいます。

・夫から、大切にされているとまったく思わない。もしこんな言葉をかけられたら思えるかも。「いつも留守を守ってくれてありがとう」「子どもたちを育ててくれてありがとう」など。

・夫へのお願い。私の話を、「そうだね～」と共感を持って聴いてくれるとうれしいなあ。

大切にされている感じ、って、何もとりたてて相手から特別なことをしてもらおうとか、言ってもらおうとか、要求しているのではどうもなさそうです。実はごくささやかで何気ないこと、ねぎらいの言葉や共感の態度があれば、時にはそれで十分うれしいと感じられること、なのかもしれません。

憲法を大切にするには

クッキングハウスでの「大切なリレー」ワークショップのあと、ふたたび話は憲法にもどります。

今ある憲法を、もしもあなたが大切に思うなら、いったいどのようにしたら大切にすることになるんだろう、とみなさんに問いかけました。

たとえば、12条に書かれているように、国がおかしなことをしないか、国民の意思に反して暴走しないか、ちゃんとウオッチし続ける不断の努力を、常日ごろ、普段から続けることも、その一つだろうし。

たとえば、9条にノーベル平和賞を、というムーブメントに賛同して一緒に行動するのも、その一つだろうし。

こちらは実際、多くの賛同署名と推薦人を得て、今年のノーベル平和賞にすでにノミネートされました。神奈川県に住む若いお母さんが、9条の大切さをなんとか多くの人に知ってほしいと、はじめはたった一人で起こした行動だったそうです。

ノーベル委員会に手紙を送って、「これまでの70年近く、日本が戦争をしないでこれたのは9条のおかげ。どうか9条にノーベル平和賞をください」とお願いしたところ、ノーベル賞の対象は、個人、または団体ときまっている、とのお返事。ならばその対象を、「これまで9条を守ってきた日本国民」に変更して、どうか平和賞をください、と再度お手紙を書いたとのこと。

一人のお母さんの、すばらしいアイディアと行動力に思わず拍手しました。今や実行委員会もでき、賛同署名は現在もなお引き続き、募集中です(私はすでにネットで署名を送りました)。

憲法に関心のない人に憲法の大切さを知らせるには、憲法を語る自分の言葉を持つことも大事。勉強会にでかけることや主催すること、仲間に声かけすることも。

圧倒的に大きなちからでもって、自分の望まない方向に国のかたちが変えていかれそうな時は、ささやかでもせいいっぱい意思表示すること、行動すること、が必要なんでしょうね。傍観者にならずに、他人事にせずに。

最後に、今年80歳になる、ある夫さんの言葉を、みなさんに紹介しました。長年連れ添ったパートナーへの感謝をこめて、彼はこのように語ったのです。「私が大切にしたいと思うことを、ともに大切にしたいと思ってくれました」。

さて、誰の言葉だったか。この日に参加してた人はきっと忘れませんね。読んでる人には、わかりやすいヒントを一つ。この人はこうも語っています。「米国の占領下にあって、自由と民主主義を守るべき大切なものとして、日本国憲法をつくった」と。

「13条のうた・ほかの誰ともに込めた願い」と題するこの日のおはなし会の最後は、CDとはちがうバージョンで、「13条のうた」を。前奏で、13条の条文を朗読し、歌と歌の間の間奏で、やさしい日本語訳の語りをいれて、歌いました。

歌詞の最後にある、「♪誰もがきっと一人じゃ／生きてはいけないのさ／だから、ねえ／手をつなごう」に続くフレーズ、「♪一緒に生きていこう」のところは、その場のみんなで大合唱。歌いながら私自身、自分も、相手も、大切にしあいながら、一緒に生きていきたい、ほんとにそう思えて、しあわせなきもちでいっぱいになりました。

「大切なリレー」のその後

「大切なリレー」のワークに参加した人たちから、私のもとに、ぽつぽつと後日の感想がよせられています。これまでまったく意識することのなかった「大切にする／される」感覚に、あれ以来、少し敏感になった気がする、という感想が多いです。

ワーク中、何これ？　とあまりピンと来なくても、いろいろな人の違う意見や感じ方を知り、「大切なリレー」や参加者のふりかえりの言葉に耳を傾けて、何か感じるものがある。それがきっと、その場で正解や結論を求めない、ワークショップのいいところだと思います。

しばらく日が過ぎてからふと、またはじわりと、大切にされるって、これがそうかな、大切にするってこういうことかな、などと感じるようになっていく。その過程で、またあたらしく発見していく「大切にする／される」もきっとあるでしょう。

「大切」のワークを何度かしてみてその度に思うのは、大切にされた経験や感覚について書くの

が、最初は書きやすいらしい、ということ。そのあとから、相手を大切にする、さらにそのあとから、自分を大切にする、そんな順序で、言葉を思いついていく場合が多いみたいです。

自分を大切にすることの苦手な人は、かつての娘に限らず、たくさんいます。「大切」のワークをしてだいぶ時間がたってから、あの時はまったく思いつかなかったけど、今はこんなふうに自分を大切にしていきたいと思ってる、と、私にメールや手紙で伝えてくれる人たちもいます。

・自分を尊重する、という感覚が自分には稀薄だった、って気づいた。私なんかどうせ、ってすぐ思いがちだったけど、それってもったいないことかも、と思いはじめています。

・がんばれない自分を責めないようにしたい、これも自分を大事にすることかな？　とにかく、自分を無理にこきつかわないようにしよう、と思います。

・人と比べないこと。

・好き・嫌い、を自分のなかで見極めること。好きなものは好き、と自信を持ってそう言おう。

・がんばる自分もがんばれない自分も、まるごと自分なんだ、と自分をうけいれてあげること。

・自分をディスカウントしない。

・いやなことを、いやです、と「わたしメッセージ」で相手に伝えることも、自分を大切にすることかな。

・言われてうれしかった言葉を、以前から小さなノートに書きとめています。折々にそれを読みかえして、その時々の心に響く言葉を口にだして言う。自分の耳がちゃんとそれを聞くように。それは自分を大切にするのに役立つノートです。

・自分の一番の味方は自分、とすごく意識できた。これまで敵視してることもあったよね、ごめんね、と自分に言ってあげました。

一人のひととして

自分が大切にされている、という感覚は十人十色。

いろんな感覚やレベルがあるにせよ、そこに共通しているのは、自分が一人の人間としてどうあつかわれているか、まっとうに見られているか、誰かから気にかけてもらっているか、認められているか、要は、その人が個人として尊重されているか、それを本人が感じられる関係性や環境がそこにあるかどうか、そこが一番の鍵のようにも思えます。

家庭内で、日常的な暴力や、人間性をおとしめられるような暴言をあび続けていたり、職場で度々パワーハラスメントをうけていたり、はたまた、人生のつまづきや失敗を、自己責任だとばかり責めたてられたりすれば、本当はそうじゃなくて一人ひとりとりかえのきかない大切な存在なのに、自分なんてまるで価値のない人間だって、簡単に思わされてしまう。

13条の精神を思い起こせば、自分だけ大切にされればいいのでは決してなく、相手も自身をそう思えること、そしておたがいに大切にしあうこと。

そのことにも、私自身もっと自覚的でありたい、それをまたまわりにも伝えていきたい。みなさんがリアルタイムで出してくれた「大切なリレー」の言葉と、その後に届けられた言葉たちを整理しおえて、あらためてそう思いました。

アレンの言葉

最後に、アレン・ネルソンさんのこと、少しここに記そうと思います。

アレンさんは、ベトナム戦争の元海兵隊員帰還兵。家庭の貧しさから10代で軍隊に入り、アメリカと沖縄で人殺しの訓練をうけ、ベトナムで実際に何人もの人を殺しました。アメリカに戻ってから心が壊れて、18年もの長きに渡って戦争後遺症のPTSDに苦しんだ人です。

もう二度と自分のようなことで苦しむ若者をつくりたくないと、「本当の戦争」の語り部にその生涯をかけたアレンさん。日本でのどの講演会でも、特に子どもたちにむかって、「あなたたちが戦争を知らないのは、お父さんたちが戦争で他国の人を殺さないでこれたのは、9条のおかげです。

9条は、世界の宝なのです」と、強い信念を持って語り続けました。

そのアレンさんの非暴力トレーニングのワークショップに、一度だけ参加したことがあります。ワークの最初のウォーミングアップは、「ポジティブニックネーム」を使って自己紹介することから。アレンさんがまず自分を見本にして、こう言いました。「ぼくの名前はAからはじまるので、ぼくはall rightのアレンです」

円陣を一周する間に、何人かの謙遜したがりの若い女の子が、「あきっぽい、あきこです」とか「とくいなもののない、としこです」とか言うたび、アレンさんはくりくりした目でやさしくにらんで、「違う違う、ポジティブなところをどうか見つけて、ぼくらに教えてください」と彼女たちに問いただすのでした。

2日間のワークショップの中で一番印象的だったのは、アレンさんが言った、「自分を卑下することは、自分への暴力です」という言葉。

もっとも過酷で暴力的な戦場から生きてもどり、それが原因で戦争後遺症にもがき苦しんだアレンさん。そのアレンさんが、カウンセラーや信仰のちからも借りて、何とかして必死に自分を肯定し、自らを受け入れていくまでの、気の遠くなりそうな長い道のりを想像する時、この言葉には本当に重い、重要な意味がこめられている、と思うのです。

自分のことを何だか否定したくなった時、ディスカウントしたくなった時、あの日のワークで彼が私たちに向かって、ぼくはall rightのアレンだよ、と自己紹介した彼の笑顔を思いうかべよう、と思う。そして、どんな時の自分も、all rightの「わたし」だよ、それでOKだよ、といってあげられる私でいるようにしよう、と思う。

自らを卑下することは自分に対する暴力だと、アレンさんの存在そのものが教えてくれました。このことをずっと忘れないでいることもまた、私が私を大切にする方法の一つです。

アレンさんとの出逢いからもう何年もたった今、13条のうたつながりから「大切」を見つめ直すことになった私が、こんなふうにして彼の言葉と再会できたこと、心からうれしく思っています。

to be continued.....

2014.5.25

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第 17 話

水野　スウ

紅茶に持ち込まれるissue

週一の午後、どなたでもどうぞ、のスタンスで続いている「紅茶の時間」には、一人ひとりのかかえている個人的な悩みや葛藤はもちろん、それにくわえてその時代時代の社会のissueが、いろんな人たちの手で持ち込まれてきます。

子育て支援センターというものがまだなかった30年前、紅茶はきっとそれにあたるような場所だったと思うけれど、そこに、チェルノブイリ原子力発電所の事故後は、原発の話が持ち込まれ、集う仲間たちと原発について学び、ともに行動し。

その後、HIV／AIDSについても学び、そこから性に関する話もオープンに語りあえるようになり、ここ近年は、はやらない日の紅茶で、自らのセクシュアリティを語る若い人も少なくありません。

自分の問題、夫婦／家族間の悩み、認知症が進む親の話、介護の話、といったこころ模様の話や日常のできごと話と平行して、戦争や平和、核、人権、憲法についても、自由に様ざまに、語りあわれてきた紅茶の時間。

とりわけこの一年は、政治や、この国のこれから、そしてこんな時代に自分は一体何ができるのだろう、ということが度々話題にのぼってきました。私自身、大きな無力感にとらわれて立ち止まってしまうこともしばしば。それでも、時に、「職場や家庭じゃ、こんな話、したくても全然話せない、余計にもやもやして苦しくなる」といって紅茶に来る人たちがいることを思うと、こういう場があって話ができるということだけで、もうそこに一つの意味があるのでしょう。

学生時代、まったくのノンポリだった私が、今、このように感じ、発信し、何かしら行動していることに、一番びっくりしてるのは他ならぬ私です。それは間違いなく、紅茶の時間という、いわば総合社会学科みたいな場の生徒で長くい続けたおかげだと思っています。

かすかな希望

去年12月、大きな反対の声が日に日に高まる中で、特定秘密保護法が成立。治安維持法のまかり

とおった息苦しい時代がふたたびやってくるのだろうか……と絶望的な気持ちになりかけた時、やっと見つけたほんのかすかな希望。

それは、これまでまったく政治に無関心だった人の中に、逆説的にだけどはじめて、すごく大事なことに気づいた人もいたんじゃないだろうか、ということ。憲法にある「主権在民」の「民」って、もしかしてわたしたちのことだったの？　わたしたちには、憲法に保障されている「知る権利」ってものがあって、それが、とりわけ 3.11 以降、踏みにじられてきたこと、この先もっと踏みにじられてしまいそうなことに、みんなこんなに怒って、反対していたの？　と。

政府のやり方があまりにもひどかったから、それが誰の目にもわかりやすく見えて、自ら行動を起こした人たちがこんなにいっぱいいた、という事実。そのことが、私には闇の中に灯るかすかな希望に思えたのです。

そう思ってから、あ、これっていかにもＳＳＴ的発想だ、と気づきました。今ある状況の中から、なんとか一つでも、いいことを探す、今できているいいところを見つけだす。見方をほんのすこし変えて、ほかの考え方ができないかどうか探る。それは、クッキングハウスに通って今も学び続けているＳＳＴこと、ソーシャルスキルズトレーニングの、それを紅茶の内外で実践し続けてるコミュニケーションワークショップの、根っこのとこにある大事な視点です。

何かを学んで、すぐに何かがわかったり、劇的に変わったり、ということはまずないけど、長年続けてるうちに知らず知らず、こんな変化が自分の中に生まれてくる。学び続けるってきっとこういうことだ。そう思えたこと自体が、少しうれしかった、こんな時にも。いや、こんな時だからこそ。

5月の紙芝居

計 21 回、1 分 35 秒に 1 回 —— 安倍首相が国民の「命」を「守る」と発言した回数を、数えた新聞記者さんがいました。5 月 15 日の会見で、集団的自衛権の行使が今なぜ必要なのか、国民に説明する場面でのこと。首相がその言葉を口にすればするほど、私にはなんだか、命が軽く、薄っぺらく扱われているように思えてなりませんでした。

米軍艦船に救助されて逃げようとしている、お父さんお母さんおじいさんおばあさん子どもたちを守れなくていいのか、と情に訴えるパネルを見せながら、だからこそ解釈変更が必要、と説く首相。海外で働くＮＧＯを救出できなくていいのか、ということも理由の一つにあげていました。

本当に問われなきゃいけないのは、9 条という歯止めをはずして、日本を「戦争する国」にするのですか、それを国民投票という段階を踏まず、時の政府の閣議決定だけで決めてしまって、本当にいいのですか、ということのはず。急ごしらえの紙芝居を見ながら、私はその一番大切な論点をごまかされているような、悲しい気分になりました。後になって、この米国艦船うんぬんの話自体が、そもそも現実的ではない設定だと、いろんな専門家の指摘で知りましたが、どうせよくわからないだろうと、私たち国民を見くびっているのでしょうか。そう感じて、私は余計に悔しくなったのでした。

アフガニスタンで井戸を掘る活動をずっと続けているペシャワール会の医師、中村哲さんは、ＮＧＯ救出を口実にするな、と以前からおっしゃっています。「戦争をしないと決めた 9 条を持ってる国の僕らだから、守ってもらえたのだ、9 条に守られて、活動を続けることができたのだ。 それが、ほんとうの日本の強みなんですよ。日本がどこにあるのか知らなくても、他国の戦争に加わらない掟があることを人々は知っていた」と。

7月1日の子どもたちのコール

7 月 1 日、集団的自衛権（厳密な意味での「自衛」とは違うから、私はなるべく「他衛」権と言い直すようにしています）の行使容認が閣議決定されました。

9 条を正面から変えるのが難しいとわかるや、国民に諮（はか）りもせず、ごく内輪の人だけで、憲法に指をふれずにその本質を変えてしまった。憲法をもっとも守らなきゃいけない立場の首相が、堂々と憲法に違反して。

湾岸戦争の時にアメリカから、自衛隊をだしても

らえないかと頼まれても、9条を盾に断ることができた日本に、もうこれからは、断る理由がなくなります。集団的「他衛」権の行使容認を押し進めた、安保法制懇談会メンバーの一人が、その夜テレビで、「これで世界中を、アメリカと一緒になってパトロールできる」と実にうれしそうに語っていました。それこそ、首相の本音なのでしょう。

この日は、前日にもまして、官邸前に続々と多くの人が集ってきているのを、facebookで知りました。夜になって30人ほどの中高生たちが、どどどっとそこにやってきたそうです。いあわせた大人の誰かが、子どもたちにもしゃべらせてあげて、と彼らにマイクを渡しました。その子たちのコールを、その場にいた人がfacebookに書き込んでくれて、私も10代の彼らの言葉を後追いで知ることができました。

はじめは、大人たちのシュプレヒコールをまねてか、憲法変えるな、安倍はやめろ、かいしゃくかいけんぜったい反対、といったコールが続いていたけど、やがて子どもたちはこう叫びはじめたそうです。

「安倍さん、愛して！　子どもを愛して！　子どもを守って！　僕らの大切な人をとらないで　憲法守って　戦争行きたくない！　僕らは生きたい！」

「僕らは生きたい！」の言葉に、涙が出ました。こんなことを子どもたちに言わせてしまう、この国って一体何なのか、と。

69年間、戦争をしない国と曲がりなりにも世界に認知されてきた日本が、これからは戦争のできる国になります、と宣言したことの重大さを、私たちはどこまで認識できているだろう。大人である私たちの責任は、本当にとてつもなく重たいです。

だまされることの責任

街頭インタビューを見ていると、この閣議決定に賛成の人の多くは、首相の言葉をそのまま受けとって、賛成、と言っている印象でした。その理由がまるで同じだからです。 日本を取り巻く状況が変わったから、一国で平和を守れないから、抑止力はやはり必要だから、と。中には、日本が攻め込まれたら困るから、と個別的自衛権とごっちゃになっている意見もありました。

私には、オリンピック招致のプレゼンテーションで、「福島はコントロールされています」と世界に向けて大嘘をついてしまった人の言葉を、とうてい信じる気にはなれないし、何より、首相のいう「抑止力」が、かえって近い国々との緊張関係を高めていっそう危うい状況を作り出す、と思えてしかたありません。

インタビューでは、わからない、むずかしい、という声もたくさん聞こえてきます。確かに、憲法を変えます、ならわかりやすいけど、かいしゃくかいけん、こべつてき／しゅうだんてき、かくぎけってい、あんぽほうせいこん、等など、聞いているだけでもう遠い世界の出来事みたい。それもまた、言葉の巧みな落とし穴です。

親しい人からメールで、「このままでは戦争になって、大切な人たちが戦いに巻き込まれていくのではないかと超不安です。どうやって意思表明して、周りにも共感の輪が広がるか。そのためにはどうすればいいのかわからなくて、悶々としています」

同じ想いで悶々としている人、きっと数えきれないほどいるでしょう。憲法や平和や戦争を語る自分なりの言葉を持って、それで相手と意見を交わしあうということ、私たちはこれまであまりにもしてこなかった。それを認めた上で、言葉にする練習をはじめよう、今からでも遅くないよ、私も練習中だよ。下手でもつたなくても、一人ひとりが、語ることを怖れない少しずつの勇気を持とうよ、と言いたいです。

支持率、という漠然とした巨大なかたまりを民意と呼ぶなら、その支持率をつくってるのは私たち一人ひとり。国がどう言おうが何しようが、自分と関係ない、と思っている人に、こちらがどう知恵をしぼり、何を手渡していくか、まさに問われてるんだと思います。

伊丹万作さんが、敗戦の翌夏に発表した「戦争責任者の問題」という文章の中の、「 だまされたものの責任」を、もっと深く読み取らなくてはならない、今です。

ささやかなしあわせ

6月の末に、川越紅茶の時間の集いと甥の法要

が続けてあって、娘夫婦と私たち夫婦とで、そのどちらにも参加。めずらしくまる２日をともに過ごしました。私が出前紅茶で上京することはあっても、一家４人のこのような家族時間はこれまでになかったこと。

普段のおかずを並べてのおうちごはんや、娘のパートナーが弾くギターでビートルズを聴き、彼の伴奏で娘が歌い、私が歌う、ミニミニお茶の間コンサート。それは、実になんてことのないささやかな、だけど心からうれしいと思える、家族のしあわせなひとときです。

それが、石川に戻って来るなり、例の閣議決定。川越と東京で感じたしあわせ感は、一瞬にしてぶっとんだ（ように思えました）。私はパソコンにかじりついて、友人や仲間たちが送ってくれる様々な情報を必死に集めては、自分も書き込んで発信、また集めては発信、する日々が続き。

3.11の後に感じた、不安と焦りと苛立ちと。それと同種の感覚に、こころがぎゅ～と押しつぶされそうになって、自分たち家族のまったく私的なしあわせ時間をブログに綴ることなど、とてもうしろめたく、あまりにノー天気な個人主義に思えて、そのきもちはしばらく封印されました。

だけども、10日ほどたって、それって違う！　やっとそう思えました。ごくごく個人的なささやかな、家族という単位が集って社会になり、国をつくっていくのです。しあわせを感じる家族がいっぱいいっぱいこの世の中にいることこそが、大切なのです。

そのしあわせを、大きな力によって壊されないように、理不尽に奪われないように、そのために一生懸命、自分のできることを私はするし、していこう。一人ひとりが大切にされて、しあわせを感じること、生きててよかった、と思える社会。それがなくて、国だけが大切にされ、国の都合で人が動かされるなんて、それは、私の思っている、願っている、「大切」や「幸福」とは、まったく違うものだ。

そう思えた時にやっと、私たち家族のしあわせ時間を、ブログにありのまま綴ることができました。書くことをうしろめたいと感じた、10日間の私の心のまわり道も含めて。

ドイツのひとになったユキさん

シュタイナーの思想に惹かれて若いころドイツに渡り、今もその国で暮らしている古くからの友人、ユキさんが、今年の春、とうとうドイツのひとになりました。

ドイツでは、実際に国籍をとるにあたって、ドイツの一般教養とドイツ語の試験を受けること、ドイツの憲法を守る、という誓いをすることが義務づけられているそうです。ユキさんが私に、ドイツ基本法についてこんなふうに解説してくれました。

ドイツ基本法は、「自由で民主主義的な基本秩序」を自らの価値として主張する、憲法忠誠（戦う民主主義）と言われている。かつて、全権委任法（授権法。正しくは、「民族および国家の危難を除去するための法律」という。ヒットラーがこれをもって、ワイマール憲法を実質的になきものにした）の制定によって、ナチスが合法的に政権をとってしまった。その歴史的教訓から定められたのが、この基本法。

これにより、ドイツに帰化したいと希望する人はそれぞれに、憲法忠誠の宣言に署名しなければならない。● 政治家を含めて、全国民に民主主義体制を明記した憲法への擁護義務を課す（憲法への忠誠）● 自己否定（人間の尊厳や人権の保障・民主主義などの根幹原則を破壊）するような方向への改憲を認めない● 政府が憲法と国民に背いた場合には国民は抵抗権を発動出来る。

ドイツの憲法忠誠が、政治家にも国民にも、これらのしばりをかけていること、はじめて知りました。国民の一人一人が意識していなければ、自由と民主主義は、またいつ奪われて、権力が思うままに国を動かしてしまうかわからない。そのことをドイツの人たちは知っていて、かつ、忘れないようにしているのです。仮にドイツ基本法に照らしてみれば、今の安倍政権はあきらかに、憲法と国民に背いています。

国籍取得のために、ドイツの民主主義を学ぶ機会も与えられたと同時に、日本というものを、日本の憲法とも比べながら学ぶことができた、とユキさ

んは言います。

ドイツで暮らしていても、日本の今の状況は、ユキさんによくわかる。いや、むしろ離れているからもっと見えることもある。彼女はメールで、こんなふうにも書いていました。

「私が聞きかじった集団的自衛権とは、日本を守る話ではなく、売られた喧嘩に正当防衛で対抗するというものでもなく、売られてもいない他人の喧嘩に、こっちから飛び込んでいこうというもの。縁もゆかりもない国に行って、恨みもない人たちを殺してこいと、そして君たち自衛官も殺されて来いと、安倍さんが自衛官に言うもの。

自衛隊が海外の戦争に参加して、日本がテロに狙われたらどうなるだろう？　自衛隊はテロから市民を守れません。アメリカと一緒に戦争した国は、かたっぱしからテロに遭っている。イギリスも、スペインも、ドイツも、フランスも、みんなテロ事件が起きて市民が何人も殺害されている。米軍が日本人を守って避難させるなんてことは、絶対にない。憲法をねじ曲げる権限が、内閣にあるのでしょうか?」と。

ドイツのメモリアルデーは、1月27日。それは、アウシュビッツ強制収容所が解放された日です。加害の記憶を忘れない、国としての責任を感じる記念日。8月15日を敗戦記念日でなく終戦記念日として黙祷を捧げるこの国とは、責任のとり方が根本的に違うのだと感じます。

園長から平和の伝言

7月26日の北陸中日新聞、「園長から平和の伝言　保育者の思い　小冊子に反響」という大きな見出しに思わず目がとまりました。 東京都稲城市のひらお保育園の園長先生が、7月1日の閣議決定に黙っていられなくて、2日の朝、一気に書いた文章を印刷して、それを職員、保護者さんたちに配ったというのです。

「寝ていては　いけないのだと思う　黙っていては　いけないのだと思う」という言葉からはじまる園長さんの、まるで詩のような、でも現実をはっきりと見据え、ご自分の生き方を重ねた、それはとても力強いメッセージでした。

少し長いのですが、このマガジン読者さんの中には、子どもや保育にかかわるお仕事をしてらっしゃる方も多いかと思い、全文をここに、園長さんのお許しを得て載せさせていただきます。

いま、「集団的自衛権」におもう
～7月1日、安倍内閣の閣議決定を受けて～

寝ていては　いけないのだと思う
黙っていては　いけないのだと思う
あきらめては　いけないのだと思う

昨日、安倍内閣は臨時閣議で
憲法の解釈を変えるという途方もない手段で
日本の平和憲法の柱　「戦争の放棄」が変えられた

みなさん　知っていますか
二年前　自民党が政権に復帰した　総選挙の得票率を
わずかに24%　全国民の民意の四分の一
それで国会の議席　過半数を占めるという
小選挙区制度の不思議さ　その不当さ

みなさん　知っていますか
第二次世界大戦の中で　日本軍として参戦した
兵隊240万人が死んだことを
そして　日本軍によって
アジア全体で殺された人たちは2000万人ということを
なかでも　中国では　1000万人もの　多くの命が奪われたことを

みなさん　知っていますか
戦争が終えた1945年の　日本の平均寿命を
男性23.9歳　女性37.5歳
信じられない　この年齢　そのもつ意味　そのもつ重み

1945年3月　東京下町への大空襲
8月6日　広島への　原爆の投下　8月9日　さら

に　長崎へも……
累々として　おびただしい　死者の叫び　命の訴え
けっして　取り戻すことのできない　命の代償　家族の無念さ

そして　戦争が終えた　そして　憲法が産まれた
時の権力によって　時の政権によって
二度と再び　戦争が　起こされることがないように
事情や状況を問わず　外交問題の解決に
武力を行使することが　けっしてないように
私たちの　日本国憲法が　産まれた

その後　67 年間　朝鮮戦争でも　ベトナム戦争でも
湾岸戦争でも　また　イラク戦争でも　アフガン戦争でも
日本が直接に　戦争を起こすことは　なかった
日本が直接に　戦争に巻き込まれることは　なかった

いま　寝ていてはいけないと思う
いま　黙っていてはいけないと思う
いま　あきらめてはいけないと思う

子どもたちが　そのまた子どもたちが
建物を　くらしを　地域を破壊し
ひとのいのちを　奪わないため
ひとにいのちを　奪われないため
くらしや文化　言葉や習慣は違っても
地球に住む　さまざまな世界の人たちと
ともに手をつないで生きるため

知っていますか
安倍総理大臣にも　小野寺防衛大臣にも
国務大臣には　憲法を擁護する　義務があることを

知っていますか
私たち　日本の国民には　二度と戦争を起こさないために
憲法を守り　育てる　不断の努力が　求められていることを

寝ていては　いけないと思う
黙っていては　いけないと思う
あきらめては　いけないと思う　いま　このときに

不戦の誓いのもと　憲法の骨格に　第 9 条「戦争放棄」を
明確にもつこの日本の国で
憲法改正の手続きも　議論も経ず
閣議で解釈の変更を　了承する形で
これまで 67 年間　現在の憲法下では法的にできないと
すべての政権が公言していた　集団的自衛権
これを「解釈改憲」として　閣議で決定した「現政権」

この事態に　一人の保育者として　一人の日本人として
私になにができるか　考えました
そして　ここにみなさんに　伝える言葉を　記すことにしました

子どもの命を守りはぐくむこと
これを阻む　理不尽な動きには　学び　訴え　協同し　行動していく
このことを理念としてもつ　我が社会福祉法人「厚生館」の
職員として　施設長として
また　これまで　多くの保護者と　たくさんの子どもたちに
輝くいのちのすばらしさを　日々の中で　教えてもらった
一人の保育者として
あらためて訴えたい　伝えたい
憲法を守ろう　いのちをはぐくもう
戦争につながる動きに　ノーの行動を示そうと

7 月 2 日　ひらお保育園園長　田中雄二

いのちと平和を介してつながるということ

稲城にこんなすてきな園長さんがおられる！　とうれしくて、即、お便りをお出ししました。「13 条のうた」のCDと『ほめ言葉のシャワー』の冊子を添えて。すると打てば響くように、あたたかい、詩のよ

うな言葉で綴られたお返事。

「聴きながら　こころが穏やかになり　そして涙があふれて　……憲法13条の幸福追求の権利を、やさしい言葉にかえて　歌にして、いま　聴いている私と　あなたと　多くの人と　同じ気持ちが流れている、そう感じる。

スウさん、ありがとうございました。

何だかずっと以前から聴いていたような　やさしい音と　言葉の響きでした。

音って、いいなあ。音の響きって、いいなあ。そして　伝え　伝えられ　手渡しできる人がいること、私がいること、そうしたつながりがあるということ、いいなあ　ありがたいなあ」

園長さんが「13条のうた」のエッセンスをしっかり汲み取ってくださったこと、こちらこそ、ありがたく。「伝言」の中の、9条はもとより、「大臣には憲法を擁護する義務がある」という99条で、「私たちには憲法を守り育てる、不断の努力が求められている」という12条で、まだお逢いしたこともない園長さんと私、こうして響きあえることが何よりうれしく。

閣議決定の、早くも翌朝にこの園長さんがなさったことは、奪われかけた憲法を、ご自分の言葉でもう一度取りもどす試みのように思えます。黙ってないで、言葉にしてこそ、表現してこそ、なのですね。互いの平和観、憲法観を介して、人と人がこんなふうにあらたにつながりあえる。そこからまた生まれる相互作用が、この時代の新しい希望に私には思えます。

私のことでいえば。13条を歌につくった4年前と、歌いはじめた2年前と、あえてCDにまでした去年と、私の想いは違ってきています。最初のころは、13条に少しでも関心を持ってもらうための、小さなドアにすぎなかったこの歌。

けれども去年からの安倍政権の動きに居てもたっても居られず、エイヤッ！　と高い所から飛び降りる決心で、憲法の読みもの付き「13条のうた」CDブックをつくった時、私はその小さなドアを蹴破ったのだと思う。このCDは私の意思表示。私の憲法観を誰かに手渡すための、見た目は手軽な、けれども大事なツールです。

思いはあっても立場があるから何も言えない、できない、という人、それを口にする人もいるでしょう。子どもたちの平和を願い、いのちに関わる仕事をしてきた自分だから、言わねばならない、と思う人もいるでしょう。園長さんは、まちがいなく後者のお一人。だとしても、だとしても、こういう「伝言」を書き、それをおおやけにするに当たっては、ご自身の中におそらく相当な、エイヤッ！　がおありだったことだろう、と想像します。

園長さんとは、その後もずっとメールのやりとりが続いています。その度に、この方の揺らがない信念を感じて、元気が出ます。新聞記事で知った全国の人から、「子どもたちの生命を守ることが保育士の使命、一歩踏みだす時」「大変勇気づけられた」「英訳して海外発信を考えては」「会議で新聞記事を読み上げると大きな拍手が」「全文コピーして友だちに配りたい」といった声が続々寄せられ、増刷した冊子の発送に、園長さんは日々追われているご様子。

そう、こんなふうにそれぞれが心にアンテナを立て、自分の平和センサーでキャッチしたものを、知らせあうこと。伝えあうこと。先に書いた「不安だけど、どうやって意思表明していいか、共感の輪を拡げていいか、わからなくて悶々と……」という想いを持つ人への、ヒントの一つはきっとこんなところにもありそうです。

私も、園長さんからの伝言を受けとったことを機に、以前から大事に思っていた12条を、今一度読み直し、これを言葉にしよう、と思い立ちました。それが8月15日に書いた、「わたしの12条宣言」。これは、園長さんの「伝言」に共振した私からの、そして、園長さんのエイヤッ！　に尊敬と感謝をこめての、私からの「返歌」でもあるのです。

わたしの12条宣言

12条の、「この憲法が国民に保障する自由及び権利は、国民の不断の努力によって、これを保持しなければならない」を、私はこう読みます。

私たちの自由や権利は、ほかから奪われたりおかされたりしないもの。だけども、そう書いてあるからといって、憲法にまかせっきり、ってわけに、実はいかないんだ。

そもそも憲法は、国という権力をしばるためにつくられたもの。しばられる側は、それが不自由で窮屈だから、なんとかそれをゆるめようと、たえずチャンスをさぐってる。

だからこそ、私たちは、国がすることを、いつだってちゃんとよく見はってなきゃいけない。国が私たちの権利をないがしろにする時、おかしなことをしようとした時、はっきり声にだして、おかしい、いやです、って意思表示しなきゃなんない。国と私たちの、おしくらまんじゅうが必要なんだ。

そういう努力を休まず続けることで、私たちの自由や権利は、はじめてやっとこ保たれる。不断の努力を普段からする、ってことが、きっと 12 条の本質なんだ。

私たち一人ひとりの 12 条の実践が、いまほど大事な時はおそらくない。

なぜって、国は今、私たちが知るべき大切なことを、あれもこれもいっぱい秘密にして、自分たちだけで勝手に、外国のする戦争の手伝いができるよう、準備を着々と進めているから。もう二度と戦争をしないと世界に約束した、9 条の意味をねじ曲げてまで。自衛隊のひとのいのちの重さを、他人事にしてまで。

これまで 69 年間、国の名のもとで戦争をせず、国の名のもとで他国の人のいのちを奪わずにきた、この国の誰かが、これからは、他国の誰かを殺すかもしれない、逆に、殺されるかもしれない。その危ういとば口に今、私たちは居る。

生きることは、息をすること、だよね。息をするように、一人ひとりがそれぞれのささやかな 12 条をする、っていうのはどうだろう。

自分にできないことを数え上げたらきりがないから、数えなくていい。活動家にならなくていい。大きなことでなくていい。だって息切れしちゃったら、あとが続かないからね。そのかわり、自分にできることを一生懸命に考える。

誰かの、peace につながる、呼びかけにこたえる。誰かのしてる peace がいいな、って思ったら、応援する。一緒に行動する。これいいな、っていう文章や表現を見つけたら、それを知らせる、伝える、ひろげる。

毎日の暮らしの中で、息をするように、平和と戦争について考える。考えたことを、語りあう。憲法をもっと学んで、語りあう。

どれもみな、12 条をする、ってこと。息するように、ちいさな 12 条をする。それが私の、普段から不断の努力。私の 12 条宣言。

これまで黙していた人が声をあげたら、それはたとえ小さな声でも、大きな意味ある声だ。それはきっと、peace のささやかな piece、平和のかけら、平和の一粒。たくさんの一人ひとりの、12 条の pieces がつながっていって大きな peace になって行く日を、私はひっそりと、夢見ています。

to be continued.....
2014.8.25

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第 18 話

水野　スウ

マガジン連載原稿の副題は、「紅茶の時間とその周辺」。今回の内容は文字通り、「紅茶の時間」とそのぐるりで展開した、peace の pieces、平和をつなぐ粒つぶの報告です。

園長先生に逢いにいく

前号で、稲城市ひらお保育園の田中雄二園長さんのことと、園長さんが綴られた「平和の伝言」について書きましたが、今回はその園長さんに逢いにいったお話から。

集団的自衛権の行使容認が閣議決定された７月１日の翌朝、園長さんが、今黙っていてはいけないと、一気にかきあげ、職員や親御さんたちに配ったという長いメッセージ。それを「園長からの平和の伝言」として紹介した新聞記事で、私は稲城にこんな園長先生がおられるんだ！　とはじめて知りました。

以来、園長先生から、小冊子になったその「伝言」を何回も追加で送っていただき、稲城と石川間で、互いの平和への想いを書きこんだメールと手紙のキャッチボールが、ひんぱんに行き来ました。

でもそれだけじゃ足りない、やっぱり、園長先生にじかにお逢いしてお話したい、の想いはつのるばかり。とうとう10月はじめ、私+東京近辺の紅茶つながりの人たち+娘、の８人と一緒に、この園長さんにお目にかかりに行きました。いわばおしかけ紅茶の時間です。

ひらお保育園につくなり、てぬぐいを頭にまいた園長さんの姿が目にはいってくる。ほんとだ、ご自分でそう言ってらしたけどまさしく、その風貌と雰囲気からして、“クマ園長”さん、の呼び名がぴったりの方でした。

まずは、園長さんに園を案内していただく。どこもかも、子どもたちへの愛情をもって、よくよく考えられた設計の園舎。木造のぬくもり。ところどころ天井からさしこむやわらかな光。渡り廊下の両脇がテラス、その一部は、ふたをとれば夏場のプールになります。園にお子さんが通ってなくても、親子で来れる、地域の子育て支援のお部屋もありました。そして、天井の高い、すばらしいホール。

聴けば、園長さんの大学でのご専門は建築だったとか。園舎の見学に遠くから見える方も多いそうです。

この日は、福島から母子で避難してきたひかりさんも参加されて、その間のご自分のきもちを私たちに語ってくださった。今は学童の施設長をしている彼女だけど、避難してきてすぐには働く場もなく、園長さんの、しばらくこの園で働いてみては、という声かけで保育士としてはたらくことができたという。だから、園長先生は自分たち親子の命の恩人なんです、と。

ひかりさんは、自作の詩の朗読と、ピアノの弾き語りで歌を。今、この園のホールに置かれているピアノは、声楽家でいらした亡きお母様のピアノを、震災後に福島から運んだものだという。

ちいさな平和のおはなし会

園から、近くの喫茶店に移動して、12 人でのちいさな平和のおはなし会のはじまりはじまり。園長さんとのジョイントトーク、まずは私が、今日の時間をもつことになったいきさつから。

はじまりは、園長先生がやむにやまれぬ想いで「平和の伝言」を書いて発信されたこと、その新聞記事に私がとても響くものを感じたこと。この園長先生、いったいどれほど真剣に子どもたちの未来を想い、そのためにどれほど、エイヤッ！　の勇気を出されたことだろう。そう思った私、その日のうちに、感謝のお手紙と、私の平和の名刺ともいえる「13 条のうた」の CD を、園長さんにお送りせずにいられなくなったこと。

園長さんとのメールやり取りを重ねるうち、園長さんを見習って、私も何か発信したい、という想いがどんどんわいてきました。以前から大切に思い、折々に口にはしてきていた 12 条 ――「憲法が保障する国民の自由と権利は、国民の不断の努力でこれを保持しなければならない」を、この際、きちんと自分の言葉にして発信しなくちゃ！　と自分に言い聞かせました。

憲法はそもそも、国という権力をしばるためにあるもの。だからその矢印は、権力を持つ側に向けられている。だけどもこの 12 条の矢印は逆に、私たち国民に向けられています。

それは、私たちは国のしていることをいつもちゃんと見ていて、もし国が勝手に暴走したり、私たちの平和に生きる権利を奪おうとする時は、それはおかしい、それはいやです、と声をあげて、国に憲法を守らせるよう行動しなきゃいけない、ってこと。憲法で保障されてるからといって、国にただお任せでいちゃいけない、ってこと。私たちの自由や権利がおかされないよう、たえまない「不断の」努力を、日常の暮しの中で「普段から」することが、私たちには求められている。――12 条を、私はこのように読みました。

その努力は何も、大きな、すごいことでなくてかまわない。国のしてることに関心を持つこともそうだし、誰かの、peace につながる呼びかけにこたえることも、誰かがしてる peace な行動を応援することも、一緒に行動することも。いいな、って思う peace な文章をみつけたら、それをまわりに知らせる、伝える、拡げることも。日々の暮しの中で平和や戦争について考え、語り合うことも。そういうささやかな行動の一つ一つが、わたし的には、普段から不断の努力＝「12 条すること」と思えます。

園長さんの「平和の伝言」を読んだ時、この方はまさにご自分の 12 条をしてる、って思いました。この「伝言」、とってもいいよ！　とまわりの人に伝えると同時に、園長さんの行動に刺激をうけた私が、以前から気になっていた 12 条を私なりの短い一文にし、それに「わたしの 12 条宣言」というタイトルをつけて、いのみら通信 100 の付録としたのでした。

それはいわば、園長さんの、平和と子どもたちを

想うきもちと勇気に対する、私からのお返し、返歌のようなもの。誰かが表現し、発信した「平和」に呼応し、そこからまたあらたな表現が生まれる、ということの一つの見本です。

今日のこの、ちいさな平和のおはなし会にしても、そうです。互いの平和観、憲法観を手がかりに、全く知らない同士が、こうやって知りあい、出逢い、つながっていけるということ。それこそが私には、今というあやうい時代の貴重な希望に思えます。その時間を、ごく個人的に逢うだけで終わらせるのはあまりにもったいない。私が心ゆるす何人かのひとたちにその場に一緒にたちあってほしくて、園長さんにあつかましくもお願いし、こんな場をつくっていただいた、というわけでした。――と、ここでバトンタッチして、次は園長さんのお話。

園長さんは、集団的自衛権行使容認が閣議決定された翌朝、目が覚めるなり、今、寝ている場合ではない！　と早くに起きだしたそうです。そして、「黙っていてはいけないのだと思う　あきらめてはいけないのだと思う」「知っていますか、総理にも憲法を擁護する義務があること」「知っていますか、私たち日本の国民には、二度と戦争を起こさないために、憲法を守り育てる不断の努力が求められていること」といった文章を一気に書かれたきもちと、その伝言をうけとった人たちの反応や感想を語ってくださいました。

「大事なことを言ってくれてありがとう」「高校生です、俺たちのことを考えてくれる先生がいる」「自分にもできることがある気がしてきました」「大きな勇気をありがとう」などなど。

ほかの保育園の園長さんたちが、田中園長さんの書いた伝言をどんどん刷り増しして、まわりの人に配っていることや、新聞に載ってからは、さらに大きな反響で今も日々、園のお仕事が終わったあと、「伝言」の全国への発送に追われていること。

それから、私の「13 条のうた」を聴いて感じたきもち――聴きながら心がおだやかになって、涙があふれたこと、同じ想いが流れていると感じたこと――や、スウさんって、「12 条する」とか、「不断の努力を普段から」とか「13 条する」とか「エイヤッの勇気」とか、なんて不思議な言葉の使い方する人だろう！　って最初は思ってたけど、いつのまに今じゃ自分でも言ってます（笑）。おはなし会の申し出にはじめはびっくりしたけど、途中からその意味がわかって、こんな場を用意しました。これからも、感じた時に、感じたことを少しでも言葉に残していけたら、言葉で伝える努力をしながら、つながりのある方に発信していけたらと思っています、と。

２人の話を聴いてるうちに自分も何か話したくなってきたなぁ、と娘が、『ほめ言葉のシャワー』のコラムの「あなたの存在は、ほかの誰ともとりかえることができません」という言葉と、憲法 13 条の「すべて国民は個人として尊重される」とがぴったりと重なっている！　と発見した時のきもちや、娘流 13 条の解釈を語りました。

続いて、このちいさなおはなし会に参加した一人一人が、今日、なぜ自分はここに居るのか、ということとあわせて平和への想いを、自分の言葉で順々に。

国のすることに対して、私はこう考える、と言葉にして伝言を書いた園長さんの 12 条。その伝言をいいな、と思った人が、自分のきもちも添えながら、誰かに手渡していく。それもまたもちろん、「12 条してる」ことだし、こういう場にでかけてくることも、自分の言葉で想いを語ることも、その一つ一つがちいさな「12 条する」ってことなんだと、私には思えます。

最後は園長さんからのリクエストで、「13 条のうたほかの誰とも」を。歌いながらずっと、ああ、この日この時、この場にいる人一人ひとりが、peace の piece、平和の一粒、平和のかけらだなぁ、って感じていました。

午後から始まった一期一会な平和のおはなし会、終わった時、外はもうすっかり暗くなっていました。12 人は、気づけば 4 時間も、このときをともに過ごしたのでした。自分のこと、憲法のこと、集団的自衛権のこと、原発のこと、原爆のこと、一人ひとりが感じてること、できることを語りあいながら。

「たくさんの刺激をいただいてきました。静かにはっきりと思いを語る方々が、あんなにいる。私も勇気を出して、まずは笑顔で私の言葉で話し出してみようと思いました」「13 条、12 条、憲法がぐっとみじかになった。ほかならぬ自分の問題だったんですね」

「小さな集まりだからこそ、語りあえることがこんなにある。平和をつくっていくって、手間ひまかかるけど、こういうことの積み重ねなんだね」「よくぞ、この場に、と私に声かけてくれましたね、おおきな講演会よりずっと心に入ってくるし、自分のするべきことのヒントがいっぱい」「憲法とか政治とか、今まで遠ざけてきた話題だけど、自分からも話していこうって思えてきました」「勇気の足りなかった私が今、必要とする時間でした。私も私の12条していきます」などなど、ちいさなおはなし会に参加した人たちが、後日メールで教えてくれた感想です。

＊＊＊＊＊＊

田中園長さんの平和の伝言は、その後、10月半ばに東京の港区でひらかれたピースサンデーという大きな集まりで、俳優座の岩崎加根子さんが舞台に立ち、凛とした声でその全文を朗読されたそうです。

朗読のあと、岩崎さんへの熱い拍手、つづいて、会場におられる園長さんのことが紹介されると、さらに大きな拍手が響き渡り……。

園長さん、「ありがたさとともに、団結と連帯という言葉を、こころから感じていました。」と。

伊那で、いのちの未来の語り合い

園長さんとのおはなし会の翌日、私は信州へ。

伊那での出前紅茶の大きなテーマは、いのちの未来の語りあい。

それを、「過去を聴く～原発が私たちにのこしたこと」、「現在（いま）を伝えあう～あなたの言葉は贈りもの　ほめ言葉のシャワー」、「未来を学ぶ～未来のカギは憲法にあり」の3つの場にわけて語りあう、というこれまでにちょっとない試みです。

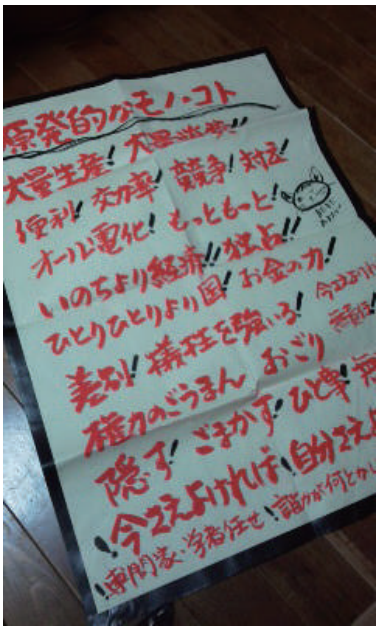
主催は、上伊那子どもサポートセンター。そして、「100人の母たち」in 信州／子どもたちを放射能から守る伊那谷ネットワークの人たちが、これに協力。ちょうど亀山ののこさんの写した「100人の母たち」の写真展が信州の何カ所かで開かれていて、その最後の会場が伊那のコミュニティカフェ・セジュール。そのセジュールと子どもサポートセンターはもとからつながっている。そういう不思議な組合わせのネットワークで、子育て中のお母さんや若い人たちが何人もスタッフにはいってくれたのが、なんともうれしく、心強いことでした。

1日目の「過去を聴く」は、福島から避難してきた農業をしてる若者と、お子さんたちと避難してきて、今は養護学校の先生をしているお母さんとの、ジョイントトーク。

前日の稲城の保育園でお会いしたひかりさんも、以前の暮らしは福島。7月に出前に行った新潟の三条といい、9月に行った大阪、そして今回の稲城、信州と、うかがう先々で、福島から移住して来た人たちと出逢っては、つながっていく。そのことに何かきっととくべつな意味があるのでしょう。

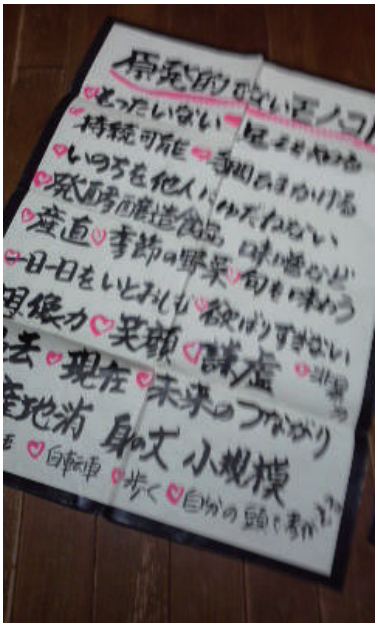
この日の話の中で拡げた「原発的なモノ・コト／原発的でないモノ・コト」リストの大きな紙。これが、とてもみなさんの関心をひきました。

すべての原発がとまっても・原発をとめても、自分の中にある「原発的」な価値観を見直して、それをそぎ落としていかない限り、またいつかおおきな罠にとらわれてしまうのじゃないか。それはこと、原発にかぎらず、それぞれの暮らし方や生き方、政治や社会の見方、とらえ方にも関わってくることじゃないかと思うんです、といってこの紙をひろげたのです。そのモノ・コトリストは、たとえばこういったこと。



<原発的なモノ・コト>

大量生産・大量消費／便利・効率・競争／命より経済／一人ひとりより国／専門家任せ／今さえ・自分さえよければ／誰かが何とかしてくれる／自分には関係ない／差別構造・対立・巨大な暴力／隠す・ごまかす／無責任／どうせ変わらないというあきらめ



<原発的でないモノ・コト>

もったいない・足るを知る／自然と調和する暮し／太陽、水、風への感謝／持続可能／手間ひまかける／いのちを他人にゆだねない／発酵自然食品／産直・季節の野菜・地産地消／想像力／語り逢う・分け合う・協働／過去　現在　未来のつながり・人とつながる／自分の頭で考える・動く／身の丈・謙虚／非暴力

このリスト、もともとは2012年発行のいのみら通信に書いたものでした。2年前、東海村に出前紅茶に行った時、そこで出逢った木田節子さんがいのみら通信でこれを読んで、あらたに大きな紙にでっかい字で書き写して自分用大判リストをつくり、彼女がお話に行く時によく使っていたのだそうです。

木田さんはその後、国政選挙にも立って、脱原発を訴えた人。5月に上野でひらかれた集い、「女たち、いのちの大行進」で木田さんと再会した時、木田さんが、これ、スウさんにあげたかったの！　と、その場で彼女の大判リストを私にプレゼントしてくれたのです。

一人の思いつきに賛同する人がいて、それをもっとすてきに工夫して自分のものにしてくれる人がいて、それを見た誰かがまたそれを進化させたり、ひろめていったり。そんならせんの連鎖がぐるぐるぐると、いま、日本のあちこちで起きてるように思えます。

福島を出て、日本の各地にちらばった人たちも、行きついた先の地で、連鎖の糸を結ぶ、結ぶ。お逢いするどの方も、ほかの誰にもできない尊いはたらきをしているように、私には思えます。この日の語りあいも、そんなはたらきをしている人たちとの、連鎖の糸の結び目の一つに思えました。

憲法を親友に

2日目の午後の部は、「未来を学ぶ」と題して、以前、社会科の先生で、今はセジュールにやってくる子どもたちに勉強を教えてらっしゃる先生とのジョイントで、憲法の話。

私は13条や12条のドアから憲法にはいっていく、感覚的な話。憲法とはそもそも何ぞや、立憲主義とは何か、といった論理的なところは、先生がきっちりおさえてくださるので、この日は私自身とても楽なきもちで話せます。

原発を学ぶ時にも、感と理（感じたり、想像したり、という感性の部分と、理論的に理解する部分）のどちらも必要と思うけれど、それと同じことが、憲法を学ぶ時にもいえるなあ、と思います。

ふりかえりの時間で、若い女性が、「そうか、憲法を自分の親友みたいにしていつもそばにいてもらって、困った時に助けてもらえばいいんですね。憲法ともっと仲良くなりたいって思った。ほんとはこんなに身近なものだったんですね」って言ってくれてたのが、とてもうれしいその日の感想。

むずかしそうな、敬遠されがちなアイテムこそ、やさしい普段使いの言葉でまわりに手渡していくこと、不断の努力でいろんな工夫を重ねていくことが必要、と逆に教えられた思いでした。

＊＊＊＊＊＊

私は「ふぇみん」という新聞を定期購読していま

すが、ある日、届いた紙面をめくっていたら、あれれ、どこかで聴いた話が載っている。伊那の紅茶ではじめて12条を知ったという例の彼女が、こんな投稿をしてくれていたのです。

「この憲法が国民に保障する自由および権利は、国民の不断の努力によって、これを保持しなければならない」

この条文から、スウさんは「12条をする」という表現をなさってました。また、「いま、『集団的自衛権』におもう」という、東京稲城市のひらお保育園長、田中雄二さんの冊子も紹介してくれました。

会の最後に、参加した皆さんの感想を聞いていたら、憲法は「いつも身近にいる親友」という気がしてきました。今までもこれからも私を守ってくれる、そして何かあった時は「それ、おかしいよ」「だって○○条があるじゃない」と教えてくれる、そんな頼もしい友達。この友達と、もっと仲良くならなきゃ、もっとよく知らなくちゃ、と思いました。

そんな感想を言ったら、スウさんが「それ、すごくいいね」とほめてくれました。これから、憲法と友達になろう、と思います。

若い人の、なんてすてきな感性、表現力。この言葉は彼女からじかに伊那で聴かせてもらっていたけど、それをこうして投稿すること自体、彼女が彼女の12条してるってこと、と思いました。

しずくコンサート

10月の日曜日。京田辺のカフェで、ピアノ弾き語りと朗読のデュオ、「しずくコンサート」がひらかれました。60人近いお客様でカフェは満員。

7月に石川の小松でひらかれた「ちょっと出てみよっさコンサート」(下手でもいい、自分たちの音楽を表現して楽しもう、という歌と演奏の手作りコンサート)で「しずく」としてデビューした順子さんと節子さんが、自分の想いはやっぱり自分でちゃんと表現しなくちゃ、と決心して、それからたった3ヶ月でこのコンサートを実現させたのです。

プログラムは、しずくのお二人が、平和こそ大切、あなたにとって大切なものってなんだろう、というメッセージが聴く人の心に深く静かにしみていくようにと、どの詩も、歌も、一つ一つよくよく吟味して、選びぬいてくれたものばかり。

金子みすずさんの「土」、「星とたんぽぽ」、工藤直子さんの「あいたくて」の朗読を、節子さんが。順子さんは、ピアノの弾き語りで、「大切なもの」や「テルーの唄」。沖縄県与那国島の小学一年生(当時)の安里有生くんが書いた詩、「へいわってすてきだね」は、節子さんの朗読に続いて、会場のみなさんと声をあわせて読みました。

大切なものって、見えないけれどもあるんだよ。どんなものも、在る、ということそれだけで、意味のあることなんだよ。そんなメッセージを、私もしっかりうけとめました。

この日のゲストで、小松の「ちょっと出てみよっさコンサート」仕掛人でもある佐和子さんは、自作の詞で「ナナフシモドキ」という歌を。このカマキリ仲間の虫はけっして争わず、でも確かにいのちをつないでいく、とても平和的な虫だそう。だからナナフシモドキは、私の平和宣言ともいえる虫なんです、と、保育士をしながら見つけた虫の物語に自身の平和への想いを重ねて、楽しく歌ってくれました。

私は、いつもの「13条のうた」を歌う前に、12条の話もちょびっと。国のすることをいつも見ていて、必要な時には声をあげる、ノーと言う。そういう不断の努力を普段からすることが大事。その意味で、13条を歌うことは、私にとって、12条することの一つでもあるんです、と。

ゲストの中には、順子さん、節子さんのおつれあいさんたちもいました。アラカン世代のお父さんたちの歌は、「戦争を知らない子どもたち」です。続くスピーチは、「戦後生まれのぼくらは、戦争を知らない子どもたちだけども、戦争の爪痕は知っている。今は、戦争を知らない永田町の子どもたちが、戦争をしたがるおじさんたちになっている」と鋭い切れ味。今日の「しずく」ひと粒の意味を、しかと感じさせてくれるいいスピーチでした。

しずくのお二人による「葉っぱのフレディ」は、同名の絵本の朗読とピアノ伴奏のコラボレーション。いのちが、一つ一つ違うこと、変化しながらもいのちはずっと続いていくこと。彩り豊かなはっぱたちのイメージがふわ〜っとひろがっていく。ピアノと生の

声によるていねいな朗読に聴き入りながら、いのちの美しさ、愛しさをたっぷり感じる時間でした。

＊＊＊＊＊＊

この日は、交流会に残ってくださった方たちと私とで、「大切」のワークショップをさせてもらいました。

「大切」という言葉はあまりに当たり前すぎて、一体どうすることが、誰かを／大切なモノ・コトを、大切にすることなのか、具体的にぴんときてないってこと、多い気がするのです。そこで、自分が大切にされたことや言葉を一人ひとりが思いだして紙に書いてもらいます。それをいったん集めてシャッフルして、6人の読み手さんがリレーしながら一枚残らず読んでいく。そんなのが私のする、「大切のリレー」のワークショップです。

ご夫婦間の、親子間の、友だちとの間の、大切にされたひと場面ひと場面が読み上げられるたび、笑い声が起きたり、胸がじい～んとしたり、あたたかなため息がもれたり。

おおげさなことでなくていい。自分を気にかけてくれるひとがいること。ちゃんと見ててくれる人がいること。やさしさを表現してもらったこと。それがあなたに、私に、伝わること。それをいろんな人たちの具体的な場面や言葉で実感するための、「大切のリレー」。この日はご夫婦で参加した方たちも多かったので余計に、みなさんいろいろ感じることおありだったろうなあ、と思います。

この「大切」のワークを説明する時には、神奈川の若いお母さんの発案した、9条を大切にする方法についても語ります。

ノーベル平和委員会に「9条を守った日本国民にノーベル平和賞をください」と手紙を送り続けた高巣直美さん。それは、彼女が9条を大事に思い、それをみんなに知ってもらうために考えついたユニークなアイディア。一人の考えを、これいいね、とシェアする人がいて、まわりに伝え、拡げる人がいて、ついにはノーベル平和賞候補にノミネートされるまでに至った。惜しくも今年の受賞は逃したけれど、9条を大切にする、こんな方法があったのか、と驚きもし、賛同した人、私も含めて、とても多かったと思います。

＊＊＊＊＊＊

順子さんと節子さんの、はじめてのしずくコンサート。朗読も歌もピアノもすばらしかった。それにもましてすばらしい、と思ったのは、日ごろは作業所などへ歌と朗読を届けにいっているお二人が、自分たちのコンサートを開こうと、エイヤッ！　の勇気をだしたこと。「ちょっと出てみよっさコンサート」に出演し、自分で表現することの大事さをより実感して、自分たちなりの平和のメッセージを、やわらかな雰囲気のコンサートの中でもきちんと伝えていこうと、スウさんには「13条のうた」を歌ってもらおうと、プログラムにも語りにも、それはこまやかに心を配ったこと。

これまでしたことないやり方で平和を表現することは、確かに勇気のいることだけど、その姿からまた誰かが勇気をもらうのです。地域の仲間、そしてそのパートナーたちまでまきこんで、一緒の舞台をつくるってとこが、なおいいな、と思いました。

笠木透さんのこと

笠木透、という名前は知らなくても、「♪私の子どもたちへ」や「♪あなたが夜明けを告げる子どもたち」という歌を聴いたことのある人は、多いかもしれません。私の場合は、娘が未満児保育園を卒園する日に、保母さんと親たちで「♪私の子どもたちへ」を歌うことになり、はじめて笠木透さんの存在を知りました。

「♪生きている鳥たちが　生きて飛びまわる空を／あなたに　残しておいてやれるだろうか　父さん（母さん）は～」ではじまるこの歌。二番、三番は、「♪生きている魚たちが　生きて泳ぎまわる川を～」「♪生きている君たちが　生きて走りまわる土を～」と続きます。この歌が大好きになって必死に練習したのに、卒園式当日は、涙なみだでまるで歌声にならず。それでも、このすてきな歌のことはずっと覚えていました。

それから約10年たって、この歌をつくった笠木透

さんとはじめてお逢いしました。今からちょうど20年前、石川ではじめて、笠木さんのコンサートを4つの場所でひらくことになり、紅茶の時間もその会場の一つになったからです。

その年の夏の夜、笠木さんはお仲間たちとやってきて、大人と子どもで超満員の紅茶で、太く響くちから強い声で、いっぱい歌ってくださった。独特の語りにも説得力があって、ぐいぐい引き込まれました。「新しい憲法のはなし」の朗読がはいる「♪あの日の授業」や、ふるさとを歌った「♪わが大地のうた」「♪長良川」をよく覚えています。「♪光の海」という歌は、今にして思えば、原発に反対し続ける山口県の祝島とつながっている歌だったのだとわかります。

＊＊＊＊＊＊

笠木さんが、日本のフォークソングの草分け、伝説的な人物であることは、紅茶でのコンサート後に知りました。雑花塾、と呼ばれる笠木さんつながりのフォークソングのグループが日本各地に生まれ、笠木さんは日本中で仲間とともに歌い、新しい人たちに歌の種を蒔き、育て続けてきた人でした。

笠木さんの口ぐせ。下手でもいい、自分で感じたことを、自分で表現することだ。フォークは弱者の表現手段だ。

今では石川にしっかり根づいた、現役の先生たちのフォークグループ「でえげっさぁ」も、保母さんたちのコーラスグループ「旬」も、そのもとをたどると、笠木さんがいます。その「旬」のメンバーの佐和子さんが、京田辺の順子さんと出逢った場所も、笠木さんのコンサートでだった、といいます。

東京調布の不思議なレストラン、ことクッキングハウスのテーマソング「♪不思議なレストラン」の歌詞を書いたのも笠木さん。クッキングハウス25周年記念コンサートで歌われた全曲が、作詞作曲ともクッキングハウスのオリジナル。それというのも、笠木さんと雑花塾のお仲間がみっちり3年かけて、歌づくり教室をクッキングハウスでひらき続けたおかげでした。

と、書いてきて、おやや？　もしかすると、私がこの数年、自分の伝えたいことを歌にして歌っているってことも、ひょっとしたら、そのおおもとには、笠木さんの、「下手でもいい。大切なのは、自分で思ったことを表現することだ」があるのかもしれない、とたった今、気づきました！

はっきりと歌の種を蒔かれた記憶はないものの、間接的に、いつのまに、私の中にも、笠木さんがいつも言う、「下手でもいい、自分の感じたことを自分で表現する」の種はまかれていたのでしょう、きっと。

3.11後、笠木さんたちは福島で、その地の雑花塾の人たちと新しい歌を何曲もつくりました。原発の歌、憲法の歌。そしてその地で歌われる「♪私の子どもたちへ」は、40年前に作られたとは思えない、まさに今、リアルタイムの歌です。

1937年生まれの笠木さんは、この10年、何度も大病をし、でも生きて、戻ってきてくれました。今年もがんを手術し、現在は抗がん剤をのみながら、杖をつき、車いすで、それでも歌い続ける。若いころとは声が違うかもしれない、でもきっと、もっと深い声だ。私たちに、もっと人生を、生きることを、表現することの意味を、考えさせてくれる声だ、と思う。

その笠木さんとお仲間たちにきてもらって、20年ぶりに同じ場所で、わが家の紅茶の時間で、11月9日、コンサートをしてもらうことになりました。

笠木透さんと雑花塾コンサート@紅茶の時間

オープニングの歌はいつものように、アメリカのフォークソングに詞をつけた「♪私に人生といえるものがあるなら」。

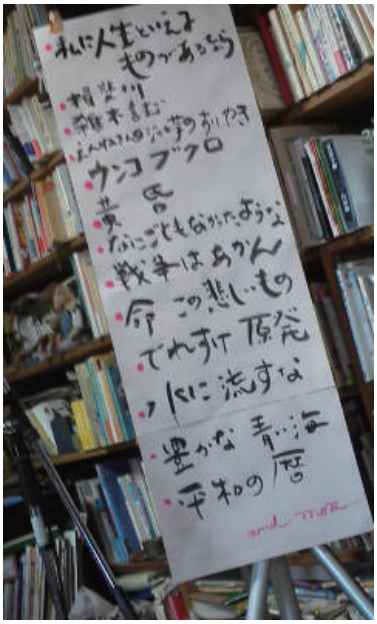
笠木さんが、歳とっても歌えるのがフォークソング、っていってたけど、低く太くお腹に響く笠木さんの歌声で、この歌はとりわけ心にしみる。椅子に座ったまま歌っていても、笠木さんの声はよく響きます。

ダムで沈んでしまう徳山村の風景を、戦争に行ったきりまだ帰ってこないあの人に見せてあげたい。ただその一心で、写真をとりはじめたおばあちゃんを歌った「♪揖斐川」。「売れなくても、下手なものでも、いいものはこの世にいっぱいあるんだよ」と笠木さん。

ざつぼく、の雑木も、お金にはならない木だがき

れいだろ、ほら、この家のまわりだってこんなに美しいでしょう？　と「♪雑木誌」。

戦争が終わった時、子どもだった笠木さん。ふかしイモばっかりの毎日、ひもじくてひもじくて。でもそれでいのちをつないだんだよ。イモにもっと感謝せんといかん、イモ神社があっていいくらいだ。外国人のえんねさんが教えてくれた、ジャガイモのすりおろしの焼いたの、うまかったなあ～と歌う、「♪えんねさんのジャガイモのすり焼き」。



今年、直腸がんを手術して、笠木さんはウンコブクロをさげることになった。なんなんだ、これは！こんなん生きてる気がせんじゃないか！　ってはじめは思ったけど、つけてるうちに、何とふしぎなもんで、今や、いとしいもの、人として高い次元でウンコブクロを見るようになった。それを記念してつくった歌が「♪ウンコブクロ」。

笠木さんの歌のことばは、まさにこんなところからも生まれてくるのです。

生きていて、うれしいこと、悲しいこと、理不尽なことへの怒り、あたらしい発見、感動。

心に本当に感じた、思ったことを、歌詞にして、その想いを語るからこその、説得力、迫力。それは大きな病いの後も、ちょっとも変わらない。

なにより、戦争はいかん、という強い強いきもち。集団的自衛権の行使は、どんな理屈をもってきたってだめだ。理屈じゃない、だめなものはだめだと、いやだいやだと、まるでだだっ子のようであっていい、いかんいかん、と、叫んで抵抗し続けるしかないんだ、と歌う「♪戦争はあかん」。

そして、今年の大病の後につくった歌、「♪命この悲しいもの」。

ある日　この星にやってきて
ある日　この星から消えていく

生まれたものは　死んでいく
この平等だけは　信じてもいい

わずか 80 年ほどを　夢中に生きて
誰もみんな　消えていく
命は　はかない　それぞれに美しい

命は　悲しい　涙とよろこびの花束だから

人は誰だって、いつ生まれるのかいつ死ぬのか、自分では決められない。人を愛して、一緒に 50 年ほど暮して、それでもやがて別れがやってくるんだ。

天災や戦争から、命からがら生き抜いて来て、食べて、子どもをつくって、働いて働いて、いつかは働けなくなって……。

笠木さんの個人的な歌は、普遍を感じさせる歌。そこに一番、私は惹かれるのだと思います。

25 年以上も前、若狭で、車に積んだスピーカーで「♪私の子どもたちへ」を流しながら、原発反対と、たった一人で訴えてまわっていたお坊さんがいた。中嶌哲演さん。彼と出逢い、原発に目をむけた笠木さんは、やがて祝島に通いはじめる。どんなにお金を積まれても、海と魚と畠があるこの暮らしと原発をひきかえになんかできない。そんな祝島の人たちを歌った「♪豊かな青い海」。

魚と野菜と　いい友だちがおれば
ほかに何がいるのだろう　私のこの人生

最後の歌は、「♪平和の暦」。憲法ができてから、日本が戦争をしないできて67年。

日本の人たちが、これまでずっと、「うまず、たゆまず、あきらめず」に、平和の暦を刻んで来たこと、68年も69年も70年も、それをもっとずっと続けて行きたいという歌。

アンコールは、懐かしい「♪私の子どもたちへ」を参加してる人たちみなで大合唱。

最後のあいさつをする時の私、めずらしく涙声になりました。ウンコブクロをぶらさげても、真剣に生きてる人はなんて美しくて強いのだろう、って思えて。「♪平和の暦」の歌詞にある「うまず、たゆまず、あきらめず」は、まさにこれまでずーっと不断の努力で12条してきた笠木さんのほんまもんの言葉だと思えて、胸が急に熱くなってしまったのです。

「♪命　この悲しいもの」の歌詞のように、私たちはいつかはみな消えていく存在だけども、だからこそ、精いっぱい生きて、人間としてのはたらきをしたい、し続けたい、と強く感じたコンサートでした。

平和のひと粒

もうじき、2014年のカレンダーが残り一枚になります。去年12月に、今の政権が無理やり成立させた特定秘密保護法や、防衛装備品移転計画とやらいう名の、武器輸出禁止の大幅なたがはずし。そして7月、憲法と民主主義の根っこに関わる、集団的自衛権行使容認の閣議決定、と、この国がどんどんあやうい方向にむかっていく、戦争のできる国になっていく、という強い危機感の中で暮らしてきたこの一年。

でも、絶望してるわけにはいかない。考えようによっては、今の政権のすることがあまりに強引で横暴で、国民の声をまるで聴こうとしないから、これまで黙っていた人たちが次々声をあげだしている、という変化の兆しが見えるような気もしているのです。

たとえば―― 今回書いたことはみな、「紅茶」のぐるりで起きたこと。

保育園長さんの「平和の伝言」を知って園長さんに逢いにいったことや、ささやかな「わたしの12条宣言」を書いたことや、信州での「いのちの未来の語りあい」のこと、しずくコンサートや笠木透さんのコンサートのこと。ごく狭い範囲でのこれらの出来事は、意図したわけでもないのにみな、根っこのところでつながっている。

どれもが、大切ないのちと平和を願って行動する、peace の piece、平和のひと粒ひと粒なのだと思います。小さな「紅茶」のまわりだけでもうこれだけのことが起きているのだから、視野をひろげればもっともっと新しい動きが起きているはず。いや、実際にもう起きています。

その注目すべき一つが、“SASPL” の動き。「秘密保護法に反対する student」、という意味のイニシャルをつなげたもので、読み方は、「サスプル」。10月25日、その SASPL の学生さんたちの呼びかけたデモが、東京渋谷でありました。2000人の若者たちが集ったといいます。彼らの渋谷デモの映像を、早くも金沢のライブ喫茶で観る会が11月にありました。

それは、めっちゃめちゃかっこいい！　デモでした。ラップのリズムにのせて、一人ひとりの若者のスピーチが実によくて、心にどんどん！　と響いてはいってくる。

でも大事なのは、見た目やサウンドの、かっこよさじゃないんです。彼らが、この一年間、特定秘密保護法という法律のことをうんと勉強して、これはまさに民主主義の問題、自分のたちの問題なんだ、と知って、それからまた考えて、考えつづけて、一人ひとりが自分の言葉を持って、堂々と語っている、というところがすばらしいのです。

憲法や民主主義を語る自分の言葉を持つ、そのことがいま真剣に問われてると思うけど、若い彼らが真剣に学んで得た、生きている言葉から、私にも学ぶところがいっぱいありました。

その一人、SASPL @渋谷デモでスピーチしていた若い女の子、テラダトモカさんの言葉です。

多くの若者が自分の意志でここに集まっています。この動きは確実に非暴力で広がっていきます。

二ヵ月後にはこの法案は施行されます。でも私た

ちは全然絶望していません。憲法に反する法律はその効力を有しないはずです。ツワネ原則を反映していないこの法律のどこに正当性がありますか。私たちはこれからも知ろうとすることを止めないし、主張し続けます。責任ある主体として、独立人として行動しつづけます。一つにならなくていいと思います。それぞれの場所でそれぞれのやり方で、できる範囲でいいと思います。私もがんばります。

特定秘密保護法に反対します！

別の若者の、「想像してください。今から30年後、今ここにいる僕たちの子どもたちが、100年間戦争しなかった祝い鐘をこの地でなり響かせている様子を」というスピーチも、とても心に残ってる。

SASPLの出現は、希望の芽。新しい平和の粒つぶです。

SASPLの学生さんたちのつくった、「THE WAY OF THE SPL ～５分でわかる特定秘密保護法～」５分でこれだけのことを伝えてしまえる彼らの表現力に、脱帽します。どうかこちらも一度見てみてくださいね。

https://www.youtube.com/watch?v=m2i2gcK3Ioc

to be continued.
2014.11.25

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第 19 話

水野　スウ

社会と連動する場

週に一度、わが家をひらいての「紅茶の時間」は32年目にはいりました。晩秋から今年にかけての「紅茶」も、そのぐるりも、あいかわらず暇じゃない日々が続いています。

以前の紅茶は、ただあいている水曜日「ふつう紅茶」と、たいていは土日にひらく、ゲストのお話会、コンサート、映画会などのたまの「とくべつ紅茶」、というふうに境界線がはっきりしていたけれど、このところは水曜紅茶でも、次つぎいろんな企画が繰り広げられています。

はやらない、が身上の平日紅茶が、いつからこんなに忙しくなったのだったっけ？　思い返せばそれは明らかに、第２次安倍政権の成立後、です。

何が秘密かそれが秘密さ、というむちゃくちゃな特定秘密保護法を国会で通し、自分こそがこの国の最高責任者、と集団的自衛権の行使容認を閣議決定させ。もっとも憲法を守らなきゃいけない立場にある首相が、あからさまに憲法を粗末にしだした時期からと、重なっています。

ささやかな場だけども前々からここで、原発やいのちや平和や憲法を仲間たちと学び、語りあい、動いてきた。そこに関心持ち続ける限り、いま現在進行形の社会と紅茶の時間は、好む好まずにかかわらず、連動していることを実感します。

ちなみに秋から冬にかけてのとくべつ紅茶企画、ラインアップはこんなふう。

毎年恒例の、宮澤賢治作品の朗読とワークショップ／笠木透さんと雑花塾のコンサート／朗読劇「空の村号」上演／九条の会事務局長・小森陽一さんの憲法の授業／オルゴール療法を実践しているセラピストさんによる、スイスオルゴールコンサート／弁護士の河合弘之さん製作・監督の映画「日本と原発」上映会／絵本「戦争のつくりかた」を紙芝居にした朗読会、などなど。

その中のいくつかから、私が学んだこと、感じたことのふりかえりを、まとめも兼ねてここに。

「空の村号」

飯館村を舞台にしたドラマリーディング「空の村号」、石川県内での初演を観たのは去年の夏でした。会場は、いわきから避難し、金沢に移りすんだ人がはじめた小さなカフェ。月ごとの11の日には、北陸に移住してきた人たちが、つどい、遠慮せずに想いを語り、また情報交換もできるようにとはじめた「11の会」の会場ともなっているところです。

劇の主人公は、小学5年生の空くん。村を襲った突然の原発震災で、村の人たちも酪農してる両親も変わっていく。空くんは、取材に来た映画監督から、本当のことを映すのがドキュメンタリーだと教わったけど、震災後の家族や友だちを見ていて、本当のことなんて面白くないや、と感じてしまう。

そこで彼は宣言する。「夢がいっぱいで、SFで冒険でフィクションで、ホントのことなんかひとっつも入っていない映画を今、作る！　タイトルは、宇宙海賊船・空号の冒険！」と。

「空の村号」は、ファンタジーとリアルな現実が見事に織り込まれたすばらしい朗読劇でした。

この日の演じ手の中には、福島や関東から避難してきた人もいて、その中の何人かは、紅茶や、原発やピース関連のあつまりですでに出逢っている若いママたち。

田村市から避難してきて、自らを原発難民と呼び、「11の会」の世話人もしているAさんから、「日ごろ言いたくてもなかなか人に言えないこと、また、話せたとしても満足にはわかってもらえない移住者のきもちを、ドラマのせりふで、思いっきり大きな声でいえるのがいいみたいですよ。劇を練習していく中で、お母さんたち、ずいぶん元気になっていってね」とも聞いていました。そう、確かにこのドラマにはちからがある。演じ手たちの熱演を間近に見て、なおそう思いました。

＊＊＊＊

機会があればまた観たいと思っていたら、ふつう紅茶の日に演じさせてもらえませんか、とあちらからお声がかかり、石川では5回目の上演となる「空の村号」を、11月の紅茶小劇場で。

この日は定員が15人。終わってから、演じた側も観た側も、ひと言ずつきもちを語りました。こういう時間を大切にしたくて、それゆえの平日紅茶の上演だったのです。

同じお芝居を観ることのよさは、せりふが1回目よりもっと深いところにしみこんでいくこと。私は何度も笑い、いっぱい泣いて、空くんや妹の海ちゃん、ともだち、空くんの親たちの想いも、前以上に感じあえた気がします。

劇作家の篠原久美子さんは、脚本を書くにあたって、福島県飯館村に何度もかよい、村の人たちから丁寧にきもちの言葉を聞きとって作品を書いたとのこと。劇中に出てくるせりふは一つ残らず、実際に発した人がいる、本物の言葉なのでした。

せりふにあった、お釈迦様の言葉だという、矢の話。矢を作れ、と命じる人がいて、作る人がいて、それで生活する人がいて、その矢を放てと命じる人がいて、矢を放つ人がいて。

私自身、これまで一つも矢なんて放ってない、とはとても言えない気がして、今回も、ずきん、と来る言葉でした。

「すべて、世界の一部なんだよ」というせりふも、また胸に迫ります。劇中の場面が、どれもあまりに本当のことで、現実の世界に違いなくて。「ホントのことなんか、ひとっつも入ってない映画をつくるんだ！」といいながら、空くんは、どれだけ本当のことを言ってくれていることだろう。

仲のいい空くんたちと別れて「北海道なんか行きたくねえ～！」と叫ぶ少年のせりふ。演じながら、ああ、これは自分のことだ、と思う人がいる。せりふを聞きながら、私もだよ！　と感じてる他の演じ手がいる。

福島と直接関わりのない石川生まれの自分が、この役を演じてもいいのだろうか、と逡巡する人がいる。

福島からではないけど放射線量の高い関東から移ってきて、そのことではじめは少し「え、なんで？」という目でみられてた気がする自分。自らのきもちを語り、聴いてもらう活動にも、限界みたいなものを感じ

はじめた時にこのドラマを知り、こうして演じる一人になった今、私はなんてすごいものに出逢ったんだろう！　と確信してる人がいる。

ドラマは生きもの。せりふ自体はきまっていても、演じ手のきもち、見る側のきもち、場の空気、変幻自在の舞台のなかで、ほんまもんの言葉が行きかい、見る人のこころも変化する、ゆれる、笑う、涙する。そしてこのお芝居、「空の村号」を見たことを、忘れない。

次の舞台は、震災から4年目となる3月11日に、金沢市民芸術村からの出航です。その日のちらしには、こんな言葉が添えられていました。「みんな忘れちゃうのかな　僕たちの震災」。

小森陽一さんの、憲法の授業

去年6月、富山県内の九条の会が主催した、小森陽一さんの講演会に行きました。東京大学大学院教授、「九条の会」事務局長でもある小森さんのお話は、実にわかりやすかった。その場で思わず、小森さん、どうか金沢にもお話に来てください！　と、お願いしてしまったほどに。

それから半年後、小森さんに「憲法の本当の役割～平和の中で生きているということ」と題した「授業」を、金沢にしに来ていただきました。

＊＊＊＊

授業は、9条をめぐる戦後の日本の歴史をきっちりとおさえながら、今日現在までを一気に。まるでジグソーパズルのピースが、一つ一つ埋まってつながっていくような、緻密で、明快なお話。

解釈改憲で集団的自衛権を行使できると閣議決定はしても、法案をとおさなければ、そこに「切れ目」が生じる。閣議決定の全文「国の存立を全うし、国民を守るための切れ目のない安全保障法制の整備について」は、ちっちゃい字で、やたら長くて。

――見ただけでもう読む気なくなるでしょうが、でも、これ、大事な証拠物件ですからね。ここんとこだけ、「あらたな3要件」だけは、しっかりと見てくださいね、「我が国に対する武力攻撃が発生した場合のみならず」、の「のみならず」の後に続く、「我が国と密接な関係にある他国に対する～」の語句で、自衛隊の出かけて行ける範囲をいかようにもひろげていける。それが、切れ目のない、ってことなんですよ。

湾岸戦争の時、ブッシュに要請されても自衛隊を海外に出さなかった、いや、出せなかった当時の海部首相。それはもちろん9条のしばり。それによって、日本は憲法9条ってものを持ってるんだと、世界中のふつうの人が知ってしまったことの意味は、ものすごく大きい。「自衛隊の行くところが非戦闘地域なんです！」と小泉さんに言わしめたのも、9条のしばり。そういうしばりが、ところどころに「切れ目」を生じさせてるんだな、とわかります。

ここで、小森さんから質問。

――去年12月、特定秘密保護法が通った後の、クリスマス間近の物騒なプレゼント覚えてます？　あれ、たった1年前だけどもう忘れちゃったかな。南スーダンにPKOで行ってた自衛隊が、韓国軍に1万発の銃弾あげてきちゃったでしょ。あれは憲法違反だよね、置いて来ちゃいけないものだった。こういう場面でそのつど、9条がひっかかってくる。それが、切れ目、ということなんです。

――日本版NSC、国家安全保障会議ができて、その初仕事がこれでしたね。閣議決定だけで、武器輸出禁止の原則をすばやく変えてしまった。ごく少ない人数で、国家の大事なことを決めるようになっていってる。自民党の憲法草案では、戦争になったら全部閣議決定していいことになっているしね。

それから、「九条の会」の歴史についても知りました。2004年の発足時、「九条の会」はほとんどニュースにもとりあげられていなかったそうです。当時は、憲法変えた方がいい、が65%。変えなくていい、が29%。07年にはその割合がせめぎあって、08年には15年ぶりに、変えなくていい、が、9条を変える、をうわまわりました。

この年は、イラクへの自衛隊派遣は憲法違反、との名古屋高裁の判決が出た年でもあったけど、それは、こういう世論の転換があってのことなのでした。

11 月の沖縄県知事選挙では、オール沖縄で闘って、沖縄県民は新しい知事を選んだ。本土とは違う選挙のやり方で勝ったというのは、草の根のちからがこれだけ強ければこうなる、と証明していることなんです、とも。

それにしても小森さん、戦後 70 年の歴史のポイントの日を、なんとしっかり年月日まで覚えていること！と感心していたら、

――ああ、それは記憶力の問題じゃなくてね。なにしろ九条の会ができてからの 10 年間、土日祝日は毎週どこかでしゃべってるからね、忘れる間がない。っていうか、しゃべり続ければ忘れない、ということです。 だからみなさん、おおいにしゃべりましょうね。記憶を保持するためにも、草の根をひろげるためにも、近所と、まわりと、対話しましょう。一人 NHK になりましょう。

私たち一人ひとりが、憲法を語る言葉を持つこと。そのためにもこの国と憲法の歴史を知っておくことは欠かせない。そして今の憲法を変えたくないと思うなら、知ったことをそれぞれが一人放送局になって発信していくことも、やっぱり欠かせないことなんだ、とあらためて思いました。

授業は真剣で、熱くて、深刻な内容。でもなぜか笑いもいっぱい。なるほど！　と合点するたび、そうか、権力は世論を完全に無視することはできないんだ、私たちもただ無力なだけじゃないんだな、と、知ることで元気のわいてくる授業でした。

「切れ目なく、自衛隊をどこへでも」をあちらが目指すなら、こちらはその「切れ目」を保つことが大事なんだ。それこそ 12 条に、不断の努力でもって、憲法が保障する私たちの自由と権利を保持しなくてはならない、とあるように。

「この先、殺し殺される、の関係に入っていくかいかないか、今が瀬戸際なのです」という小森さんの言葉のリアルさ、思わず背筋が伸びました。

＊＊＊＊

この授業は、紅茶の時間だけでなく、私もメンバーである市民の平和サークルとの共催。会場も、紅茶には入りきれないので、別の「教室」を用意しました。実際の準備は、「小森学級生徒会」と名づけたごく少人数の実行委員会で。

「生徒会」のうちわけは、金沢で 10 年余り続いているピースウォークの仲間や、朗読劇「空の村号」にも出演した、関東から移住してきた若いママたち。

私とは親子ほども年の違うママたちと、秋にわが家で一回、顔をあわせて生徒会をしただけで、あとは彼女たちがネットですばやく頻繁に連絡をとりあい、アイディアをだし、パソコン技術もいかして、すばらしい働きを自主的にしてくれました。ちらしも、この手の講演会とは思えない明るいデザインで、それがまたとても新鮮。

授業当日も、受付にはずらりと生徒会メンバーの若い顔がならんで、見事なチームワーク。名ばかり生徒会長の私は、授業の中味の濃さもさることながら、このチームと一緒に動けたことでまた一つ、希望がふえました。彼女たちとのつながりも深まりました。気づけば、この生徒会メンバーのほとんどが、3.11 後に金沢に移り住み、それを起点にして出逢った人たちなのでした。

こんなふうに、一つ一つは小さくても次へとつながっていくアクションを積み重ね、憲法や原発を語りあ

える関係性を育てていくこと。私にはこういうことが、平和の粒つぶ、確かな peace の pieces なんだと思えます。

笠木さんからの終わらない宿題

12 月 22 日、日本のフィールドフォークの草分けとして知られる笠木透さんが亡くなられました。内心怖れてはいたけど、11 月に紅茶で雑花塾の仲間たちとコンサートしていただいたのが、本当に最期のコンサートになってしまいました。

あの日、ウンコブクロと呼ぶストーマをぶらさげて、ずっと椅子にすわりながら、でも、語る太い声にちからをこめて、座長としてコンサートを指揮し、おおいに語り、歌った笠木さん。

下手でも、お金にならなくても、いいものはこの世にいっぱいある、と。何が何でも戦争はあかん、平和こそが大事なのだ、と。揺るぎなく、心底からいい続けた笠木さん。

地位や肩書きを求めず、その一生を通じて、ひとびとの歌――まさしくフォークソングをつくり、自分の言葉で表現することの大切さを伝え続けた、とてつもなく大きなひと。

1994 年の夏と 2014 年の秋と、同じこの紅茶の場で、私は笠木さんの歌を聴いています。その 20 年間に、笠木さんの歌を、語りを、何度も聴きました。石川のいろんな会場で、ピース 9 フェスティバルで、東京のクッキングハウスで、憲法フォークジャンボリーで、クッキングハウスの記念コンサートで。

その 20 年だけじゃない、実に半世紀にわたって、笠木さんは仲間たちと歌をつくり、歌を育て、ひとを育ててこられた。

「いいか、自分で思ったことは自分で、だぞ」という笠木さんの信念を、気づけば私もいつのまに間接的に分けてもらっていて、だから今、歌の上手下手の評価を怖れずに、自分の歌を歌うことができている、そう思います。

笠木さんの最期のコンサート、という貴重な贈りものをうけとった紅茶の時間。それは贈りものであると同時に、笠木さんから、終わりのない宿題を託されたことでもあるのでした。

＊＊＊＊

ラストコンサートで共演していた雑花塾のお一人が、暮れに思いがけず、あの日のコンサートのライブ CD をプレゼントしてくださいました。

そのことを新年の紅茶で話すと、みんなで聴きたいな、聴こう聴こう、という声が何人かから。そうだね、世の中がこんなにあやうい時だからこそ、紅茶につどう人たちと今、笠木さんの歌と語りを聴くことに深い意味があるかも。というわけで、2 月初めの紅茶で、「笠木さんを想う時間　ラストコンサートの CD コンサート」を。

笠木さんの、ちから強く、息づかいもそのままに感じられる、ユーモアあふれる、語りと歌声。雑花塾の仲間たちと歌う、平和の歌、憲法の歌、原発の歌、いのちの歌。

CD コンサートにもかかわらず、1 曲終わるごとに拍手が起こり、笑い声がわき、語りにうなずき、涙し、一緒に歌うとこでは一緒に歌い。本当にそこにいる笠木さんを、いっぱい感じあう時間でした。

終わってからは、みんなでトーク。

・すごい人だったんだねえ。何でも歌にしちゃう！
・20 年前の紅茶コンサートで、はじめて憲法のこと知って。それでもっと憲法を知りたいと思った。語りの説得力がすごい！
・笠木さんから託されたものを、どう引き継いでいくかだね。
・「平和の暦」の歌詞みたいに「うまず、たゆまず、あきらめず」、それぞれの 12 条をしていかなくちゃ。
・笠木さんは一生かけて、権力に対しておかしいことはおかしい、と、不断の努力を普段からしてきた人。
・後藤さんたちが殺害されたばかりだけど、この怒りを私たちが憎しみの連鎖にしちゃいけないって、歌を聴きながらずっと思ってた。

「笠木さんを想う」紅茶には、津幡から、金沢、

福井、富山から、10 数人が集りました。11 月のコンサートに来てた人が半分。歌は知ってるけど、笠木さんとは会ったことのない人も。この日はじめて、笠木さんの歌を聴いた人も。

ああ、こんなふうに笠木さんのメッセージを、彼を知らない人たちにこの先も手渡していくことができる。そう思わせてくれる CD コンサートでした。

＊＊＊＊

その日にまるでタイミング合わせたように届いたクッキングハウスからの通信は、笠木さん特集号。笠木さんとは長いおつきあいになる代表の松浦幸子さんが書いています。

笠木さんが亡くなられたことを知った日に、笠木さんが歌詞をプレゼントしてくれたクッキングハウスのテーマソング、「不思議なレストラン」を、メンバーたちと泣きながら歌ったこと。

クッキングハウスを続けてきた中で、どれほど笠木さんとその歌に支えられてきたことか。根気よく歌づくりと歌の指導をしてくれたおかげで、クッキングハウス 25 周年記念コンサートでは、自分たちのオリジナルソングを大舞台で歌えたこと。笠木さんの人生は、一緒に生きていくための文化をつくっていくことだった、と。

笠木さんが亡くなる 2 週間前の、77 歳を祝う会での言葉も記されていました。「たとえアマチュアでも、舞台の上は非日常の世界だ。舞台に立ったら日常の疲れやごたごたを持ちこむなよ。大事なのは、そこで生気に輝いて表現することだ!」

この通信の中で松浦さんが、「私の活動で、講演や学びをする時、私自身、生気に輝いていることなのだ、と笠木さんからバトンタッチされた思い」と書いておられたけど、この言葉、私にとっても同じ重みでずしん！　と来た。私もまた、出前紅茶という舞台に立った時、私自身の生きることを輝かせながら、聴く人の心に届くように、せいっぱい語りたい、歌いたい、表現したいです。

笠木さんから出された終わらない宿題を、私も私なりに続けて行くよ。笠木さんのメッセージを引き継いで、笠木さんの歌をこれからも歌って行くよ。

「私の子どもたちへ」「あなたが夜明けをつげる子どもたち」「不思議なレストラン」「海に向かって」「君は君の主人公だから」、原発に反対し続ける祝島の人たちを歌った「豊かな青い海」……。歌うたび私は、そこに笠木さんを感じるでしょう。

そしてもちろん、笠木さんがいい歌だとほめてくださった「13 条のうた」を、これからも歌って行くよ。「自分でつくった歌のように生きていけ」は、笠木さんがいつも言ってたこと。この言葉も今、いっそう私の心に響きます。

ピースウォーク金沢 2015

9.11 のテロのあと、ほんの数人の呼びかけからはじまった金沢のピースウォーク。以来毎年 3 月、イラク戦争がはじまった日の近くに、想いを同じくする人たちが集って列をつくり、金沢の街なかを歩いています。

ここ近年は、ウォーク当日だけがピースウォークなんじゃないよね、という意識が仲間の中で育ってきて、去年だけでも、秘密保護法勉強会、映画「ハンナ・アーレント」を見た後でワークショップ、ガザの子どもたちを支援する街頭募金、秘密保護法のパブリックコメントを書く勉強会、などなど、ピースウォークの主催／共催、というかたちで、考えることをやめない場をともにつくってきました。

今年で 14 年目になる「ピースウォーク金沢 2015」。それにむけての実行委員会に、私も出来るかぎり参加しています。

その時でたアイディアの一つ。今年はウォーク当日の前に、いろんな場所で、それぞれサイズは小さくていいから、「ピースウォークカフェ」と銘打って、憲法や平和や戦争のこと、今の政権や集団的自衛権のこと、などなど学びあい、語りあえる場をつくっていくのはどう？

PW カフェは、絵本からはいるもよし、紙芝居からでも、誰かの語りからでもいい、それをとっかかりに、日ごろ自分が疑問に感じてることを口にしたり、人に伝える工夫をトライしたり。こじんまりした集まりなら、

いまさら訊けない素朴な質問もできるかも。

あちこちにPWカフェが出現すれば、ハシゴの参加も可能で、自分の中に、知識と知恵と言葉を貯金していくことができそうです。赤ちゃんのいるママが中心になってひらく、おうちでの「ベビー・ピースカフェ」。幼稚園児のお母さんたちが中心になって、絵本からはいっていく「絵本ピースウォークカフェ」。おでんを囲みながら、若手弁護士さんと自民党の出した憲法改正草案を読みあう「おでん憲法カフェ」などなど。

早速、紅茶でも、と名乗りをあげました。名づけて「紅茶ピースウォークカフェ」。きっかけづくりは、日ごろから子どもたちにおはなしやわらべうたを届けているNさんに、絵本「戦争のつくりかた」の紙芝居をしてもらうことから。

Nさんは震災後、実家のある石川に戻り、福島の子どもたちの保養キャンプにいつも関わり、朗読劇「空の村号」では主役の空くんを演じていた、ピースウォーク仲間の一人です。

「戦争のつくりかた」は、これが今から11年前に生まれたとは思えないほどリアルに、私たちの国の今を表現してる、ちいさな、でも大きな意味のある絵本。

住むところも年齢も職業も違う「りぼん・ぷろじぇくと」の20人が、当時の国がしてること、何かへんだな、不安だね、これっておかしくない？　とメールでさまざまな疑問をもちより、そこから浮かびあがって見えてきたジグソーパズルのピースを、一つ一つつなぎあわせるようにしてつくっていった物語。パズルのつなぎ手には、金沢の弁護士さんも、ピースウォーク金沢実行委員のKさんも、参加しています。

去年だされた改訂版のあとがきに、「話すことから、なにかが始まると信じて」とあるように、私もそのなにかを信じて、この紅茶ピースウォークカフェを企画したのです。

紅茶ピースウォークカフェ

この日の紅茶には、年齢幅のある14人が集りました。Nさんが、よく通る声で「戦争のつくりかた」の紙芝居を読んでくれます。

――わたしたちの国は、60年ちかくまえに、「戦争しない」ときめました。

ここで、あれ？　と思った人がいたかもしれません。戦争をしないことにしたのは70年近く前なのに、と。

そう、その通り。改訂版が出たのは去年だけど、中の文章はあえて以前のまま。そのかわり巻末に、この10年間で実際、どういう法律が通り、自衛隊がすでにどこまで出かけていってるか、詳しい法律的な資料と年表がついています。そうすることで、初版本ではまだ予想や未来だったことが、今はとうに現実になっている、9条をめぐる動きがもうここまで進んでいる、と、一層はっきり気づかされます。

紙芝居のあとは参加した人たちとのフリートーク。

・「いい国民」って言葉がでてきたのが、なんか気持ち悪い。
・誰にとっての、いい国民なんだろう。時の政府にとっての、いうこと聞く、つごうのいい人？
・この絵本が未来の先取り、っていったけど、安倍さんはさらにその先の先取りしてる。
・こういうこと見たり聞いたりするのこわくて、見

て見ぬふりしてたけど、近くに関心持ってるママがいて。私にもなにかできることないかと。自分も世の中の動きもっと知りたい。
・むずかしいことわからんけど、意識は持っていたい。仕事で出逢うお年寄りたちが、前の戦争が始まった時代と今がそっくりだ、って言ってる。
・原発のことにしてもそうだけど、子どもを守る！って強い想いで直感で動いてもいいんじゃない？なぜそれが理論より下にみられちゃうんだろ。
・直感って大事！　理屈ばかりよりも。でもまた、知識も必要。学んで、そうか！　と納得したら、ぶれないで人に話していけるかも。
・あー、でもどうしたら人に伝えられるんだろ。高校生の娘にすらうまく言えないでいるのに。
・ねえ、みんなは、戦争、って一体どんなのをイメージしてるの？
・国と国、じゃないのだろうね、いつ、どこでテロが起きるかわからない不安と暮らす感じ。疑心暗鬼がひろがりそうだなあ。
・人を殺せば犯罪だけど、戦場ではたくさん殺すほど英雄になるんだよ。
・ほんとのことを知ることができなくなって、ほんとのこと言えなくなって、息苦しくなる。人と人の信頼関係がこわれてしまうかも。それがすごくいやだな。
・ヘイワカツドウが、過去のかわいそうな出来事として語られて終わり、ってのに違和感ある。いま起きていること、自分に関わること、っていう視点がほしい。
・何も知らないできたけど、知らない、って言ってもだめじゃないんですね。
・そうなの、わからないことは、ここでは恥ずかしいことじゃないからね。自分が知らないって気づけば、それは、これからいっぱい学べるってことだもん。そんなことも知らんのか～って言われたら、もうそこで、知りたいきもち止まっちゃうよね。

紅茶カフェに先立つ「おでん囲んで憲法カフェ」にも参加してたＮさんと私が、弁護士さんからその日学んだことのおすそわけを、それぞれこんなふうに。

――改正草案には、これまで３つだった国民の義務が、22 個も盛りこまれてるんだよ。権力をしばるのが憲法の本来なのに、国民の私たちをしばるものになってる。それは、私たちの自由と権利がせばめられてしまう、ってこと。私たちの意志や表現の自由もね。
――草案のあちこちにいっぱい出てくる「～の義務を負う」って言葉もだけど、きわだってるのは、これまでの憲法に書かれてる「公共の福祉に反しない限り」って言葉が、「公益及び公の秩序に反しない限り」に変わってること。
――秩序って何か、決めるのは時の権力だからね、原発や戦争に反対のデモもしにくくなるかも。非常事態には、国の言うことに従わなきゃいけない、ってとこだって今までの憲法とは大きく違うところだよ。

今日の人数は、自分のきもちを出しながら語りあうのに、ちょうどぎりぎりのサイズだったかな。これだけの人数でも、違う意見、異なる考え方があります。その違いを認めあって、そうか、そういうふうに思う人もいるんだなあ、って互いを知っていくことで、また何か気づけることがあると思う。それぞれの目指している「平和」の方向が、戦争する国にしてはいけない、という点で同じである限りは。

伝える人がいたこと、いること

この日、紅茶に来たのはじめてです、という人が、「何にも知らなくて」と正直にいってくれたこと。それって勇気のいることだから、紅茶が言える場であって本当によかった。

知らないことは罪だ、という言い方があることも、もちろん知っています。それでも私は、知らなかったということを知って、「無関心」だった人の中から「無」がとれるだけでも、大きな変化だ、っていつも思うのです。

かくいう私自身。ふりかえれば若いころは、社会にも政治にもとんと関心を持たず、自分のまわりで起きるさまざまな出逢いや出来事や、暮らしの中の小さな幸せを発見することの方がおもしろくて、そういう文章

ばかり書いていた。当時の私の頭の中はまさにピーマン状態だったことを、自分で認めます。

子どもが生まれ、必要に迫られて紅茶の時間をはじめて、それまで出逢ったことのない人たちと次つぎ知りあい、家族の小さな幸せが、実は自分を取りかこむ社会や政治ともつながっていることに、遅ればせながら気づいていきました。一番象徴的で、気づきのひきがねになったのは、子育て真っ最中の時に起きたチェルノブイリ原発事故です。

紅茶をしていて、本当にさいわいでした。紅茶にくるいろんな人の中に、私よりずっと前から社会に目を向け、原発のことにも詳しく、行動までしてた人たちがいたのです。

私の身近に、新聞とテレビからだけではわからないことを、伝えてくれた人たち、教えてくれた人たちがいた、そのことを分けあう仲間たちがいた。それがどれほど私にとって大きいことだったか。

知ったものから順送りに、まだ知らない人に伝える人になっていけばいいんだ、とあの時思いました。今の私がしてることは、たぶんそういうことなのでしょう。そして、ハンナ・アーレントが言っていたように、考えることをやめない自分でいたい、そういう仲間をふやしたい、とも思っています。

後藤さんが伝えたかったこと

2月に入るなり知った、シリアで拘束されたジャーナリスト後藤健二さん殺害の知らせに、胸がつぶれそうでした。

彼の死をしっかりと悼む間もないままに、いやな予感が即、ひたひた押し寄せました。この国の首相は、今回のことをもって、海外での邦人救出を名目に、自衛隊をどこへでも出せるような法の準備を、集団的自衛権関連の法案作りを、どんどん押し進めて行くのじゃないか。12月の選挙で、集団的自衛権の行使に関してはすでに信を問い、その信任も得ているのだから、と。

この先、私は十二分に、慎重でなければならないと思いました。悲しみと憤りの感情まっただ中の時、誰かが大きい声で、こうだ、と決めた一方向に、どどーっとなだれ込む私であってはならないと、自分のこころに言い聞かせました。

9.11後の、テロとの戦争、という言葉。アメリカが一つになってしまったかのような、あの時の空気。その後に嘘からはじまったイラク戦争は、かたちを変えて、いまだちっとも終わっていない。

アメリカの大統領がテレビから国民に向かってこう問いかけたのを、今も憶えています。たしかこんな言葉でした。“Are you with us? or with the ax of evil?”　あなたは私側につくのか？　それとも悪の枢軸側につくのか？　さあ、どっちだ。

私たちの国の首相も似たようなこと、いいだしそうだ、と思ってたら、すぐに言いました。テロに屈しない、テロを許さない、テロと闘うために。「罪を償わせる」と言った首相の日本語は、「報復を誓う」と英訳されました。

9.11のテロで亡くなった方のご遺族が、彼の死を報復の理由にしないでほしい、彼はそれを望んでいない、と言ってらしたのを思いだします。後藤さんの死を口実に、日本が有志連合と一体になってテロとの戦争につきすすんでいくとしたら、それはとても残酷なこと、後藤さんの生き方や願いにまったく反すること。

もっと残酷なことは、首相は2人の拘束を知りつつ、また、こんな事態を引き起こす可能性をも予測しながら、イスラエルやエジプトであのような発言をしたこと。そんな事態がおきたらそれをてこに、自分の思う方向へと世論を誘導しやすい、と思ったんでは、とかんぐりたくさえなる。もしもそうだとしたら、もっともっと残酷です。

私たちが慎重にならなければいけない理由は、今回とてもはっきりしました。「イスラム国」と闘う中東諸国を支援する、という発言が、相手にはこのように利用されるのだということ。

だとしたら、憲法9条を変える、と言った時、変えた時、世界は日本をどう見るか、日本はいったいどんな危険にさらされるのか、ってこと、想像しなくちゃなりません。戦後70年、日本は戦争をしない国、相手を攻撃しない国、9条を持つ国だと、信じられてきたことが、どれだけこれまでのわたしたちを守ってきたか、それを感じられる自分でありたいです。

私の細胞は平和憲法でできている

後藤さんたちが拘束されていた時に、たまたまネットで目にした、イラク支援ボランティアの高遠菜穂子さんの文章に、こういう言葉がありました。

（前略）イラクのどこに行っても言われた言葉があります。「日本はあの戦争以降、世界のどの国とも戦争をしていない平和の国」

親日家の多い国はたくさんあるけど、日本が積極的に“参戦表明”したイラク戦争の地で言われたこの言葉は、沁みました。しかし、現状がどんどんかけ離れていくことに焦りも感じました。それでも、「平和な国ジャパン」というブランドイメージだけで、安全が確保されることは何度もありました。日本人であることに誇りを持てました。

イラクのファルージャで武装グループに拘束された時、私は自分自身の人道支援活動を必死に訴えました。目隠しをされたまま訴え続けました。

解放後しばらくして私は気づきました。私は自分自身が「憲法９条」であることを伝えようとしていたということを…。私の細胞は「平和憲法」でできているということを…。私は「憲法９条」に守られたということを…。

これは、2013年8月6日、68年目の「原爆の日」に高遠さんから寄せられたというメッセージの一部ですが、「私の細胞は平和憲法でできている」という表現に、はっとしました。イラク戦争で傷ついた子どもたちの支援をしてきた、それを今も続けている高遠さん。その彼女が拘束され、そのいのちがけの場面で感じた、彼女だからこその、この感覚、この言葉。

後藤さんが拘束されていた1月末に、ネット上で見つけた高遠さんのこの文章は、その時の私のかすかな希望でした。その望みは打ち砕かれてしまったけれども、それでも、高遠さんの言葉は色あせない。なぜなら、この私の細胞だってきっとそうだ、平和憲法でできてるんだ、って、その時、強く思えたからです。

この悲しい事件の後もずっと、前よりもっと確かにそう思っています。高遠さんの細胞が今の平和憲法でできているように、後藤さん自身が９条であったように、私の細胞の一粒一粒にも９条が居てくれてる。

そうとは意識してないだけで、本当はもっともっと多くの人が、自分の細胞も平和憲法でできている、ってことに、やがて気づきだすかもしれない。

70年という歳月、これだけ長く、世界のどの国とも戦争をしてこなかった日本、そういう国に生まれた私の中の細胞を、自らつぶしてしまわぬよう、窒息させぬよう、「普段から、不断の努力」の12条の存在を、私はおおいに宣伝していかないとね。それが少なくとも、私のできることの一つです。

一昨年の総選挙で、首相が「96条を変えて憲法を変える」と言ったことに加えて、副首相の「ナチスの手口を学んだらどうか」発言。私の中にものすごい危機感がつのり、それで、以前から歌っていた「憲法13条のうた」を、超特急で憲法の小さな読みもの付きCDブックにして出したのでした。

今年はその歌詞の一部を、12条の替え歌にして、あちこちでまた歌っていこう。こんな歌詞で。

♪ 誰でもない、わたしがしなくちゃならないこと
わたしたちの自由と権利
他人（ひと）まかせにはできない
「戦争はいやです！」と声をあげること
不断の努力　日々、普段から　重ねてく12条

to be continued—

2015.2.27

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第 20 話

水野　スウ

クッキングハウスで 11 回目のおはなし会

調布のレストラン、クッキングハウスのお招きで毎春、「スウさんのピースウォーク」と題してお話に出かけます。11 回目になる今年のテーマは、「わたしの 12 条宣言」。ちなみに去年のそれは憲法 13 条でした。

そのおさらいも兼ねて、今年、クッキングハウスやその他二つの小さな出前先で語ったことのまとめを、ここに。

出前の中味が、クッキングハウスにかぎらずこのところ憲法づいている理由は、私の中でとても明確です。

自らを「私が最高責任者」と言ったり、私たちに諮りもせずに、内閣のごく一部の人だけで集団的自衛権行使も OK と決めちゃったり、はたまた、自衛隊を「我が軍」と言ってみたり。

憲法を守る義務を負ってる総理大臣が、どうしてこうも次から次へと憲法違反するのだろ。いっとき不思議に思っていました。安倍さんが「主権在民」の意味をしっかりわかっていたなら、自分のこと、とてもそんなふうには呼べないよ。9 条をきちんと読んでいたなら、仮に心で思ってたって「我が軍」なんて言えないはずだよ。

でも今はこんなふうに考えます。いやいや、安倍さんのたび重なる憲法違反は、わざとの計算のうち。3 年前に自民党が出した憲法改正草案の中味に、私たちを徐々に馴らしていくための。数かずの違反は、私たちが真剣に怒るかどうかのリトマス試験紙で、国民がどこまで憲法を知っているか試しつつ、違憲アレルギーに免疫をつけさせつつ、いよいよ改正本番の時には、すでに私たちの主権者感覚が限りなく薄っぺらになっていて、国が私たちをしばる「国家主権」の憲法を、国民がすんなり受け入れてしまえるよう、着々準備しているのだと。

安倍さんのこんなやり方に、とても無関心でいられない。そこで、私なりに学んだ憲法のことを、こうした出前で語っているのです。

直感で発見、の13条

「すべて国民は個人として尊重される」ではじまる憲法13条に私が注目しはじめたのは、6年前でした。娘がほぼ直感に近いような形で、13条の意味を発見したことからです。

私たちは、一人ひとり、ほかの誰ともとりかえのきかない存在で、大切にされる権利やしあわせを追い求める権利を持っている、ほかの人のそれらをないがしろにしない限り。つまり、その大切さは行ったり来たりってこと。

なんでこんなことがわざわざ憲法に書かれているかといえば、一人ひとりよりも国が大切で、公(おおやけ)が大事だった前の憲法のもとでは、自分らしく生きることも、戦争はいやだと声をあげることも許されなくて、国が暴走するのをとめられなかった、という過去の歴史があるから。一人ひとりの、自由に生きる権利が大切にされなければ、そもそも、平和はなりたたないんだ。

娘のこんな憲法解釈のおかげで、それまで単なる条文としてだけ知っていた13条が、私にも急に身近なものになりました。

「13条のうた」をつくって出前先で歌い、2年前には憲法の小さな読みもの付きCDブックまでつくってしまった(詳しくはマガジンバックナンバー第16号に!)。それは、改憲の波がひたひたおしよせてくるのを肌で感じて、しろうとが無謀にも出したCDだったけど、今ではこれがわたし流“平和の名刺”。出会った人に気軽に憲法を手渡すための、格好のツールとなっています。

みややっこさんの、13条

この春、金沢で八法亭みややっこさんの憲法噺を聴きました。みややっこさん、こと飯田美弥子さんは、八王子合同法律事務所に所属する弁護士さん。なので高座名が、八法亭。高校時代、落研にいたスキルを活かして落語で憲法講座をしてみたら、これがおおいに! 受けた。以来、本業の弁護士さんをしつつ、週末は各地からひっぱりだこのみややっこさんに。

このみややっこさんも13条が大好きと知って、先にわたし流・平和の名刺をお送りしたところ、打てば響くがごとく返ってきた、13条を介してのきもちいいエール。なのでいっそう楽しみに、みややっこさんの講座、もとい、憲法高座にでかけたのです。

みややっこさん、実に端切れよく、テンポのいい口調で語ります。

――え〜、意外に思われるかもしれませんが、日本国憲法の核心は、9条ではないのです。人は9条を守るため、平和を守るために生きているのではないのです。

――日本国憲法の核心は、個人の尊厳を守ること、国民の一人ひとりがその人らしく幸福を追求できるようにすることにあり、これは、第13条の、「すべて国民は、個人として尊重される」「幸福追求に対する国民の権利については……国政の上で最大の尊重を必要とする」に表されています。

――何を幸福と感じるかは、人それぞれで違います。他人の権利を侵害しない限り、各人が好きなことをしていいんだよ、国は最大限尊重しているよ、と13条は言ってくれているのです。今の13条は、私を丸ごと肯定してくれています。どんな時も私はこの13条に支えられて、幸福になろうとしてきたのです。

――個人が幸福を追求するためには、人権が保障されること(自由)と国民主権(民主)が、必須。それに平和主義。この3つが個人の尊厳原理を支える三本柱。今の憲法が特にすばらしいのは、戦争は、個人の尊厳にとって有害なものでしかない。戦争という手段は捨てる、と見切ったことです。

時に凛と格調高く、もちろん噺家さんならではの落ちも随所にあり、大爆笑の渦の中で憲法のキーポイントが次々、腑におちていく。

みややっこさんの噺で何よりうれしかったこと。そ

れは、私たち親子が知識に依らず素直に、13 条ってすごくいい！　と感じ、表現してきたことが、専門家によって、理論とともにはっきり太鼓判を押してもらえたこと。みややっこさんから、13 条こそが憲法の核心、と言いきってもらったことは、私が 13 条を語る時の、大きな勇気と確信になりました。

同志社大学総長さんの、13 条

この春の同志社大学の卒業式で、総長・大谷實さんの述べられた祝辞がすばらしかった、と知り、早速ネットで読んでみました。そこにはこんな言葉がありました。

――私は、今日の我が国の社会や個人の考え方の基本、あるいは価値観は、個人主義に帰着すると考えています。個人主義は、最近では「個人の尊重」とか「個人の尊厳」と呼ばれていますが、その意味は、国や社会で最も尊重すべきものは、「一人ひとりの個人」であり、国や社会は、何にも勝って、個人の自由な考え方や生き方を大切に扱い、尊重しなければならないという原則であります。個人主義は、利己主義に反対しますし、全体主義とも反対します。

――あの悲惨な太平洋戦争の原因の一つであった、全体主義あるいは天皇中心主義といった国や社会のあり方について、深刻に反省し、「政府の行為によって再び戦争の惨禍が起こることのないようにすることを決意し」て、全体主義・天皇中心主義の国や社会のあり方を 180 度転換して、「すべて国民は、個人として尊重される」としたのです。憲法 13 条は、まさに、日本国憲法の根幹を示すものとして規定されたのでした。

大谷総長さんはこの言葉に続けて、すでに自民党から出されている憲法改正草案には、個人よりも社会や秩序優先の考え方がはっきりとあらわれていて、これは全体主義への転換を目指すものであってにわかには賛成できない、とおっしゃっています。

スピーチの最後では、卒業生がいずれ直面するであろう憲法改正問題にもふれて、「どうかこの日あえてもうしあげた『個人主義』のことを思い起こしてほしい、そして熟慮に熟慮を重ねて最終的に判断してもらいたい」とまで言っておられます。

刑法学の専門家で、法学博士でもある総長さんのこのスピーチから、私が大きな勇気と確信を得たのはもちろんだけど、それ以上に、卒業生に向かって今この言葉を贈らずにいられない、総長さんの切実な危機感と、ことの重大さがひしひしと迫ってきて、思わず身震いしました。はたしてこのリアルな感覚を、今の日本でいったいどのくらいの人たちが共有しているだろうかと。

ピースウォーク金沢 2015 の、13 条

イラク開戦の日の前後に、金沢で毎年続けている「ピースウォーク」という名の市民のデモは、今年で 14 回目。

少なくともこの実行委員会メンバーたちには、13 条の意味と、今の政治状況への危機感、その両方が共有されていること、前々から感じていました。今年はとりわけ、ウォーク当日に先だっていくつもの「ピースウォークカフェ」と称する憲法の勉強会、語りあいの場がもたれたけど、それもそんな意識のあらわれです。

ある日の実行委員会で、今年はウォークの最後に「13 条のうた」の歌詞を輪読しよう、という声があがりました。私にとっては思いがけない提案だったけど、その理由が何ともうれしい。

この会ではこれまでも、一人ひとりの存在が大切にされ、違う意見にも耳を傾けながら、根気よく話しあってウォークの中味をきめることを、とても大事にしてきました。そういう時間を重ねる中で、一人ひとりのすてきさ、居ることの大切さを互いに発見していく。時には、自分にしかできないこともあるのだ、と気づいていく。

「13 条のうた」の「ほかの誰ともとりかえっこできな

い、ひとつきりのいのち」、「あなたが大切にされ、わたしも大切にされ、それが行ったり来たり、ともに生きること」という歌詞。それがまさにこの場のことで、13条は自分たちのことで。メンバーたちの共通したそんな想いから、「13条のうた」をみんなの前で輪読したい、という声が自然発生してきたのでした。

ピースウォーク当日。ゴール地点の街なかの広場で、11人の輪読ガールズ、こと実行委員会メンバーたちが一列に並びました。赤ちゃんを腕に抱きながらの人、車椅子の人、福島出身の若い人、今年のすてきなピースバナーを描いてくれた人、3.11後に関東から金沢に避難して来た人たち……が、私の朗読する「13条やさしい日本語訳」に続けて、歌詞を順に読みあげていきました。

100人余りが集った商店街広場には、ベビーカーの親子も、家族連れも、若い人も、もちろんシニアの人たちも。それぞれが色とりどりのプラカードや、横断幕や太鼓を持ちながら、街なかで思い思いに平和の意思表示をした、この日のピースウォーク。

ピースウォークを準備すること、参加すること、憲法を学ぶこと、行動すること。どれもみな、憲法12条で私たちに求められている、不断の努力の実践です。そして、個人が尊重され、それぞれに幸福を追求する権利がある、と書かれた13条の中味を実現させていくために欠かせないものも、やっぱり、一人ひとりの12条の実践なのだと、この時実感しました。

103ある憲法条文の中でたまたまかもしれないけど、席が隣りあわせた13条と12条、この二つが私の中でしっかりリンクした、この春の金沢ピースウォークでした。

不断の努力を普段から、の12条

憲法は権力をしばるもので、その矢印のほとんどは国にむかっている、と数年前から言い続けているけど、12条の矢印は逆に、国民の私たちにむけられています。

この憲法が私たち国民に保障してくれている自由と権利は、私たちが不断の努力を普段からすることで、これを保ちつづけるようにしなくちゃならない。あ、でもね、自由と権利が私たちに保障されてるからって、その間違った使い方をしちゃいけないんだよ、それはみんなの幸せのためにこそ使うものだからね、というのが12条に書かれていること。

この12条の存在をはっきりと意識したのは、遅ればせながらたったの2年前です。「13条のうた」に添える憲法の読みものを書いている時に、はた、と気づいた。そうか、不断の努力！　かぁ。私、すごくさぼってたな、自分の12条、ちゃんとしてきてなかったな。平和憲法にあぐらかいて、平和も9条もいつまでもあるものだと勘違いしていたな、と。

憲法によってしばられて、好き勝手できない権力にしてみたら、窮屈だからゆるめたい、って思って当然。ゆるめようといつだってすきをねらっている。そのすきまをつくらせないためには、私たちが国のしていることをしっかり見ていて、変なことした時にはいやだと声をあげ、意思表示すること。12条を実践する私たちと、国との、おしくらまんじゅうが常日ごろからもっと必要だったんだ、と気がつきました。

「12条する」って、たとえば

選挙にいって投票することは、もちろんもっとも有力でわかりやすい、「12条する」こと。国を相手に裁判することもそう。イラク戦争に自衛隊を派遣したのは憲法違反だ、と訴えることもできる（これは9条違反だった、という判決が出ています）。

でもそれだけじゃない、その気になってまわりをみれば、もっと日常的に、ささやかに、いろんな12条している人がほかにもいっぱい、いるいる。

官邸前で声をあげる人もいれば、デモに行く人、憲法の勉強会ひらく人、聞きに行く人、国に対する自分の意見をマスコミに投稿する人、権力を監視することで12条をしているメディアに応援メールする人、大中小のさまざまなピースアクションにかかわる人、いい情報をすばやく発信してくれる人、それを拡げる人。

平和と戦争について考えることも、平和の絵本の読み聞かせを続けることも、家や仕事場や舞台や町の広場やカフェやちいさな語りあいの場で、絵や音楽やお芝居や本や映像、その他のメディアで、平和を表現することだって、もちろんそう。

クッキングハウスでも、以前からずっと憲法に関心を寄せて、勉強も行動も続けてきている。そういう一つひとつが「12条をする」ことで、平和の一粒、peaceのpieceだ、っていうこと。

生きることは、息をすること。そうやって何気なく息するように、自分なりの小さなpeaceを、日々実行していけたとしたら、それが12条で求められている、不断の努力なのだと思います。

若いころの私の頭ん中は、まるきりピーマン、社会にも政治にも無関心だったけど、紅茶という場を通してだんだん無関心から「無」がとれてきて、学んだり考えたり。そして今の私に至ります。知ったことを自分の言葉でまわりに伝えていくこともまた、12条することだと思いつつ。

こんな話をしてから、この日のおみやげとなるA4サイズの「わたしの12条宣言」を、参加しているみなさんに輪読してもらいました（この宣言はマガジン第18号に）。

草案って、どんな案？

自民党は、憲法改正草案なるものを2012年に出しました。憲法は国のかたちと在り方を決めるものだから、これを読めば草案をつくった人たちがどういう国を作りたいと思っているか、よくわかります。

党のHPから誰でも読むことができるけど、一人で読みだすと、いかんせん、難しすぎて途中で挫折しがち。私もそうでした。それでも「あすわか」（明日の自由を考える若手弁護士の会）の弁護士さんから解説してもらって、大体のポイントだけは押さえることができたので、そのおすそわけを。

＜その１＞

一番特徴的なことは、私たちに課せられる義務がめっちゃふえている、ということ。今の憲法では、「三大義務」とよぶように、子どもに教育を受けさせる義務と、働く義務と、税金を納める義務、この3つだけなのに、草案ではそれが22にもふえています。

たとえば、国防の義務。日の丸・君が代を尊重する義務。家族が助けあう義務（国がこんなことに口だして憲法に書くのが、そも、ヘン！）などなど。

そして、今の99条では、憲法を尊重し守る義務があるのは、天皇はじめ、総理大臣や国務大臣や裁判官や公務員、となっているのに、草案では、まっ先に私たち国民にその義務が課せられている。憲法の本質は、権力をしばるためのもの。その矢印の向きが、これまでと違ってくるのです。

＜その２＞

今は“象徴”とされている天皇だけど、草案の第1章には、「天皇は元首である」と書かれています。アジアの国々は、これをどう感じるだろう。その上、今の憲法とは違って、この天皇に憲法を守る義務は課せられません。天皇は、憲法をこえた存在になるのでしょうか。

＜その３＞

これまで平和主義をつらぬいてきた憲法9条の条文が、大きく変えられています。「戦争放棄」の章は「安全保障」に、「自衛隊」は「国防軍」に、その国防軍は軍事裁判所のような審判所も持つことになります。

草案の9条では、国防軍が守る対象にまっ先にあげられているのが「我が国の平和と独立」。国民は、二の次。それに、ひとたび事がおきた時、軍は国民を守らない過去がいっぱいあったこと、忘れちゃいけない。満州でも、沖縄でも。まして、この国防軍は、国内の治安維持のためにも出動できる、と書いてあるからなおさらです。市民のデモを取り締まる目的で、軍がでてくるかもしれません。

＜その４＞

まったくあたらしい章としての「緊急事態条項」は、特に要注意！　ここに書かれているのは、首相が、今が「緊急事態」と判断すれば、「緊急事態宣言」を出すことができて、その宣言が出されたら、何人も（なんにんも、じゃないよ、なんぴと、つまりどんなひとも）その命令に従わなきゃいけなくなる、ということ。

「地震等による大規模な災害」という言葉をいれて、あたかも憲法にこのきまりがなかったから、3.11 後の対応がうまくいかなかったように思わせつつ、よく読むと、「内乱などによる社会秩序の混乱」も、緊急事態の定義に含まれてるではないですか。

麻生さんの「ナチスの手口を学んだらどうか」発言が思いだされます。ヒットラーが全権委任法と大統領緊急令を使って、ワイマール憲法を完全に骨抜きにし、国を意のままに動かしていったこと。あの方法を見習え、と麻生さんは言っていたのだと、今ははっきり思っています。

来夏の参院選後、おそらく自民党は憲法改正の発議をするでしょう。いきなり９条ではなく、まずは受け入れられやすい、「環境権」や、この「緊急事態条項」などを新しく加えたい、と。その説得理由に、3.11 がおおいに使われるだろうこと、今からしっかり心しておかなくちゃなりません。

＜その５＞

私たちの「基本的人権」が、ことごとくちっちゃくさせられ、制限されていること。

まずは、私の大好きな 13 条。今の条文にある「すべて国民は、個人として尊重される」は、それぞれの自由と、しあわせを追い求める権利を、国は尊重しますよ、ってこと。どのようなあなたであっても、それが他人の人権をじゃましないかぎり、あなたがあなたを生きる自由があるし、あなたのしあわせはあなたにしかきめられないこと、と 13 条は言ってくれています。

ところが草案では、今の「個人として」のところが、「人として」に変えられている。「個」なんてあってもなくてもそう変わらない？　いえいえ。ここで想定されている「人」とは、憲法に定められる義務をしっかり守る、国にとって都合のいい国民としての「人」。私も、私の自由も、国の考える、人たるものこうあるべきだ、の枠におしこめられたくなんかありません。

そしてこの 13 条に限らず、ほかの条文にもある「公共の福祉に反しない限り」の言葉が、草案では、「公益と公の（おおやけ）秩序に反しない限り」と書き換えられていたり、新たに付け加えられているのも、大きな違い。幸福追求の権利も、表現の自由も、私たちの自由と権利も、財産権も、草案では公の秩序が優先されているのです。

「公共の福祉」と「公益」は、なんだか似ている気がするけど、実はまったくの別物。おおやけの利益は、国益、おかみの意向に反しない、という意味だろうけど、前述のみややっこさんはずばり、「この部分を、安倍様の好み、と読み替えてみると、草案条文の本音がよくわかりますよ」といってらした。確かに！　その方がピンときます。

自民党はもちろん最終的に９条を変えたいのだけど、日本が戦争できる普通の国になっていくためには、そこだけ書き換えてもうまくいかない。だからこその、「公の秩序」がここにもあそこにも、「法律の定めるところにより」という言葉が、ここにもあそこにも、ちりばめられている。

はて、この“法律”ってなんだろう。実は中身はまだ決められていなくて、時の内閣の裁量で、そこはいかようにも変えられる、という法律なわけです。

草案との読み比べ早見表

「憲法」は、政府がやるべきことと、やってはいけないことをわたしたちが決めた、国のおおもとのきまりです。戦争したい人たちには、つごうのわるいきまりです」（絵本「戦争のつくりかた」より）

この言葉を借りるならば、草案に書かれているのは、政府にとって都合のよいきまり。草案の主語は一見、私たち国民のようでいて実は、「日本国」「我が国」だったりしています。

これでは憲法が、国をしばるものから、私たちをしばり、従わせるものへと、「国民主権」から「国家主権」へと、憲法の意味が180度かわってしまう。国のための国民を求められることで、私たちの自由と権利が大きく制限されてしまう。

つまり今の憲法の三本柱である、「主権在民・基本的人権・平和主義」が、3つともくずれていく、ということ。まさに、立憲主義のさかだち。同志社の総長さんが危惧しておられた、全体主義への転換、逆走です。

クッキングハウスの出前では、現憲法VS自民党改正草案の比較早見表・てのひらサイズ、をおみやげに用意しました。せっかく来てくださったからには、憲法について知ったこと、一つでも二つでも持ち帰って、まわりの人と話す際の小道具にしてもらいたくて、私の学びをぎゅぎゅっとコンパクトにしたもの。これがみなさんにとっても好評でした。

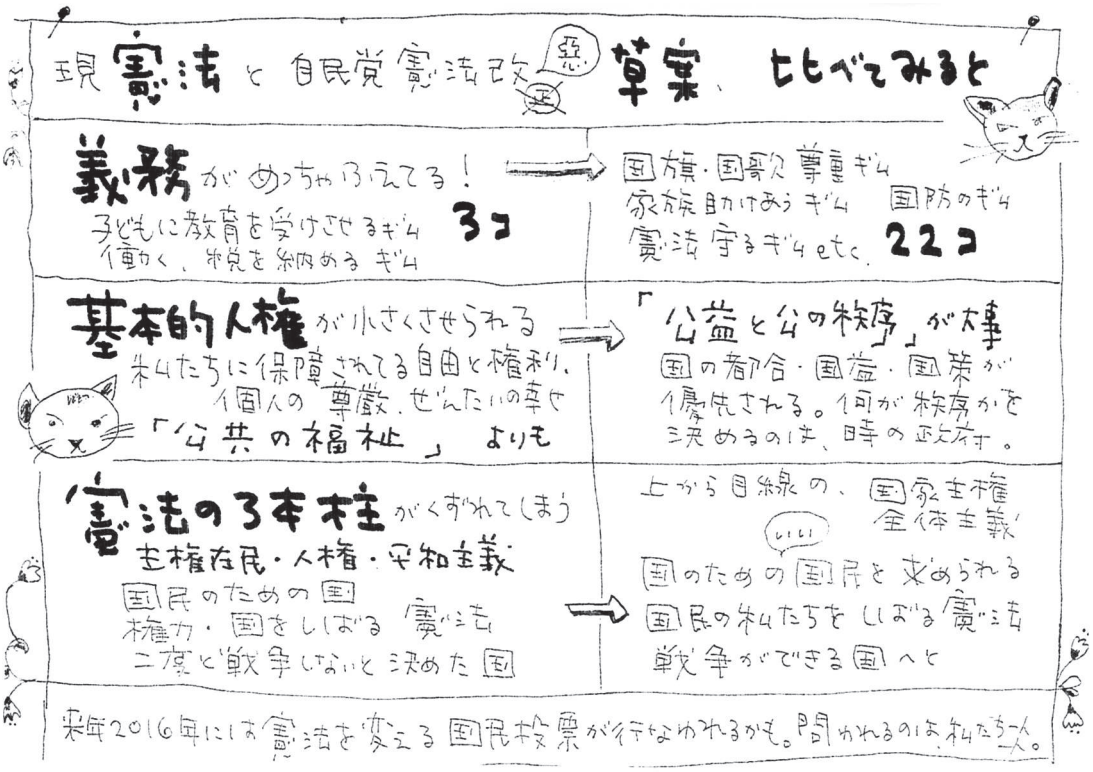
平和の場を守る

クッキングハウスが憲法を熱心に学ぶのは、今にはじまったことではありません。今から10年前の2005年、私にだされたご注文のテーマからしてもう、9条でした。その翌年は私からの提案で、憲法改正国民投票にそなえての「国民模擬投票」をしたくらいです。

今年のおはなし会で松浦幸子さんが言われたこと。「クッキングハウスが平和な場所でありつづけることが、自分にとっての、平和を守るたたかいなのです」。

国が危険な方向に進んで行こうとする時、支援をもっとも必要とする人たちへのサポートが、まず切り捨てられていく、福祉が縮小されていく。福祉の現場に長く身をおいている松浦さんは、もうそれがすでに始まっていることを、誰よりもリアルに感じている一人。

だからこそ、これまでもずっと、メンバーたちと憲法を学び、自分たちにできることを探し、みなで平和の歌を歌い、ともに行動してきたのです。クッキングハウスが平和の場であるためには、社会が平和でなければならない、それが松浦さんの活動の根っこにあることを、この日あらためて強く感じました。



ふりかえりのひと言感想で、あるメンバーさんが、「松浦さんが私たちと関わることが、松浦さんの平和の活動と知ってうれしかったです」と。

今の社会の生きにくさを、人一倍感じている人たちの心のおだやかさを保つこと、ひとりぼっちにさせないこと、支える側と支えられる側が分断されずに、今ある平和な場をともに何としても守ること。その日々の活動がまた、支える側の松浦さんをも、実は支えているのだろうなと思います。

考えてみれば、それは「紅茶の時間」にだって言えること。紅茶にやってくる人とおなじ目線で、プライベートなきもちの話も、暮らしの中のなにげない話も、家族の問題も、そしてその延長線上にある、平和や戦争、憲法や原発の話、政治の話も自由に語りあえる、こんな場のあることが、私の平和のものさし。この場が平和でありつづけるために私のできることをする。それがきっとこれまでの／これからも、私のしごと。私のしあわせ。

「12条します」

私が石川に帰ってしばらくして届いた松浦さんからのお手紙に、こうありました。

「クッキングハウスでは、スウさんのピースウォーク以来、『12条します』が合い言葉のようになりました。自然に、息するように、小さい12条を見つけています。あるメンバーが、私は、みんなの食事をおいしく作ることで12条します、とシェアリングタイムに宣言してくれて、うれしかったです。メンバーたちはこころのやさしさで、一人ひとりが12条しています」

クッキングハウスへの出前翌日、川口でのおはなし会に参加された稲城の保育園々長の田中雄二さんも、ご自分が出かける場でたびたび、「13条のうた」のCDを紹介してくださっています。

田中さんは、集団的自衛権行使容認が閣議決定された翌朝、保育者としてとても黙っておれず、「園長からの平和の伝言」を書かれた方。新聞で知り、まさに12条している園長さんがここにおられる！　と感動して、私から平和の名詞のCDをお送りしたことが、ご縁のはじまり。送っていただいた伝言の全文を読み、園長さんの勇気ある行動への“返歌”として、私は「わたしの12条宣言」を書こう、と思ったのでした（このことも詳細は第18号に）。

園長さんからはその後何度も「13条のうた」の追加注文をいただいています。添えられた言葉に、「また、いろいろな機会に12条したいと思います。peaceのpieceのことも、みなさんに伝えています」と。

そうなんです。まさにこういう感覚が、普段から不断の努力の12条する、っていうこと。自分がこの国の平和のひとかけらをつくりだしている一人なんだ、国の好き勝手にはさせないよ。そんな意識を多くの人が持つことが、「主権在民」の中味を空っぽにせず、充たしていくことだと思うのです。

紅茶けんぽうかふぇ

折しも、新法の「国際平和支援法案」と、これまであった安保法制の改訂バージョンを十把ひとからげにした「平和安全法制整備法案」が、閣議決定され、国会審議が始まったばかり。「平和」と名づけているけど、その心は、安倍さんがアメリカに出かけてオバマさんに勝手に約束してきた、名は体を表さぬ、11本もの戦争法案のこと。

どうやら、安倍さんの「平和」と、私の「平和」は違っているらしい。すれ違った言葉の使い方をそのまま放っておくと、いつしかそれが「へいわ」の意味になってしまいかねません。そんなのまっぴらごめんなので、私は私の定義での「平和」を、私の言葉でこれからも語っていくのです。

そんな想いから、東京の出前で語ってきたことを、ホームグラウンドの紅茶の時間でも、あらためて語ることにしました。名づけて「紅茶けんぽうかふぇ」。一回ごとは小さなサイズで、対話しながら、憲法の核心の13条も、そのお隣の12条も、改正草案の中

味についても、自分ごととして考えてもらえる時間を重ねていくつもりです。

　秋には、春の東京で話を聴いた人たちが、自分のまわりにいる人たちにもあの話を聴いてほしいから、と、今度はそれぞれの暮らしの場で、再びのけんぽうかふぇを用意してくれることになりました。

2015.5.20

今回のお話に登場したトピックスの詳しい情報はこちら↓からどうぞ。

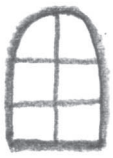
○日本国憲法改正草案（自由民主党）
https://www.jimin.jp/policy/policy_topics/pdf/seisaku-109.pdf

○『八方亭みややっこの憲法噺』（花伝社、2014）
http://kadensha.net/books/2014/201405miyayakko.html

○ 2014 年度同志社大学卒業式祝辞 (2015年 3 月 20 日)
http://www.doshisha.ed.jp/message/speech20150320.html

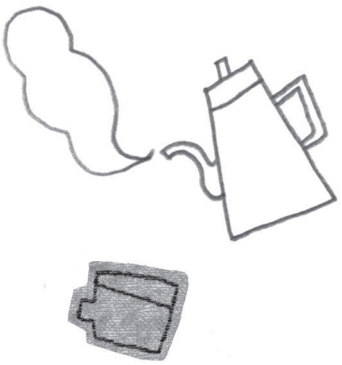
○明日の自由を守る若手弁護士の会（あすわか）
http://www.asuno-jiyuu.com

○ひらお保育園園長からの平和の伝言
http://www.kinoouchi.com/area/area%2014-08%20heiwanodenngonn.html



○「憲法 13 条のうた　ほかのだれとも」
http://maiworks.cart.fc2.com/ca2/18/p-r-s/

○対人援助学マガジン第 16 号
http://www.humanservices.jp/magazine/vol16/19.pdf



○対人援助学マガジン第 18 号
http://www.humanservices.jp/magazine/vol18/20.pdf

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第21話

水野　スウ

国会と伴走中

特定のイデオロギーとも政党とも、まったく関係ない一市民の私なんだけど、今年の5月以降、まるで国会と連動＆伴走してるような奇妙な感覚の中にいます。

テレビで中継される安保法案国会をにらみながら、フェイスブックでマスコミ以外の情報を追いかけながら、毎日がなんと駆け足で過ぎていくことだろう。本来の私は、こんなあわただしい暮らしをちっとも望んでいないはずなのにねぇ。

その間、「ミニとくべつ紅茶の時間」で「けんぽうかふぇ」をひらいたり、憲法のお話の出前に行ったり、ピースウォーク金沢の仲間によびかけて、安保法案に対する意見を道行く人に訊くシール投票や、法案への意思表示をするピーススタンディング、などなど、金沢の街でもいろんな人がこの法案に関心や疑問を持っているよ！ってこと、なんとか可視化したくて、あれやこれやと仲間たちと行動する日々が続いています。

私たちの自由と権利は、私たちの普段からの不断の努力によって保たなきゃならない、と書かれている憲法12条。その12条の実践が、今ほど必要と強く感じる時はありません。

臨時ピース紅茶

この安保法案、衆院特別委員会で強行採決される日が7月15日になりそうと知った時、その日はたまたま「紅茶の時間」と重なる水曜日だけども、こんな一大事の日、わが家でおとなしく紅茶ひらいてるってわけにはいかないぞ、と急遽、「臨時ピース紅茶します！　紅茶に来ようと思ってる人、いつもシール投票やスタンディングしている金沢四高記念公園までどうぞ来て下さい」と、メールやFBで呼びかけました。

その日は、以前から公園の前で、九条の会・石川ネットをはじめ、いくつもの平和団体が共同で

ピーステントをはっているし、同じ日に近くで、金沢弁護士会の弁護士さんたちが、安保法案のシール投票行動をする日でもあり。この法案に関心を持つ県内さまざまなグループの人たちが、はからずもその公園に集合することとなりました。

私が臨時紅茶を思いついたのとほぼ同じ頃、ピースウォークつながりの若いママからFBで、「せいじをかたろう、ママの会、をはじめます」という知らせが入りました。これまた同じく15日、同じ公園に集まって、ママ同士、日ごろ話しにくい政治のこと、安保法案のこと、語りあおうよ、というもの。ところが、そのママたち、想いがいっぱいあって呼びかけてはみたものの、気づいたら中心メンバーの誰一人、早い時間からは公園に来れないことが判明（笑）。

「スウさーん、そういうわけで、もしも早目に公園にいって紅茶してるなら、集まってくるママたちのこと、よろしくお願いしまーす」と追伸が届きました。もともと午後から紅茶をするつもりでいたから、もちろんOKだよ、と返事。

このあたり、日ごろからピースウォークその他で一緒に行動しているからこその、連係プレー。ましてや、ママたちが立ち上がって、せいじをかたろう、って会をつくったのです。これはおとなとしてできることで応援しなくちゃね、という気になって当然です。

強行採決の日に、金沢の公園で

約束の時間よりも早めに公園について、目印がわりのピース旗をひろげ、顔なじみの紅茶仲間を迎えていると、赤ちゃんを抱っこした若いママが、きょろきょろ誰かを探しながら心細げな表情で近づいてきました。「あの〜、フェイスブック見てきたんですけど、ここで、いいんでしょうか……」。彼女に続いて、幼子かかえたママたちが、次々、公園に集まってきます。

赤ちゃん抱っこしたままじゃ、おしゃべりするのも大変だよね、と、四高記念館（金沢の旧第四高等学校が、今は記念館として市民に開放されている）前の芝生にちらばっていた椅子を全部集めて大きな輪にして、みんな座って、それから一人ひとりに、今日はどうしてここに来ようと思ったの？と訊くことから、語りあいがはじまっていきました。たった数時間前、国会で安保法案が強行採決されたというまさにそのタイミングで。

「安保法案や集団的自衛権のこと、何が何だかよくわからないけど、とっても不安でたまらない」
「とにかく、反対！って言いたくて、今日ここに来ました」
「午前中の審議もNHKは中継しないで、いきなり採決のとこだけ見せる、これってひどい」
「こういう話、ママ友とホントはしたいけど、しゅうだんてき、とか、あんぽ、っていって、もし退かれたらと思うとこわくてできない、余計にもやもやしちゃう」
「ダンナさんとこんな話ができないのが悲しい。自分でよくわかってないから話が続かなくて、言い返されたら何も言えなくて」
「もっと知らなくちゃいけないと思うけど、どうやって知ったらいいんだろう」
「本当は2人目がほしい。でも安倍さんがこんな法案通そうとしてるから、不安で産めない。少子化なのに国はまったく逆のことしてるよね」

どの人もみんな、自分の言葉を持っている。今の政治や安保法案の一つ一つはよくわからなくても、なんかヤダな、感じ悪いな、このこと誰かと話したい、って強烈に思っている。メールやFBだけでなく、生身でじかに顔をあわせて、不安を不安としてそのまま吐き出せる場を、必死に欲している。そんなママたちの想いが、ひしひしと伝わって来ます。

公園に集まったママたちは、私の娘と同年代。私が紅茶の時間をはじめた年齢ともほぼ同じ。だからなおのこと、まだうまく言葉にならない不安にも、危機感にも、こころから共感するのです。

話し合いの最中、遅れてごめんね！と到着したのが、「せいじをかたろう」と呼びかけたママの一人。2人の幼子をかかえて、みんながこの日、こんなに集まってくれたことに感謝しつつ、率直に、熱く、語ります。

「テレビやごはんの話をふだんするみたいに、政治の話もごくふつうにしたいし、知らなきゃいけない、って思う。こんな話、もっともっとあたりまえにしたい。関係ない人なんて一人もいないんだから！」

うん、きぱっと自分のきもちを言ってて、いいなあ。偶然にも彼女、娘の小学校の同級生でした。

ここに、はじめの一歩を踏み出した「新しいひと」たちがこんなにいっぱいいる。私は彼女たちよりずっと先輩の一人としてただそこにいて、ママたちの話を聴きながら、ああ、今日は国会で歴史に残るひどい政治が行われた日だけども、そのおかげで生まれた、新しいひとたちのつくる希望の種が、ここにはあるよ、って感じていました。

「こんな話、もっともっとあたりまえにしたい」。彼女の言う通りです。今、国がしていること、しようとしていることに対して、もっと知ろうとすること、自主規制しないでおかしいことをおかしいということ、こういう話をあたりまえに語れる場をつくること、ふやすこと、一人ひとりが本気で「12条をする」こと、それが民主主義をつくっていくことだろう、と私は思います。

若いママたちの言葉に耳を傾ける紅茶仲間は、私より年下の人も含めてみな、彼女たちの親世代。ママたちの不安はそのまま、自分の娘や息子たちへの想いとも重なります。

この日たまたま仕事が休み、FBを見て、金沢の街なかで紅茶をしていると知って、京都の紅茶仲間が日帰りで駆けつけました。彼女もまた、この重大な一日を京都でのんびり休養するより、久々の紅茶に来て、自分なりの意思表示をして、私たちと一緒の時間を過ごしたかったのだといいます。

石川子ども文庫連絡会のお母さんたちは「おじいさんのできること」という長編大型紙芝居を持参して、ピーステントの前で読みきかせをしてくれました。

この紙芝居、ときわひろみさんという方の四半世紀以上前の作品。朝の新聞を読んで水爆実験が行われると知った一人のおじいさんが、「おじいさんのできること」と言って立ち上がり、「核戦争に反対します」と書いたプラカードをつくって、それを持って町を歩きはじめると、おばあさんがその後ろから「おじいさんのできること、おばあさんにもできること」と言って続き、それを見たお母さんが「お母さんにもできること」と言って後ろを歩き、それを見たおばさんが、お兄さんが……というふうにどんどん人の列が長くなっていく、という物語です。この日は、10数人の人たちがこの紙芝居の輪読をしました。

(*) 紙芝居の冒頭の動画が公開されています。
https://www.youtube.com/watch?v=xDeiaSEQpvc

ピーステントの人たちや金沢の弁護士さんたち、個々人で集まった人たち、いろんな年齢層の人たちと共有した分、この日あったことを、私はずっと忘れないでいられるはず。この日の臨時ピース紅茶は、めったにないほどの濃い時間を、安保法案に反対する多くの人たちと分かちあった日になりました。

私たちの声を届けようプロジェクト

「せいじをかたろう」と呼びかけたママたちは、その日の夕方、公園から自民党県連事務所に直行したそうです。自分たちのはもとより、この日初めて言葉を交わしたママたちのきもちも、じかに自民党に伝えに行こうと決めて、即、実行。アポなしで。でも事務所にはもう誰もいなくて、きもちは宙ぶらりん、モヤモヤ倍増。

彼女たちのすごいところ。もうその翌日には、「だれの子どももころさせない」を合い言葉に京都で

はじまった「安保関連法案に反対するママの会」に呼応して、「ママの会＠石川」を立ち上げていました。そして、自分たちが不安に思っていること、疑問に思っていることをちゃんと表明しよう、と「私たちの声を石川の議員さんに届けよう」プロジェクトを思いつき、早速動きだしたのです。

FBのグループ内でプロジェクト呼びかけの文案を練り、それができるなりFBのイベントページで告知し、おのおので広めて、強行採決の日に公園で出会ったママたちにも知らせ、同時に、わが子の通う保育園幼稚園のママたちや、平和サークルのイベント会場で、「声を届けよう」のちらしを手渡していく、という行動の素早さ。

その呼びかけ文はこんなふうです。

「私たちの声を石川の議員さんへ届けよう！」プロジェクトを始めます！　ぜひ、皆さんの声を届けていきたいので、参加してもらえたら嬉しいです！
「安保法制」日本の国のあり方を大きく変える法律が、衆議院で可決されてしまいました。採決後に、委員会を取り仕切った浜田委員長が「政府として（法案）を十本束ねたのは、いかがなものかと思っている。」と記者団に述べたのがとても印象的でした。
今、法律をつくる立場の人たちにも、もやもやとした、いろんな思いがあると思います。ほんとにこれでいいのか？　今こそ、議員さんたちの考えを聞きたいし、私たちの声も聞いて欲しい。
どんな未来でも、せめて「十分考えて、その結果みんなで選んだ」ものであってほしい。今のままではあまりにモヤモヤなまま、子どもたちによくわからない未来を押し付けることになるのが、心配です。
そこで、皆さんの「ここが知りたい！　ここが不安！　私はこう思ってる！」などを文章にして届けませんか？　その声をまとめて地元の議員さんに届けます。
なんとか、一緒に考えてもらいましょう。
☆議員さんへの質問もぜひ。お返事を取りまとめてどこかで公開できるようにやってみます。☆正直で丁寧な文章でお願いします。乱暴なものは仲介できません。

「安保関連法案に反対するママの会」は全国に生まれているけど、この、「声を届けようプロジェクト」は石川が初の取り組み、ということで大きな新聞記事にもなりました（このあたり、日ごろからピースウォーク金沢が記者さんたちとつながっているので、連係プレーができる）。今後は他県でも、このような取り組みをはじめるところがでてくる、と予想されています。現に、福井にできた「反対するママの会」は、石川のお母さん達の呼びかけ文を参考にして、「私たちの声を福井の議員さんに届けよう」プロジェクトをスタートさせたところです。

スタートしてから20日間で、4歳から80代の方まで、県内から180通をこえる「私たちの声」が寄せられました。順次、県選出の国会議員さんに届けられていきます。どうか私たちの疑問に答えてください、できることなら、議員さんと対話したいです、という要望書も添えて。

国会議員の事務所や県連事務所を次々訪ねるうちに、先生と呼ばれる議員さんの政治姿勢も、直接は会えなくても事務所で対応する秘書さんの言動を通して、そこはかとなく見えてくる。遠かった政治がどんどん近くなっていきます。

子連れで民主党県連事務所も訪ねて、元国会議員さんや県議、市議さんたちに、たっぷり話を聴いてもらいました。ちかぢか、岡田党首が金沢にきて、弁護士や学生たちと少人数で座談会をする予定、その席に、「ママの会」からもどうぞ参加してください、というご招待までとりつけました。

「私たちの声を届けよう」プロジェクトの応援団である私も、行けるときは彼女たちと一緒に議員事務所に行きますが、主役はあくまでも子育て

中のママたち。議員さんを前にして胸バクバクさせながらも、懸命にきもちを言葉にして伝えようと努力している姿を、私はまるで母親みたいなきもちで、脇から見守っているのです。

民主主義ってなんだ

安保法案を本当に止めたいと、国会前で、毎週金曜日に抗議行動を続けているSEALDs（自由で民主的な日本を守るための、学生による緊急アクション、その英語の頭文字をとって、シールズ）。彼らのもとに、6月4日の国会憲法審査会で、安保法案は憲法違反という意見を述べた憲法学者の小林節さんがやって来て、激励と連帯のスピーチをしました。

それと相前後して、多くの憲法学者さんやジャンルを超えた学者さんたちも違憲の声明に名前を連ね、7月30日の「学生と学者の緊急共同行動」では、SEALDsと学者さんたちとでシンポジウムをひらき、その後、一緒に並んでデモをして、夜には国会前で抗議行動をしました。

その緊急行動をともにした憲法学者の水島朝穂さんが、国会前でスピーチ。その水島さんの言葉を、市民メディアのIWJ（Independent Web Journal）さんが全文書きおこしてくださっています。

(*) http://iwj.co.jp/wj/open/archives/255866

「早稲田大学の水島です。今、全国憲法研究会の代表をしています。
さっきから『憲法を守れ、守れ』と言われていると…我々はそれで飯を食っております。飯を食っている人間がここに来ないのは、やっぱりヤバイ、ということで学者の会呼びかけ人ですけど、今日、初めて来まして、感動しました。
何に感動したかというと、ずーっと砂防会館からデモをやってきた時、今コールしていた彼が（SEALDs奥田愛基さん）が、『民主主義って何だ』って言ったんです。そしたら、その後（みんなが）『これだ』って言ったんですよ。
それを見た瞬間（思い出したのは）、私は24年前、東ベルリンに住んでいて、壁が崩れるときの一年半前に行きました。あの時、壁を崩した市民勢力が最初、89年の9月4日に、ライプツィヒで権利を求めてデモをやったんです。でも、みんな怖くて来なかった。でも1000人が集まった。
『就職に響くぞ』『大学退学だぞ』…いろいろと秘密警察が脅したんですよ。『じゃあ、月曜日にもう一回集まろう』『ダメだよ、会社クビになるわ』…でもみんな行った。そしたら5000人になってた。
そして10月2日、2万人になった。10月9日、7万人になった――。
それを見たベルリンの人たちが『俺たちもやろうじゃないか』と言ったんです。89年の11月4日の土曜日に、アレクサンダー広場という、私が住んでいた目の前にある広場に集まろうと。呼びかけたのは俳優とアーティストと作家です。『おもしろそうだ』ってみんな思った。
もう一つあるんです。警察にちゃんと許可をもらった。東ドイツはデモをしてはいけないんですよ。でも芸術家の集会だから警察が簡単にハンコを押しちゃった。
さぁ集まった。100万人が集まった！
そして弾圧された政治指導者が立ち上がって、『We are the People』って言ったんですよ。俺たちが人民だ、と。この東ドイツの体制は人民民主主義。『ドイツ民主共和国』なんて嘘っぱちじゃないか、俺たちは壁の向こうに行けないじゃないか、行かせてくれ！と叫んだんですよ。
そしてその11月4日の大デモンストレーションの後、5日後にベルリンの壁が崩れたんです。これはどういうことを意味していますか？
最初はベルリンの壁は崩れてなかったんです。一番最初は、小さな小さなデモから始まった。でも『定期的に月曜日に集まろうね』と、ど

んどん膨らんで、ついに100万人になったんですよ。
私はそこに住んでいて、上から見て、そこには100万人も入れません。『“100万人”は嘘ですよ』と新聞は書いた。当たり前だよ。せいぜい10万人くらいですよ。でも違うんですよ。そこに向かって電車に乗り、車で、徒歩で一杯集まってきた人、ひっくるめて100万人なんです。
だから、ここにいるのが2万だとか3万だとか、砂防会館に4000だとか、明日の夕刊フジや産経新聞が書くんですよ。でも、その向こうに1000万、2000万の国民が見ているんです。だから8割の国民が納得していないじゃない。
8割の国民が納得していない政権は、退陣願いましょうよ。
今日の夜10時から、NHK第一放送、NHKジャーナルに出演してこのデモのことを話します。
今、新しい民主主義が国会前で始まっている。それはなにか。今まで私が、45年前、高校生でここでデモをやった時、どっちかというと後ろからついていったデモだったんですけど、全然違うの。今日、先頭で、学生といわゆる学者が一緒に歩いたんですよ。
そして、『民主主義って何だ』って彼らが問うたら、『これだ』と言ったんですよ。私、初めて、憲法やって33年、飯食って来ましたが、今日、初めて、憲法って何だって分かりました。
これなんですよ。
俺たちが人民なんです。だから、それに反対するあそこにいる政権には退陣を願いましょう。廃案しかない。廃案しかあり得ない。がんばりましょう」

（原佑介「【スピーチ全文掲載】『憲法で33年飯を食って来たが、今日、初めて何が憲法かが分かった。これなんですよ！』水島朝穂教授がSEALDs集会で熱弁 ～ベルリンの壁崩壊直前のドイツと国会前が今、重なる」http://iwj.co.jp/wj/open/archives/255866（IWJ Independent Web Journal　2015年7月30日）

憲法を長年、研究していらした水島さんをして、はじめて憲法が何かわかった、と言わしめたもの。SEALDsを中心とする若者たちの、言葉だけじゃない、実際の、不断の努力の直接行動を見て、そこにご自分も飛び込んで参加して、民主主義って何だ、これだ！と水島さんは感じられたのだと思います。

SEALDsよりさらに若い、10代の高校生が「ティーンズソウルデモ」を、続いて、中学生も声をあげ、「反対するママの会」はその後も全国各地で次々に生まれ、いくつもの大学有志の会がそれぞれの反対声明を出し（金沢大学からも出ました）、与党公明党の支持母体の創価学会からも、ついに、反対の声があがりはじめました。

そして今、金沢でも若者たちが動きだしています。
SEALDsが呼びかけている、「8月23日若者全国一斉行動」をきっかけに、その同じ日、この街ではじめての行動をおこそうと決めたのです。
4人の、10代から20代の若者が中心となって、安保法案に対してなにかできることはないかとたちあげた、生まれたてのグループの名前は、TNG。Think about Next Generation。
彼らは、金沢片町のおしゃれなカフェを夕方から貸し切りにして、「Listen × Know × Talk～私たちの未来と安保法案～」がテーマのあらたな集会を今、準備している真っ最中です。
政治を語りにくい今の世の中。自分で考えはしても、なかなかまわりの人と、それを共有したり、共感するのがむずかしい。それは若者にかぎらず、家庭の主婦も、ミドルエイジのおばさんも、おじさんも、会社の男の人、女の人たちだって、そうかもしれない。
若い世代が、これは自分たちのことだと関心を

持って、政治を考える、知ろうとする、23日がそんなきっかけとなる日になればいいなあ、と思います。そんな若者たちの出現が、また、おとなたちをも勇気づけ、動かしていくでしょう。

30歳以下の参加費と、それより年上の人の参加費をかえて、おとなもシニアも、参加すると同時に応援できる仕組みをつくってくれているので、私も、彼らがあらたにつくろうとしている場を楽しみにして参加します。その日、私は福井へけんぽうかふぇの出前に行く日だけども、終わったら特急電車に飛び乗り、金沢駅から会場のカフェに直行しましょう。

「新しいひと」が生まれてる

「新しいひと」が、この国で、日々毎日、生まれているように感じます。国が民主主義をこわそうとしているので、これまで漠としてつかみどころのなかった民主主義が、逆説的にクリアに見えてきて、それを感じとった「新しいひと」たちが、関わり方の個人差はあっても、安保法案を自分事としてとらえ、一人ひとり、民主主義しはじめているように思います。

デモになんかぜったい行きそうにない人が、または、自分から政治を語るなんてこと一度もなかった人が、今、新しい自分の言葉を持ち、行動しようとしている、これってすごいこと。

川口の紅茶つながりの、実におとなしそうなお母さんが、もう7回もSEALDsの国会前行動に参加しているというのです。春にベルリンとアウシュビッツを訪ねる旅で出逢った女の子が、SEALDsのメンバーになり、初めてスピーチすると知って聞きにいってからというもの、何度も国会に行っているの、と知らせてくれました。

こんな例が私のまわりで頻発してます。ひぇ〜まさか、あの人が！　え、あの人も？　という、うれしい驚きと希望と勇気。そう、以前から動いていた人たちだけでいくら声をあげても、今の状況はかわらない。新しいひとたちの出現があってはじめて、社会は少しずつかわっていくのだと、私は信じます。

「新しいひと」が生まれてくる時に、かならずそれに冷や水をかけたい人がいること、承知しています。3度の選挙で与党にこれだけの議席を有権者が与えた以上、国のすることに今更文句をいうのはおかしい、という人や、今の動きはいっときの熱病にかかってるみたいなもんさ、という声も耳にします。

そうまで思わないとしても、何事もお上にまかせておけばいい、国が決めたのならしかたがない、選挙で勝った者が多数決で決める、それが民主主議、と思っている人もきっと大勢いるでしょう。

それでも、与党に一票入れた人たちは、この国の民主主義をこわしていいとか、立憲主義なんて無視してかまわない、とまで思って投票したのでは、おそらくないはずです。百歩譲って、集団的自衛権や安保法制に賛成する人であったとしても、こんなふうに一内閣の暴走で、この国の民主主義がこわされていっていいのだろうかと、その一点にしぼって考えてみた時、今の安倍政権のやりかたに、もの申すだけの権利と義務と責任が、私たち国民にはあると、私は思うのです。

法的安定性って

すでに多くの人がもう気づいてしまいました。安保法案の本質が、私たちのいのちと安全を守るためのものではなく、アメリカのする戦争の手伝いに、自衛隊を海外のどこへでも派遣できるようにするための法案であることに。そして今の政権は、法案を通すよりもっと大きな重大な変化を、この国にもたらそうとしていることに。

そのことをもっともよく私たちに教えてくれたのは、ほかならぬ、安保法案作成の中心メンバー、磯崎洋輔首相補佐官でした。彼はまた、自民党憲

法改正推進本部の事務局長でもあります。安保法案の衆院可決後、この法案は憲法違反だ、の声がますます高まっている時も時、この人は「法的安定性なんて関係ない」って講演会で言っちゃったのです。国民よりも、国を守ることこそ最優先、新しい法律が、法的にとか憲法的にどうこうとか、そんなの関係ない、って。

あわわわ……思わず本音を言ってしまったね、磯崎さん。新しい法律をつくる時に、法的な安定性などなくてよいなら、法律は時の政府の都合でころころかわってしまう。それでは誰も法を信用しなくなります。

そもそもが、国の未来を左右する重大な法案を通すならば、先に憲法改正を国民に問うべきです。それがむずかしいとわかったので、解釈改憲。それでもやっぱりこの安保法案、スタートの閣議決定からして無理がありすぎるから、参院で国会審議を重ねれば重ねるほど、憲法との不整合性があとからあとから。

このこと自体、法律より上に位置する憲法を軽んじていることです。主権在民を無視して、立憲主義が何か、気にも止めない人が一連の安保法案に直接かかわり、改正草案にもかかわり、私たちに国家主権を押しつけようとしている。これって、集団的自衛権は9条違反、総理大臣が憲法を守らないのは99条違反、ということよりもっと根源的な、してはならないこと。

法的安定性を重んじない安保法制をこんなやり方で通すとしたら、法治国家が成り立たないからです。こんなことを認めてしまったら、民主主義も憲法も立憲主義も、根っこからくずれてしまう。そこにこそ、私は本気で怒っているし、だからこそ、本当に止めたい、って思っているのです。

この夏の、私の宿題

マガジンに前号を書いた後、この私に今、何ができるだろう、とおおまじめに考えました。前号の内容は、私が憲法のお話の出前先で語っていることを、おおまかなレポート風にまとめたものです。

たとえば――。憲法13条の大切さを、直感で発見した娘から気づかされたこと。それをきっかけに、私が「13条のうた」をつくったこと。実はその13条こそが、日本国憲法の核心中の核心であったと、後から実感したこと。私たちのいのちや、自由、しあわせを追求し、わたしがわたしらしく生きる権利の13条を実現するためには、まずもって、決して戦争してはならないこと。

また憲法12条で、私たちには、国のすることをしっかり見ていて、国がおかしなことをしようとした時はちゃんと声をあげる、不断の努力が求められていること。「わたしの12条宣言」という文章を書いたこと。どんなささやかな12条の実践も、peaceのpiece、平和のひとかけらであって、そんなpiecesが無数に集まらない限り、もとよりpeaceはつくれないし、この流れも止められないこと。それにくわえて、自民党の憲法改正草案と今の憲法との違い、などなど。

それらはどれも、日ごろから出前けんぽうかふぇで語っていることです。ならばいっそ、前号のマガジン原稿を基に、私の伝えたい憲法を一冊のブックレットにまとめよう、それが私のできることかも、と思いつきました。

でもねぇ、これがいざ書き出してみると、9条のことは勿論はずせないし、日本国憲法のおいたちも、安保法制のことも、そして一人ひとりができる12条の具体的な実践例だって、書かないわけにはいかなくて、内容の幅がどんどんひろがっていきました。

ましてや、今この国で起きていることは、単に安保法制にとどまらず、民主主義そのものの根っこを揺らがせる大事件なものだから、そのことも、記録として記しておかないとね。と、国会審議を追いながら、あらたな原稿を書き足していく日々がえんえん続き……。

うひゃ〜、もしかして私、エライことにとっく

んじゃったかも！　途中からそう気づいたものの、これは戦後70年の夏、私に課せられた重たい宿題に違いない。この本をつくることが、今の私にとっての12条すること。そんなふうに立ち位置を確かめつつ、ようやく書きあげました。『わたしとあなたの・けんぽうBOOK』。

それにつけても、今の時代を記録する場としてのこのマガジンの存在に、私はあらためて深く感謝します。感じたこと、思ったことの種を蒔ける自由な畑が、Web上のここにあることの、なんというありがたさ。その希少価値はこれから先の時代、さらに大切なものになっていくだろうと確信しています。

2015.8.22　水野スウ

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第22話

水野　スウ

人間かまくら

2015年5月から審議されていた安全保障関連法案が、9月19日未明に国会で可決されました。その日、私はけんぽうのおはなし出前で宝塚に行っていて、朝一番に出前先の若いお母さんからそのことを聴きました。

その2日前は、参議院平和安全法制特別委員会で法案が強行採決される場面を、宿泊先ホテルの深夜のテレビで見ていました。

あの瞬間いったい何がおこったのか、まったくわけわからず。後に明らかになったこと。いったん不信任案を出された鴻池委員長が部屋にもどって席につき、民主党の福山議員が委員長席に近づいたとたん、同じ室内にいた、委員会の委員ではない（！）自民・公明の議員たちが、一斉に委員長席に走り、その勢いで福山さんはふっとばされ、彼らはあっという間に「人間かまくら」をつくってそこに委員長を囲い込み、マイクもない中で、次々に法案を読み上げては可決していくという、何とまあ、むちゃくちゃな事態があの場で起きていたのでした。

新しいpeople

これに限らず、数さえあればなんだってできる、の前例を、安倍政権は矢継ぎ早に積み上げていっています。このやり方、決して民主主義じゃありません。主権者の私たち一人ひとりが本気で民主主義してないと、「民主主義」って簡単にこわされてしまうものなんだ、ということを安倍さんはなんとわかりやすく私たちに知らしめてくれていることだろう。

それでも、というべきか、だから、というべきか、これまで空気みたいに実感しにくかった「みんしゅしゅぎ」や「りっけんしゅぎ」が、にわかに身近なものとなり、「しゅけんざいみん」の民、って、ほかならぬ、わたし／あなたのことだったん

だね！と気づいた「新しいひと」たちが、この夏から秋にかけて、日本全国に数えきれないほど誕生しました。

SEALDsに代表される、若い人たちの蒔いた種は、ティーンズ、ママたち、ミドルズ、オールズ、と自らを呼ぶ人たちの勇気につながり、国会前や路上で、自分の意見を表明するようになった憲法学者やさまざまな分野の研究者や大学の先生たちもあらわれ、そういった行動のすべてが、やがて、どこどこの所属と一つの呼び名でくくることのできない、全国各地の個々人一人ひとりの勇気にもつながっていきました。そんな人たちが、法案成立後の今ももちろん、まだまだ生まれているのを感じます。

それは、突然変異なんかじゃない。3.11後の、政治への大きな不信。原発再稼働反対のデモ。原発震災でないがしろにされたままの、被災した人たちが幸せに生きる権利をとりもどすためのたたかい。沖縄の人たちの民意と人権をふみにじる辺野古基地建設への、反対の意思表示、オール沖縄で勝ち取った、翁長県知事の誕生、などなど。

おかしいことに対しておかしい、と声をあげること、自分の意見を路上でスピーチすること。そういった多くの人たちの、目にみえる実際の行動が、戦後初めてといっていいくらいの、民主主義の芽が育つ土壌を、この数年間ずっと耕し続けてくれていたのです。

それはまさしく、人々のちから。そもそも、デモクラシーって、デモス（民衆）とクラトス（権力）、文字通り、people's power、なのでした。

その言葉を、今年は幾度となく思い起こしていました。戦後70年経ったこの夏。そのバトンが力強く引き継がれていっていることを、目のあたりにするたびに。

そのもとをさらにたどれば、68年前に新しい憲法ができて、この国の私たちは、戦争のない「平和のうちに生存する権利」や、世界と国民にむけて約束した戦争放棄の9条や、「すべて国民は、個人として尊重され」、しあわせを求めて自分らしく生きる権利の13条を持っている、と知った人々が、このユニークな憲法を、それゆえかえてしまおうとする勢力に抗い続けた、そのおかげなのだとも思います。

peaceのpiece

わたしたちが自由にもの言う権利も、基本的人権も、憲法に書いてあるからって、「わたし」が何もしないでいていいわけじゃない。権力に憲法を守らせるためには、一般peopleのわたしたちが、日々、不断の努力の「12条する」ことが欠かせない。

その意味でも、「13条のうた」のCDブックをつくった2年前、憲法をもう一度読み直して、そうか、そうだったかと、12条の存在にあらためて気づけたことは、私にとってとても大きなことでした。

出前けんぽうかふぇの先々でも、かならずこの話をしています。なるほど！　12条にはそういう意味があったのか、と新鮮にうけとめてくれる方が、どの出前先にもかならずいます。意外や、若い弁護士さんや新聞記者さんからも、そう言われましたから。

個々のする12条は、おそらくささやかなものでしょう。でもどんなに小さくたって、それはたしかなpeaceのpiece、平和のひとかけらであることには違いない。

“I am a piece of peace.”“We all are the pieces of peace.”という自覚が、ごく当たり前の暮らしの一部に、どうかなっていきますように。その願いをこめて私はいつも語っています。

出前けんぽうかふぇ

前号に少し予告編をかいた憲法の本、娘との協

働作業でつくった「わたしとあなたの・けんぽうBOOK」は、安保国会真っ最中の8月末にできあがりました。なんとしても法案可決前に出したいと思っていたので、いわば〆切寸前の完成です。この秋は、その本をかかえて、あちこちの出前けんぽうかふぇに出かけています。

法案は通ってしまったけど、だからこそ今、憲法を知りたい、学びたい、知らなきゃ。そういった熱い想いが、大波小波となって私のもとに届くからです。

多くの学者さんが安保法制は憲法違反だと言ってるけど、そもそも憲法って何なのか、法律とどう違うのか、そのあたりがわからないと、どこがどう違反なのかさっぱりわからない。とはいえ、今さらもうそんなこと訊くに訊けなくて、よけいに頭ん中モヤモヤ、胸のうちザワザワが倍増してる。

そんな気持ちでいる、特に若いママたちの場に、憲法きほんのきを手渡しで配達する感じで出前に行くのです。いったんその基本がわかると、今の政権が、憲法に照らしてどれほどおかしなことしているかも見えてきて、みなさん、少しはすっきりするみたいです。

大文字ではじまるConstitution

私の届けるけんぽうかふぇ、たとえばこんな感じです。

憲法はなんのためにあるのか、といえばーー。

我れこそが法なり、と自分で好き勝手な法律をつくり、国を動かし、力で民を支配していた王様がいたとします。民衆がその王を倒して新しい国を設立=constituteする時には、国の構造=constitution（かたち、しくみ）を説明するあらたな文書が必要となります。それが、大文字のCではじまるConstitution、日本語で、憲法。つまり、この文書の書き手は、以前の王ではなくて、人々。その憲法によってしばられるのは、権力の側にいる人たち。そういう憲法にのっとって国を運営していくことが、すなわち立憲主義。

または、こんな説明も。

憲法とは、「政府がやるべきこととやってはいけないことを、わたしたちが決めた、国のおおもとのきまり」（「絵本・戦争のつくりかた」より）であり、「人々の自由や権利の実現のために、国家権力を拘束する法」（三省堂の「新六法全書」の水島朝穂さんの解説より）であって、これを守るべき人は、私のような一般peopleは持っていない権力を持ち、国家を運営していく仕事を国民から託された、総理大臣や国会議員や裁判官や公務員、といった人たち（この中には天皇も含まれる）、と定められているということ。

英語のConstitutionには、設立、とか、構造、といったもともとの意味が含まれているのでわかりやすいけど、日本語の「憲法」の二文字には、どちらも昔々に中国から入ってきた刑法を想像する「憲」と「法」の固いイメージがあるため、もう漢字を見ただけで、なんとなく私たちが縛られているような印象を持っちゃうのも、うなづける。

そのせいでしょうか、この憲法を守らなきゃいけないのは誰？とお尋ねすると、私たち国民の側、と思いこんでいる人が今も少なくありません。ここんとこの出発点が違ったら、憲法違反しているのが誰なのかもやっぱりわからなくなりますよね。

三角の仕組み

国家権力を一カ所に集中させないため、その力を分散する仕組みが、三権分立の三角形。立法と司法と行政。それを実際におこなうのはどこ？

私たちが選挙で代表を選んだ国会議員からなる国会が立法の場、法律をつくるところ。ただし、憲法は法律の上に位置していて、国会でつくられる法律は、憲法を越えることはできません。憲法に違反する法律は、その効力を持たない、と憲法

に定められています。

行政をおこなうところが、内閣。司法をおこなうところが、裁判所。権力は憲法を守る義務を負い、国民は法律に従う義務があります。

では、この三角形の中で一番えらいのは、どこでしょう？

この問いに、つい先日の出前先では、「内閣」という声が返ってきました。う〜ん、さもありなん。安倍さんのしていることを見る限り、まるでそうとしか思えないものね。

国会にはかることなく、内閣だけで、国の大事なことを次々きめていっちゃう安倍政権。集団的自衛権行使容認も、武器輸出禁止三原則をとりはらって、防衛装備移転三原則にかえたことも、安保法制も、国会に諮らず「閣議決定」で出してきたのですから、そう思っちゃっても不思議じゃない。ましてや、安保法制は国会に出された後も、主権者である国民に対して少しもていねいな説明はされませんでしたし、っていうか、いまだされていませんし。

このことだけでも、「国会は、国権の最高機関であり、国の唯一の立法機関である」と憲法に定められたことを、安倍さんがいかに軽んじてるか、っていう何よりの証拠です。

その上、いつでもどこでも自衛隊が米軍とともに共同行動ができるようにする、つまりは自衛隊が軍隊になる、という法律の安保法制を無理やり通したのですから、どこから見ても、これまでずっと専守防衛を掲げてきた9条に、ばっちり違反しています。憲法を守らなきゃいけない総理大臣が率先して、主権者である国民の、大きな反対の声を無視して、憲法違反の法律をつくっているのです。

って、このあたりのことが整理されると、安倍さんがいかに、憲法も立憲主義も主権在民もないがしろにした政治を行っているか、だいたいわかっていただけるみたいです。

13条こそが核心

私の出前けんぽうかふぇで、決してはずすことのできないところ。それが「国民は、すべて個人として尊重される」という文言ではじまる憲法13条です。

それぞれに違う個性をもった一人一人が、大切にされる、その人らしく生き、しあわせを追い求める権利がある、と個人の尊厳をうたうこの13条こそが、日本国憲法の核心です、と今は確信をもって語っています。そう言えるようになるまでには、何年間かの前段階がありました。

7年前、母娘でつくった冊子「ほめ言葉のシャワー」のコラムに、「あなたの存在は、ほかの誰ともとりかえることができません」と書いたのは娘でした。6年前、その言葉がそのまま、憲法13条の理念と見事に重なっている、と発見したのも娘でした。

それについては、このマガジン連載の中で何度も書いてきたけれど、けんぽうかふぇで13条のことを語れば語るほど、その時の娘の発見がいかに重要な意味をもっていたか、いっそう深く実感するようになりました。

戦前の日本で権力があのように暴走して、とてつもない犠牲を多くの国民に強いたこと。あの当時、大切なのは一人ひとりのいのちじゃなくて、神とされた天皇であり、国家であり、公（おおやけ）でした。個人に人権というものがある、なんて意識、持ってはならない時代。それはもちろん、権力にとってつごうのよいこと、命令一つで国民を従わせることができましたから。

そういう時代があったからこそ、戦後生まれの憲法では、同志社大学の総長さんがこの春の卒業式祝辞でのべられたスピーチの言葉をお借りするなら、「国や社会でもっとも尊重すべきものは、一人ひとりの個人であり、国や社会は、何にも

勝って、個人の自由な考え方や生き方を大切に扱い、尊重しなければならないという原則」にのっとり、それまでの「天皇中心主義の国や社会のありかたを180度転換させて、すべて国民は個人として尊重される、という憲法13条を、憲法の根幹を示すものとして規定した」のです。

憲法って、私の味方

それにしても、まだまだ今ほどは憲法論議が盛んでなかった6年前に、娘がよくぞ13条の真価に気づけたものだ、と今更ながら思います。

「ほめ言葉のシャワーから平和へ」という題で親子で話してほしい、と頼まれた時、話のテーマが平和、というなら、そのヒントがもしかすると憲法の中にあるかもしれない。娘がそう思ったこと自体、この国が他国に対して、少なくとも60数年間、主体的には一度も戦争をしてこなかった、そういう時代のこの国に彼女が生まれ育ったことと、おそらく無関係ではないでしょう。

ともあれ、自分の話のヒントを見つけたくて憲法をはじめのページからめくっていった娘は、「すべて国民は、個人として尊重される」と書かれた13条を読んだ瞬間、「あ、憲法って、権力の味方じゃなくて、私の味方なんだ！」と感じたのだそうです。その直感がどこからきたのか、私にとってずっと謎だったけれど、つい最近になって、その謎が解けはじめています。

時代の空気

当時の娘は、どこかに勤めるとかバイトするとかは一切せずに、手作業で本をつくることだけを、はたしてそれを仕事と呼べるかどうかもわからないまま数年間、一人で細々と続けていました。

そんな細々暮らしの中でともすれば、ああ、自分なんて何一つ社会の役にたっていないなあ、国内総生産のGDPをあげるのにも全く貢献していない、なんて情けない存在なんだろ、と、企業勤めしている同級生たちと自分をくらべて、うしろめたく感じるような時期が長く続いていたそうです。

娘のこういった感じ方は、頭のつくりの丸い私とまるで違う、きまじめで四角い頭の彼女ならではの感覚でもあったろうし、それにくわえて、当時の社会の気分というものからも、多分に影響を受けていたのだろうと思います。

あのころ、世間って一体どんな感じだったっけね、と最近、親子で語りあっていた時、次々に思い浮かぶ、当時の空気をあらわす言葉がいくつもありました。

時は、小泉政権から安倍政権にまたがる時代。

新自由主義とか成果主義とか、勝ち組／負け組、負け犬、自己責任、といった言葉を、流行り言葉のようにしょっちゅう耳にしました。小泉政権で労働者派遣法の規制がゆるめられ改悪され、非正規で働く人たちが大量にふえていったころです（派遣法は安倍政権でさらに改悪されて、非正規で働く人の多くが、いつまでたっても正社員になれない仕組みができあがってしまいました）。

あの当時よく言われたこと。正社員になれないのは、お前がちゃんと努力しなかったせいだ。それは自業自得で、自己責任だ。そんな非難めいた言葉がたびたび聞かれました。

結果や数字を出さないものに価値はない、といった、目にみえるdo的な価値観だけであたかもその人のすべてが計られるような風潮。一方、その人が「存在する」、そこにいてくれる、という意味でのbe的な価値観は、無視されるか、軽んじられて当たり前、という社会の空気、時代の気分が蔓延していました（その空気は今もこの社会を覆っているように思います。）

13条の意味

そういうものに、多くの若い人たちが呑み込まれていったように、娘もまた、そんな時代の気分を反映していたところが少なからずあったこと、やがて薄うす、彼女自身が気づきはじめた。ちょうどそんなこころ具合でいた彼女が、6年前のあの時、憲法13条に出逢ったのです。

そうだったのか！　憲法って、私の味方だったんだ！　どんな人も、無条件で、個人として尊重される、憲法にそうはっきりと書いてある。ということは、私は私を大切、と思っていいし、自分らしく生きたいと願っていいし、しあわせを追い求めて生きていっていい、ということじゃないのかな。それは同時に、あなたやあの人、あの子、といった、ほかの人たちの大切さもないがしろにしないってこと。その大切さは行ったり来たり、ってことなんだ。

なぜこんなことを憲法にわざわざ書き込んだんだろ。それは、個人を尊重する、とか、どの人にもおかしてならない人権というものがある、といった考えが戦前の憲法にはなくて、結局はそのことが権力の暴走をとめられないことにつながっていった。自分も他者も、大切にしあい、認めあうこと、それなしに、平和って成り立たないものなんだ――娘は、13条をそんなふうに自分に引きつけて感じとったのでした。

そもそも憲法が、とりわけ13条が、何のためにあるのだったか、それを今一度、考えてみると。

一人ひとりの基本的人権がきちんと守られるように、個人の自由や権利が奪われることのないように、権力を拘束するためにこそ、それはあるのです。戦前はあまりにも、一人ひとりのいのちや自由や人権が粗末にされ、奪われていた。その深い反省から、個人の尊厳という、これまでの憲法にはなかった価値観を、新憲法に書き込んだのです。

だとするなら、一人一人が、自分をかけがえのない大切な存在と思い、しあわせになろうと願って生きることは、同時に、権力に好き勝手なことをそうやすやすとはさせないぞ、という、権力の横暴に対して抗う力になる、そういうことでもあるはずです。

逆に、自分なんて何の価値もない存在だ、と多くの人が自己否定してしまう社会は、国家に国民をわざわざコントロールしやすくすること、権力にとってつごうのいいことです。ごく一部の人だけがいい思いをし、富む者と貧しい者との格差がより深刻にひろがる社会構造は、そのためにこそ、周到に、意図的に、何年もかけてつくりだされているのではないのか、と思うほどに。

すばらしい国？

娘の直感による、13条の発見由来を探りたくて、親子で何度か対話するうち、はからずもこんな地点にたどり着きました。これって私にとっては大きな意味のある、コペルニクス的発見です。

そんな目で今、この国を眺めた時、一人ひとりの自己肯定感や自尊感情の低い傾向がいまだずっと続く中で、それと裏腹に、日本ってすばらしい国だ！とか、日本人ってすご～い！的なテレビ番組のやたら多いことが、とても気にかかります。

自分に自信が持てなくたっていいんだよ、そのかわり、このすばらしい国に誇りを持てばいいじゃないか、国のために、国民や国土を守るために、がんばったり尽くしたり。そうやって国の役にたつ国民になりさえすれば、その誇りも共有できるんだしね、といった誘導が、メディアを通じて知らず知らず、人々の心に深くはいりこんでいってるような気がしてなりません。自衛隊への勧誘はそれがもっともあからさまなかたちになって出ているからわかりやすいけど、テレビ番組はもっと巧妙につくられていますから。

その意味で、「ほめ言葉のシャワーから平和へ」というテーマには、6年前に私が思っていた以上

に深いものがあったことを、今、強く実感します。

「紅茶の時間」で私が常日ごろ心がけている、相手のいいところを言葉にして相手に伝える、という何げない行為も、「あなた」の存在はほかの誰ともとりかえがきかないんだよ、と言い続けることも、「あなた」の大切な人権を権力から守るための、おおげさにいえば、ささやかな防波堤みたいなものかもしれないのです。一人ひとりの大切さが尊重されない社会の中では、いっそう簡単に、権力の暴走を許してしまえること、これまでの歴史がはっきり教えてくれているのだから、なおさら、その防波堤が今の時代には必要なのだと思います。

ママたちとのけんぽうかふぇ

つい先ごろ、金沢の若いママたちが小さなけんぽうかふぇをひらいてくれました。今回のマガジンに書いたような、憲法きほんのきをまず伝えてから、13条と12条はコインの裏表のようなもので、自分の自由を守り、しあわせになるために生きる13条の実現のためには、一人ひとりが自分の12条をするってことがかかせないよね、といった話をしました。

おはなし会の最後にいつもする「単語な感想」は、今日ここにきて、お土産に持ち帰りたい言葉、つまりこれだけは忘れないぞ、と思う単語を、折り紙に書いてもらって発表する、というシェアリングのワークです。何人かの人から、13条や12条のこと、今日はじめて知った、と聴くと、よかった、語りにきた甲斐があるよって、思えます。

みなさんの単語な感想の中から、いくつかおすそわけを。

・自分の自由を守る。守りたいから不断の努力をする。
・自分も、peaceのひとかけらになる。
・大切さが行ったり来たり、というのが心に響いた。
・小学校の時の先生がいっていた「不断の努力」っていう校訓が、これだったんだ、8歳の時に聴いて覚えていたこの言葉、それが今日はじめてつながった！
・13条と12条を持ってかえって、近所の子どもたちに、言われてうれしい言葉を、ほめ言葉のシャワーを、いっぱいかけてあげよう。（これは、子どもたちのために駄菓子屋さんをオープンしたおばちゃんの言葉）
・積極的平和主義の英訳にでてくる「proactive」という言葉は、戦略用語で「先制攻撃」って意味だったんだ。（安倍さんのいう積極的平和主義と、積極的平和という言葉の生みの親の、ガルトゥングさんの意味するところとは違う、と説明したことから）
・草案の98条と99条、今どのようで、今後どのように、なのかをもっと調べよう。（来夏の参院選のあと、安倍さんが出そうとしている自民党改憲草案の中の、新設「緊急事態条項」のこと）

おしまいに、この会を企画してくれたママがこう語りました。

「安保法制に対して、名前も顔もだして行動する、そのことへの恐怖がはじめはものすごーくあったけれど、ある時を境に、それが不思議なくらい、消えていった。だって私には、憲法があるじゃない！って思えてから、その怖れがすーっとなくなっていったんです」

このママにそう思わせてくれる憲法がこれからも私たちを守ってくれる憲法であるために、これを変な方向に変えさせちゃいけない！といっそう思えた、この日のけんぽうかふぇでした。

娘の「12条宣言」

安保法制が参院を通過する直前、娘ははじめて、東京の路上でスピーチしました。それを今号マガ

ジンのとくべつ付録で、ここに載せます。彼女が記録としてつづったブログから、スピーチを含む以下全文を。

わたしの12条宣言

今日の未明、ついに安保法案が参議院本会議で可決されました。
でもね、たくさんの人が「終わりじゃない。ここからはじまり」って言っているし、（そこがこれまでとは違う空気な気がする！）私も、ここからが本番、って思ってます。

国民に誠実でない方法で憲法違反の法案を成立させる政治家のこと、やっぱり私は信頼できないな。
そしてそのような政治家が、法案を誠実に運用するとも思えないな。
だから、「あぁ、もうだめだ」って目をつむってしまったら、それこそ相手の思うつぼなんです。
のど元過ぎれば熱さ忘れる方式で忘れちゃうことも、相手が望んでいることだよね。

憲法とこの国に住む人がないがしろにされたこの理不尽さを、私はしっかりと感じて記憶したいし、一人でも多くのひとに感じて、記憶してほしい。そして、次の選挙につなげたい。

憲法の中身を知ると、今起こっていることがどんなにへんてこりんか、理不尽か、よくよくわかります。
そのことを知ってほしくて母とつくった『わたしとあなたの・けんぽうBOOK』だけど、私、この前人生で初めて街角でスピーチしたんです。
この本をつくろうと思ったきもちについて、こんなふうに。

私がこの本の中で特に伝えたかったことは二つあります。

一つ目は憲法を守る義務があるのは国民ではなくて、総理大臣や国会議員や公務員や天皇陛下、といった私たち国民にはない権力をもつ人たちだということ。

彼らに一定の権力が与えられているのは、あくまでも国民が生活する場としての国を運営するためです。
だけど、権力というのは時として国民の望まない方向へと暴走していってしまいがちだということは、数々の歴史が証明しています。
たとえどんな横暴な人間が政権をとったとしても、
国民の自由と権利が守られるために、ないがしろにされないために、権力をしばるための機能として、憲法が存在しているのです。

そのことを前提にして考えると、9割の憲法学者や、かつて内閣の憲法解釈を担ってきた元内閣法制局長や、法の番人と呼ばれる最高裁の元長官が違憲だといい、国民の8割が説明不足と感じ、6割が今国会での成立に反対だという安保法案が、このまま通ってしまうことを、私はおかしいと思います。

たとえ、もしもあなたが安倍総理を支持していて、
安保法案の中身に賛成だとしても、やっぱりこんなやり方はおかしいよって声をあげる必要があると思います。
なぜって、一度こんなルール違反にOKを出してしまえば、この先あなたが支持しない人が総理になって憲法違反をしたとしても、文句が言えなくなってしまうからです。
この状況にあって、なおも立ち止まってくれない安倍内閣に、私たちは堂々と「おかしい！」と声をあげる権利がある、ということを、憲法は教えてくれています。

私はさっき、本の中で伝えたかったことは2つだと言いました。

もう一つは、この「おかしいと思うことに声をあげる」というのが、私たちの権利であると同時に、責任でもある、ということです。

憲法が命じる矢印の向きは、ほとんどが権力をもつ側にむけられていますが、12条は、私たち国民にむけて書かれた条文です。

第12条
この憲法が国民に保障する自由及び権利は、
国民の不断の努力によつて、これを保持しなければならない。

「不断の努力」というのは、絶え間のない努力、という意味です。
憲法が私たちに自由や権利を与えてくれているからといって、それにあぐらをかいて私たちが何もしなくていい、なんてことはありません。
政治家は変なことはしないだろう、という根拠のない信頼感に頼っていたらだめだよ、今の自由や権利をこれから先も持ち続けていくためには、私たちが絶え間のない努力をしなくちゃいけないと、憲法は言っているのです。

そのことを、本の中では「12条する」と表現しました。
だから、権力をもつ側が、おかしなことをしようとしたときに、おかしい、って声をあげることは、立派な「12条する」なんです。

私は初め、スピーチしてって言われた時、とてもじゃないけど自分に出来る気がしませんでした。
今だって、怖いし緊張しています。
だけど、私の友達には、憲法を守る義務があるのは総理大臣や国会議員だということを知らない子もいます。
政府がルール違反をしようとしているときに、
そのルール違反はおかしい、と政府に伝える責任が私たちにあるということを知らない子もいます。
そういう人、他にもたくさんいると思うんです。
だから、そのことを知ってしまった者の責任として、そのことを知らない人へ伝える責任があると思ったから、今私はここでスピーチをしています。
それが私の「12条する」ということなんです。

今この話を聞いてくださっている方の中に、
もしもたった一人でも、安保法案に賛成でも、反対でも、よくわからなくても、自分の「12条する」はなんだろう？とふと考える方がいてくれるとしたら、私はとても嬉しく思います。

参議院での採決の過程によって、はからずも、
あの日スピーチで言ったこと、けんぽうBOOKに書いたこと、それがそのまま証明されました。

私たちが「ちょっと待って、一旦止まって」と言っても、権力はその声を聞かず、ふりきってしまうことがあるんだね。
選挙で選んだら、あとはもう政治家に任せておいて大丈夫ってことじゃなくて、正当な手続きで選んだ人であったとしても、ルール違反をすることがあるんだね。

憲法がなんのためにあるのか、そしてなぜ憲法に12条の「不断の努力」があるのか、そのことがよ～くわかりました。
だけど、このままだと、その憲法が機能不全になってしまいます。

ここから先、問われていくのは、主権者である私自身。次の参院選まで、このきもちを忘れないで持ち続けて選挙で示すこと。
忘れっぽい私が、忘れないでいるために。いろんな考えの人がいる中で、おもいを選挙に反映させるために。私は何をしていこう。

それに、デモに行くまでではないんだけど、な

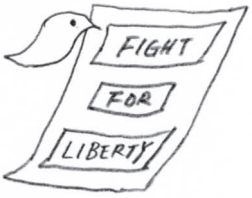
んかモヤモヤするって人ともつながりたいし、話したいな。
　政治には無関心なんだよね、って人とも、つながる方法がないかなって考えたいな。
　けんぽうBOOKは、そんな人にこそ読んでもらいたくてつくりました。それを、どうやって手渡していくことができるかな。

　たとえすぐに答えが出なくても、私は考え続けることをやめないでいようと思う。
　違和感もモヤモヤもまだ言葉にできないきもちも全部大切にしながら、進んでいこうと思う。
　私が無関心であることが、権力をもつ側にとってはどうやら都合がいいらしいので、だから私はこれからも、おかしいことはおかしいって言おうっと。
　そう決めた私の心は、自分でも意外なほど晴れ渡っているよ。

　これが、わたしの、12条宣言。

mai works

2015.11.18



きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第23話

水野　スウ

けんぽう出前あんぎゃ

昨年8月の終わりに、『わたしとあなたの・けんぽうBOOK』という小さな本をつくりました。以来、出前けんぽうかふぇのご注文が一気に急増。これまでに40回近く、全国各地へ憲法を語りに出かけました。この春も、新潟、福井、愛知、信州、広島、京都etc.へと、出前をしに行く予定です。

私が呼ばれる場は、たまに大人数の時もあるけれど、たいていが20〜30人、というこじんまりした集いです。

一見、効率悪いことこの上ないように見えても、私が感じる手応えとしては、むしろその逆。参加している一人ひとりのお顔を見ながら語れるし、「ここまでの話、みなさんに伝わってます？」とコミュニケーションとりつつ、言葉や表現を選ぶこともできます。ちいさな場であればあるだけ、伝わり方の温度が違うのを感じるのです。

人数が多すぎないからこそ、話し終わったあとの「単語な感想」（その日聴いた話の中で、これだけは忘れずにおみやげとして持ち帰ろう、と思うキーワードのこと）を一人ひとり発表してもらって、その日のキーワードを確認しあうふりかえりタイムを、みんなで共有することもできます。そこでシェアされるのは、たとえばこんな言葉たち。

・憲法の話というからてっきり9条の話と思っていた。憲法って、9条だけじゃなかったんだ！
・本当言うと、なんかこわそうで、来たくなかった。だけど聞いてみたら、違ってた、あったかかった。
・憲法の話聞いて、泣くなんて自分でもびっくり。
・憲法13条、こんな私のことも守ってくれていたんだね。
・自分が民主主義しないと、民主主義は守れない。
・不断の努力の、12条するひとに私もなるぞ！
・私もpeaceのpiece、たしかな平和のひと粒になりたいと思った。

——などなど。

どう伝えよう

「話している間中、スウさんはにこやかなえがおでした。だから楽なきもちで、安心して、聴けました」「いったいどうして、難しい憲法や政治の話をわかりやすく、そんなふうにおだやかな表情で語れるんだろう」実はこういった感想をよくいただきます（めっちゃうれしい！）。

自分としてはことさら、えがおで話そう、と意識しているつもりはありません。言えることがあるとしたら、私が本当に大切と感じている今の日本国憲法を、だからこそ愛情こめてていねいに届けようとする時、知らず知らずそんな表情になっている、ということなのでしょう。

その一方で、きつい表情や激しい口調で話さないように、というのは、自分でも意識していることだと思います。もしか私が、あまりに真剣になりすぎて、終止こわい顔で話していたら、きっと聞いている方は自分が叱られたり、責められたりしているように感じてしまうでしょう。そうなったら、こちらの本当に伝えたいメッセージだって、きっとほとんど心には届かない。そのもったいない現実を、数々の失敗を重ねてきてよく知っているからです。

伝える時に努力していることは、そのほかにもいくつかあります。

たとえば、できるかぎり、聴いている人が置いてけぼり感をもたないように、むずかしい熟語やカタカナ言葉は少なめに。使い古されてしまった単語の代わりに、自分なりの表現で——たとえば「12条する」、「13条こそ憲法の核心だと確信」、「憲法は私の味方」、といった、私のふだんの言葉で——憲法を届けること。

それから、一方通行のまま話が終わってしまわないようにこころがけるのも、私にとっては大切なことです。私、先生、あなた、生徒、という関係より、ほんのちょっとでも、自分も参加した、という双方向の感覚を持ち帰ってもらえたらいいな。きっと、その方がずっと心に残ると思うから。出前の最後にみなさんから「単語な感想」を言ってもらうのも、この、参加した感、の一つになればと思ってしていることなのです。

『静かな力』

数々の失敗を重ねてきて、と先に書いたように、私自身、こういった出前の作りかたが最初から決まっていたわけじゃありません。記憶をたどっていくと、どうやら20年ほど前から手探りで学んできたワークショップの手法に、そのヒントがありそう。

1995年の当時はまだ、言葉自体耳新しかった、ワークショップ、という概念。それに最初に目を向けさせてくれたのは、クエーカー教徒の人たちが考えだし、実践を重ねてきた試み、『子どものための非暴力マニュアル』（*A Manual on Nonviolence and Children*）という本の存在です。金沢の友人の三国千秋さんが、その原題を「静かな力」と意訳して、日本語訳の本にしたことからでした（ステファニー・ジャドソン編、三国千秋訳『静かな力——子どもたちに非暴力を教えるための実践マニュアル』嵯峨野書院、1995年）。

その『静かな力』をテキストブックがわりに、三国さんと私を入れた3人で、月に一度のワークショップ自主勉強会をはじめたのです。

毎月、自分たちなりのワークショップを模索する場で、私は自分の存在が認められ、同時に、他者を認めて尊重することの大切さを、体験的に学んでいきました。

私たちが学ぼうとするワークショップの目的は、正しい答えを出すためにするのではないこと。ふだんはあまり考えることもなくやり過ごしていることがらをテーマにして、いったん立ち止まってみなで考えることや、自分とは違いろいろな考え方があると知ること。知った上で、自分はどう思うのか、それを言葉にしていく努力が必要なこと、などなど。

自分でオリジナルのワークショップを組み立てる月もあれば、仲間のつくったワークショップに参加する月もあり、それを交互にくり返しながら、ワークショップってどういうものか、私自身がゆっくりと学んでいく、そこはそんな場所でした。

クッキングハウスから

私にとってのコミュニケーションの学校は、もう一つあります。それが、東京調布のクッキングハウス。ワークショップの自主勉強会をはじめて1年ほどしたころに出逢った場所です。

人呼んで、不思議なレストラン。精神の病いを持つ人たちの、職場であり居場所でもあるそのクッキングハウスでは、メンバーさんたちの一番苦手とする対人関係が、少しでも楽になるためのコミュニケーションの練習、SST（ソーシャル・スキルズ・トレーニング）のワークショップを日常的にしていました。

認知行動療法でもあるSSTは、精神障がいの人たちのためのリハビリプログラムの一つ。自分にも相手にもきもちのいいコミュニケーションのとり方を、練習しながら学ぶSST。そこに何度か参加するうち、これは私にとってすごく必要な学びに違いない、と確信して、当時できるかぎりの時間をつくっては、あししげくクッキングハウスに通いました。

SSTの学びにも、金沢でしているワークショップ勉強会と通じあう部分がいっぱいありました。自分とは違う、いろいろな考え方、もののとらえ方があると知ることや、一人ひとりを尊重して認めることの大切さ、など。

自分のきもちも相手のきもちも大事にしながら、“私”を主語にして話す「わたしメッセージ」の伝え方と、上から目線で、相手を責めたり非難しているように聞こえる「あなたメッセージ」という伝え方があること。「あなたメッセージ」の言い方では、それがどんなに正しいことであっても、私の伝えたいことは相手に伝わらないこと。そのいずれも、二つのワークショップを体験しながら学んでいったことでした。

話すスタイルの原点は

そのクッキングハウスに、毎春、お話の出前に行くようになって今年で12年になります。出前のご注文テーマは毎回、平和に関すること。メンバーさんとスタッフとお客様が一緒に耳を傾けてくれる場所で、憲法9条も、原発も、個人の尊重の13条も、不断の努力の12条も、一年に一つずつ、語らせてもらってきました。

初めての出前の時は、普段よりずっと緊張したことを覚えています。できるかぎりわかりやすい言葉で、声を荒げずに、わたしメッセージで、ていねいに伝えよう、と心しました。精神の薬を服用しているメンバーさんたちの中には、話がむずかしい、つまらない、と感じればすぐに部屋から出て行ってしまう人や、攻撃的な言葉や非難めいた言葉を多用すれば、それをあたかも自分が責められているように感じてしまう人が、少なからずいるだろう、と思ったからです。

今にして思えば、それが結果的に、私が現在、出前けんぽうかふぇで話すスタイルの原点となりました。話を最後まで関心持って聞いてもらえるかどうか、聞いている人たちのリアクションや表情が大事なバロメーター。つまり、聞き手のクッキングハウスのメンバーさんたちが、実は、私の話し方の先生だったのです。

はじめてのおはなし会で、2時間近く、メンバーさんの誰一人部屋を出て行かずに聞いていてくれたこと、それがその後の私の話し方の大切な指針になったのでした。

おつり、いろいろ

こうしてゆっくりと時間をかけてつくってきた、わたし流のお話出前スタイル。その中でも、はじ

めに紹介したようなミニミニ出前けんぽうかふぇのうれしい特徴は、参加した、聞いた、それでおしまい、とならずに、私が石川に戻った後からも、参加した方たちからのおつりが続々とあること。

・けんぽうBOOKをテキストがわりに、憲法の自主勉強会を毎月ひらくことにしました。
——長野で、広島で。
・これまでは9の数字入りクッキーをつくってきたけど、今回はそれとあわせて、13と12の数字入りクッキーをつくって幼稚園のバザーで売ってみました。どの人も数字のわけを訊いてくれるので、なにげに13条と12条の話ができます。
——金沢で。
・スウさんの「13条のうた」を、学童や保育園の保護者さんたちの集まりの席で歌っています。今度は合唱団でも歌います。
——愛知で、福岡で。
・地域の図書館に、けんぽうBOOKを寄贈しています。私のできる12条。
——いろんな市や町で。

こんなふうに時間差で届くおつりの報告の数々が、私をはげまし希望をわけてくれています。おつりの中には、本は読んでくださったけど、まだ実際にはお会いしたことのない方からのものも。

話を聞いたり、本を読んだりした後の、何かせずにはいられない、というきもちは、どうやら単語な感想の多くに共通する、“意外性＝！”と関係がありそうだなと、このところ思うようになりました。

憲法ってこんなもの、と思いこんでいたのが、え、そうじゃなかったの⁉ってびっくりするところから、何かが始まる。自分の知らなかったこと、意外に感じたことを、結構高い割合いで、それぞれがまわりの人に自分から少し伝えてみたくなるらしいのです。

私自身、憲法を学んでいく過程で、そうだったの？知らなかったよ！という発見がいくつもあって、その新鮮な驚きをこそ伝えたい、と思って語っているので、そのきもち、とってもよくわかる。

今までどこか遠くの他人事みたいに思えていた憲法が、我が身にぐいと近づいて来る、自分ごとだと気がつく、そのきっかけって、案外そんなふうに感情が動いた瞬間なのかもしれないな、と思っています。

おこひるかふぇ

昨年、松本と長野のけんぽうかふぇに来てくれたNさんは、「暮らしのこと、憲法のこと、気楽に語れる会をはじめることにしました。スウさんのけんぽうBOOKの紹介もしながら、名づけて“おこひるかふぇ”を」と知らせてくれました。

テレビのニュースを見たり、新聞を読んだり、仕事をしたり、食事を作ったり……。毎日一生懸命生きていて、それで十分だと思ってきたけれど、なんだか最近、胸の中がザワザワ騒がしい。憲法が変わったら、戦争ができる国になっちゃうってホント？　TPPが始まったら、いつも野菜を買わせてもらっている地元の農家さん達は大丈夫？夏の参院選て、そんなに大切なの？　デモやシュプレヒコールは苦手だけど、この胸のザワザワを、誰かに伝えたい！　一緒に考えたい！　そんな気持ちで立ち上げたのが『おこひるかふぇ』です。

おこひる一品、気になる新聞記事、など持ち寄りで。

おこひる、とは、その地方の方言で、ちいさなおひるとか、おやつ、という意味なのだとか。その第一回目はこんなだったそうです。

呼びかけに集まってくれた10数人と、初めてのおこひるかふぇをしました。自己紹介や、どうしてここに来ようと思ったのか聞きあう時間、そしてなかなか政治のことを本音でおしゃべりできる機会がない、若い人たちに関心を持ってもらう

にはどうしたら良いだろう？そんなことも話題に出ました。

「おこひるかふぇ、良いよね！同時多発的にこんな場所が増えればいいんじゃないかな？」と言ってくれた人もいます。

かふぇの最後に、この会に来て、1番心に残ったことをジャバラ本にひとことずつ書いていっていただきました。このジャバラ本はどんどん足していけるので、これからも続けていきます。いろんな思いが積み重なっていくといいなぁ～と思います。

～ジャバラ本より～

・ひとりの想いを3人4人につなげていきましょう！
・考えていること、思ったこと、感じたことを自由に話せる場を持てることが大切だと感じました。
・思っていることをそのまま話せるのが楽しい！おやつ（おこひる）もたのしい！
・ちゃんと考えるようにしよう。
・ママがキーマン。あきらめず、笑顔を武器に、戦うのではなく仲間力で!!
・本当の豊かさとはなんだろう。今の生活を見直すことが小さな一歩になるのでは……。

こんなふうに、憲法と自分の距離がちぢまっていくプロセスを知らせてもらえたこと、私にとっての、とくべつにうれしいおつりでした。

ふつうに話そう

2月の越前への出前けんぽうかふぇのちらしには、タイトルとは別に、「社会のこと、ふつうに話そう、暮らしのことだもの」という言葉が添えられていました。

すっごくいい言葉だね、とちらしを描いてくれた若い絵描きのHさんに伝えると、「それはスウさんからもらった勇気です。最初は勇気がいるけれど、その勇気が暮らしの中で少しづつ当たり前になっていきますように、って思うから。自分はどこの党でもないのに、社会的な話をするだけで政治的とされる、その空気がすごくいやです。政治は社会をより良くする手段であって、社会的なことは自分自身のことなのにね」と、Hさん。

まったく同感。安保や、憲法や、選挙などなど、どれもこれも全部、“せいじてき”とくくられてしまうことに、私もいつもなんだか違和感を感じています。

そうやってひとくくりにして、自分には関係ないこと、と遠ざけておいた方がなんとなく安心という人、もしかしたらたくさんいるのかも。かくいう私からして、紅茶をはじめたころはまさに、政治的なことは自分に関係ない、関心ない、という一人だったので、えらそうなこと、とても言えません。

じゃあ、そんな私にいったい何があったのだっけ？　今思い返してみると、それは決して私一人の力じゃなくって。紅茶に集まる実にいろんな意識を持った人たちが、社会に向けての私のいろんな窓を、コンコン、とノックし、次々とひらいていってくれたのでした。その中で、こんなこと言うとこう思われるかも、ああ思われるかも、と口に出す前から自主規制して、知りたいことも、不安なことも、よくわからないままこの世界を生きていかなきゃいけないとしたら、それは私にとっての安心ではなく、むしろずっと不安が大きいことのように、だんだんと思えてきた。子どもを育てていく中では、社会のことも知りたい、知らなきゃ、と私自身がからだで感じていったのです。

Hさんは、私と紅茶の時間のことを「スウさんは、32年間、安心して、社会のこと、自分のこと、語りあえる時間をつくり続けてきました」という言葉で紹介してくれていました。

意図的にそうしてきたわけではないけれど、ふりかえってみれば、おそらくそういうことだったのでしょう。先ず自分から、きもちを話す。きもちの中の一つとして、今の社会の中で気になって

いることも、話す。意味がわからなかったら、訊く。知らないことがあれば、知らない、という。知らない人のことを、決してばかにしない。だって、それはきのうの自分なのだから。

そういう時間を積み重ねていくうち、いつのまにか、社会のことも、暮らしの話とおんなじように話すのが、その場の当たり前になっていく。それが紅茶の時間だった、ということ。

そんな私にとって今、憲法のはなしは確実に、暮らしのはなしなのだと思えます。その空気を、聴く人たちに届けたい。越前にかぎらず、どの場へ行く時も、私はその想いを持って、出前の旅にでかけています。

未来に向けて

このところ、20〜30代の、子育て真っ最中のママたちがけんぽうかふぇによんでくれることがふえてきました。各地の「ママの会」からよんでもらうことも（2015年から全国各地で「安保関連法に反対するママの会」が続々と立ち上がっています）。

そんな場では、ママが赤ちゃんを抱っこしておっぱいあげたり、おしめかえたり、子どもたちが室内を駆け回ったり……という中で語ります。時には若いパパたちが、2時間はじっとしていられない元気な子どもたちの、保育係も兼ねての参加、という場面もよくあって、なおうれしいことです。

若いママやパパたちに語りながら、私は今、この幼子たちの未来にむけて、憲法を語っているのだ、と感じる瞬間がたびたびあります。

私が“私”という、ほかの誰ともとりかえのきかない存在であること。私には、私らしくしあわせに生きていく権利があるということ。それが、13条の謳う「個人の尊厳」。

だけど、自民党の目指す改憲案では、13条の「個人として尊重」から、個、が削除されて、「人として尊重」という言葉に置き換わっています。個、という言葉には、それぞれの人格や個性、違い、オリジナリティがこめられているはずなのに、それをあえて取っ払ってしまおうって、いったいどういう理由があるのだろう。それは、私が私であるための、あなたがあなたであるための、もっとも大切な自由と権利を、私からうばうことではないの？

私は、いま目の前にいる、この子にも、あの子にも、それぞれがその子らしく生きていける未来を、なんとしても手渡したい。そう願うからこそ、私はこうして、むずかしくない私の言葉で、憲法を語っています。それが、憲法の専門家ではない私のできる、12条。

私が私であるために、あなたがあなたであるために、私は私の、不断の努力の12条を、普段から、息するようにしていこう。13条と12条はまさにコインの裏表、切り離すことのできない一体のもの。そう確信している私なので。

2016.2.7

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第24話

水野　スウ

いのみら通信、増刷する

マガジン原稿が3ヶ月に一度の、私の今を整理して記録する文章なら、「いのみら通信」は半年に一度、私をふりかえり、私がいま伝えたいことを手書きでつづる、ごくごく個人的な不定期通信です。

創刊は、チェルノブィリ原発事故から2年目の春。「いのちの未来に原発はいらない通信」が本名だけど、長過ぎるのでちぢめて「いのみら」。やがて原発以外の、暮らしで気になることごとについても書くようになってからは、文字どおり、いのちの未来に関わるさまざまを伝える通信、ということで「いのみら通信」が正式名となりました。

いつも800部刷って、定期購読の方に半分以上郵送し、残りは手渡しや、出前先に持っていって関心ある人に読んでもらい、いつのまに在庫がなくなるころ次号を書く、というサイクルでこれまできたのだけど、4月にだした103号は様子が違いました。

書き上げたばかりの通信を広島の出前先に持っていき、そこで話す内容が、ほぼ今回の通信と重なってることに気づいたんです。出前の最後に、「いのみら通信、ご自由に好きなだけお持ちください、読んだら今日来られなかったお知り合いにプレゼントしてね」っていったら、あっという間になくなって。というわけで、即、改訂版を増刷しました。

私の、せんきょうんどう

その後の出前先で、「今回のいのみら通信、実はこれ、私の選挙運動です」と言うと、みなさん、？？？って顔になる。

———というのも、この通信には、今日ここでお話ししたことが、コンパクトにギュッとつまっ

ているからなんです。

今現在進行形のこの国のありようは、3年前の参院選と2年前の衆院選の、選挙結果をうけてのもの、って言いましたよね。たくさんの議席の数のちからで、今の政権はものすごく乱暴にこの国のかたちをかえ、人々の働き方もかえていきました。選挙は何を決めるものかといえば、私たちの未来を決めるもの、だと思います。夏に予定されている参議院選挙は、その結果次第で、戦後はじめて、憲法がかえられてしまうかもしれない、私たちの未来を大きく左右しかねない、とても重要な選挙です。

いのみら通信には、どこにも候補者の名前など出てこないけど、今度の選挙は特別だよ！と知ってもらうために届ける、私のできる選挙運動。もしもあなたが、いのみらを今日のおみやげに余分に持ち帰って、複数のおともだちに手渡していただけるとしたら、それがもうあなたの選挙運動になる、っていうわけです。

と説明すると、はあ〜なるほどね、とみなさん、わかってくださいます。

百人百様の、12条する

通信の増刷を知った人たちから、50部送って、100部送って、というリスクエストが相次いでいます。憲法や政治や、まして選挙のこと、手ぶらで人に伝えるって、すごくむずかしい。何かしら伝えやすい道具、ツールがあると便利です。

今は、SEALDsをはじめ、若い人たちがかっこいいデザインのちらしやリーフレットを次々だしてる。いのみらは、そういうリーフレットほど手軽じゃないし、文字数も多いけど、『わたしとあなたの・けんぽうBOOK』の本よりはちょっとハードルの低い、ツールの一つになるかもしれない。そうやって利用してもらえるならこんなありがたいことはありません。

それを誰かに手渡す時も、「これぜったい読んでねっ！」と勢いよく言うよりは、「読んだらおもしろかったし、あげるね、よかったら読んでみて」くらいの感じで、何気に渡してもらうのがちょうどいいな、と思っています。

私が『けんぽうBOOK』をつくったのも、けんぽうかふぇの出前に行くのも、いのみら通信を出すのも、ほんの少し私も出演しているドキュメンタリー映画「不思議なクニの憲法」の、自主上映会したり、それを人に勧めたりするのも、どれもみな、私が私の自由と権利を守るため、不断＆普段の努力の「12条する」ことなのだけど、一人一人のできることは、100人いれば100通り。

あなたのできる12条、誰かのできる12条、私のする12条。みんな違っていて、そこがいい。それが大事。だって、あなたがいのみらを手渡せる私の知らない人に、私が渡せるすべは何もないのだものね。

すきま12条

『けんぽうBOOK』の編集とデザインを担当した娘は、「母や、ほかの人たちほどの覚悟はまだ自分にないので、大きな行動ってなかなかできない。でもその間をうめる、すきま12条くらいならできるかも、って思う。憲法や選挙の話をする時、どうしてもそこに大きな段差を感じてしまいがちだけど、それをゆるやかなスロープにしていくような、ささやかなこころみ。ごく少人数で、社会と暮らしと政治のこと、自由に気軽に語りあえる、ちいさな場をつくっていくことからはじめようと思います」と言って動き出していますが、この「段差をスロープに」ってコンセプト、今とても大事な要素なんじゃないかな、と思います。

なので、いのみら103号も、選挙という段差をスロープにしていくための、すきま12条の、確かなひとかけらです。

緊急事態条項のこと

いのみら通信で特に伝えたかったのは、「緊急事態条項」のこと。

安倍首相は、今年にはいってからの国会で、憲法改正にとりくむ、と何度も発言しています。参院選で与党が大きく勝てば、ほぼ間違いなく、安倍さんは憲法をかえようとするでしょう。衆議院、参議院、ともに3分の2以上の議員が賛成すれば、憲法をかえる発議をすることが可能になるからです。

憲法のどこをどうかえるか、先ずは、国民にわかりやすい「緊急事態条項」からになるだろう、と言われていますが、この緊急事態条項、私にはちっともわかりやすくなんかありません。大日本帝国憲法（明治憲法）にはあって、今の憲法にはないものを、またあらたに憲法に書きこもうとするのに、一体どんな意味があるのでしょう。少しややこしい話になるけれど、ちょっとだけ、おつきあいくださいますか。

緊急事態条項とは、日本に対する外部からの武力攻撃や、内乱等による社会秩序の混乱、地震など大きな自然災害が起きた時、憲法のしばりを一時ほどいて、いつもとは違う大きな権限を内閣が持てるようにする条項です。

今が緊急事態だ！と判断して、緊急事態宣言を出すことができるのは、時の内閣総理大臣。総理がそう宣言したら、国会を通さずに内閣だけで政令＝法律と同じ効力を持つルールを定めることができ、その政令にはどんな人も従わなければならない、というきまりが記されています。

なぜ必要なの？

この新しい条項が必要な理由として、真っ先にあげられる例えが5年前の東北の大震災です。憲法にこの緊急事態条項がなかったから、政府が迅速に対応できなかったのだ、と。

あの時、ガソリン不足で救急搬送ができず、たくさんの救える命が救えなかったではないか、だから必要、という人たちがいます。改憲に賛成する人たちの出した本、『女子の集まる憲法おしゃべりカフェ』（明成社）にもその話がでていました。

実際にはどうだったのでしょう。あるテレビ局が東北3県の自治体の消防署に取材に行き、詳しく検証する番組がありました。どの県でも、津波の被害にあわなかったガソリンスタンドが、消防や警察や緊急車両に優先的に給油したので、燃料不足で出動できなかった例は一件もなかったことがわかりました。

番組の中で、仙台市長はこう発言しています。「災害時に緊急事態条項のような中央集権的な仕組みが基本になると、被災地は全て政府の指示待ちで、指示が出るまで一切何もできなくなってしまう」（TBS「報道特集」2016.4.30 放送）

緊急時こそ、現場に権限を降ろしてほしい。それは他の自治体の首長さんたちも要望していることでした。今必要なことは何か、それがわかるのは、災害現場にいる人たちだからです。

もし、この条項があったら

熊本地震で、そのことはもっとはっきりしました。揺れがこわくて家や体育館の中にいられず、外に避難している人たちに、首相が屋内退避させるよう言ったことを、熊本の市長さんは怒っていました。強い揺れの本震が起きたのは、実にその翌日です。

揺れがあるたびに出る激しい砂ぼこり、家のきしみ、とても中に居られるような状態ではない、その恐怖はそこにいないものにはわからない、それが当たり前ですが、もしもこの時、緊急事態条項が憲法にあって、誰もが従わなければならない政令が国からでていたとしたら、一体どうなっていたことでしょう。

東北の震災を経験した被災地の弁護士さんたちも、憲法に緊急事態条項をいれることに反対しています。なぜなら、そういう事態に対応するための法律は、すでにこの国に十分あるからです。大災害に対しても、武力攻撃に対しても、ほかの国と比較したって、より強い権限をもつ法律はもう整っている。でも3.11の時は、あそこまでの被害を真剣に想定していなかったために、法律の適切な運用ができなかった。必要なのは憲法をかえることではなく、今ある法律を活かすためのシミュレーションや、日ごろの訓練が、何より重要だと言っているのです。

なぜ、かえたいの？

備えの法律はあるのに、ではなぜ今、憲法をかえたいのだろう。緊急事態としての「内乱等による社会秩序の混乱」、私にはこの文言がとてもひっかかります。

憲法学者の木村草太さんは、報道ステーションの中で、「この“等”の一文字が曲者、この中に何でもいれられる」と言っていました。安保法や、原発再稼働や、憲法をかえることに、市民が集まって反対の声をあげることや大きなデモなどが、それこそ、時の政府の判断で、この「等」に含まれて、秩序を乱しているとみなされるのではないか、その懸念がどうしても拭えません。

この条項は、権力者が国民を支配して思い通りにできる条項でもあって、私たちの基本的人権や自由を制限する濫用の怖れ、おおいにあり。憲法学者、弁護士さんたちがこの条項にまっこうから反対している、それが最大の理由です。

権力は、集中すると暴走する。だからこその、三権分立。今ですら憲法を守らない政治をしている安倍首相が、または時の総理大臣が、この条項で、国会も憲法も一時ストップさせて、すべての権力を手にしてしまえるとしたら、って想像してみて下さい。

憲法学者の長谷部恭男さんは、ドキュメンタリー映画「不思議なクニの憲法」の中で、「安倍さんが法律をつくれる、ってことです」と。やはり憲法学者の小林節さんは、『「憲法改正」の真実』（集英社新書）という本の中で、「永遠の緊急事態をつくることも可能だ」と。

新聞に大きな意見広告をだした升永英俊弁護士は、その中で、「改憲草案の緊急事態条項は、9条改正とは比べものにならないほど怖い」とまで書いています。（2015.11.15 北陸中日新聞掲載の意見広告）

ナチスの手口を

2013年の参院選のあとで、麻生副総理がこんな発言をしたこと、覚えているでしょうか。麻生さんはドイツをひきあいに出して、「ナチス憲法にかわっていたんですよ、誰も気づかないでかわったんだ。あの手口学んだらどうかね」って言ったのです。その意味が、3年前より今の方が、ずっとリアルに迫ってきます。

ナチスのヒットラーはまさに、ドイツのワイマール憲法にある大統領令の「緊急事態宣言」をつかって、あの独裁国家をつくったのでした。1933年にヒットラー内閣ができ、そのひと月後に、大統領の名でこの宣言をだすと、たった数日間で、約5000人の共産党支持者たちを、司法手続きなしで、逮捕し、拘禁しました。言論の自由も、報道の自由も停止されました。

さらに、このひと月以内にヒットラーは「全権委任法」という新しい法律をつくりました。憲法と法律の二本立てで、ヒットラーはすべての権力を手のうちにおさめたので、もう誰も反対と言えなくなったのです。

緊急、という名のつくこの大統領令が、いったいいつまで続いたと思いますか。なんと、1945年5月にドイツが敗戦するまで、有効に存続したそうです。

3.11を口実にして国会に出されるだろう、改憲項目の緊急事態条項、その意図するところを、有権者の私たちはしかと見抜かなければならない、って強く思います。

めんどくさい、を受け入れる

長々、緊急事態条項について、読んでくださってありがとうございました。ね、わかりやすいお試し改憲、どころの話じゃ全然なかったでしょ？めんどくさくて、複雑で、いっぱい説明しなきゃならなくて。それでもここから緊急事態条項のアブナさ、少しでも感じとっていただけたなら、幸いです。

木村草太さんは報道ステーションの番組内でこうも言っていました。

「国民の側にめんどくささを受け入れる覚悟がいる。政府に何でも決めてもらう、頼んでしまう。そうなった時に、思考停止に陥るのです」と。

私たちが今、どうにか手にしている自由と人権を守るために、考え続け、行動するって、確かにめんどくさくて、手間ひまかかって、それでいてなかなか成果のあがらないこと。子育てと、とても似ている。でも平和って、民主主義って、まさにそういうものなんじゃなかったか、とあらためていま思うのです。

かわらないさ、ではなく

今度の選挙では、野党が選挙史上はじめて（オール沖縄で選挙をたたかった例はあるけど）、候補者を一本化して共闘する、そんな選挙区も春以降ふえてきたので（石川もしかり）、その意味でも、この夏の選挙は超特別です。

つまり、選挙したって何も変わらないさ、じゃない状況が、すでに日本のあっちこっちで起きているのです。そのことを、私はもっと伝えていきたい。選挙勝手連や、市民連合や、選挙に行こうプロジェクト、などなど、私の暮らす県でも、そんな動きが雨後のタケノコのように生まれています。そのことも、伝えたい。

党だけに選挙をまかせておけない、だからといって市民だけでも選挙はできない。いろんな政党といろんな市民と。違いがいっぱい。ぎくしゃくすることもとまどうことも、たくさんありながら、選挙までに今それぞれができることにむけて、石川のピースの仲間たちと一緒に、私も動いている真っ最中です。

県内の大学に、子育て中のママや10代の若者が、「選挙に行こう！」の授業をしにいってます。私も、ママたちと組んで、大学での憲法の授業を、選挙前にしにいくことになっています。そういう行動の一つ一つが、市民のちからを、民主主義を、育てていくことでもあるんだろうな、と思いながら。

PeaceにVote!

3月にあったピースウォーク金沢の、仲間たちと話しあって決めた今年のテーマは、「抱きしめるだけでは守れないPeaceにVote!」でした。大切なものを、ただ抱きしめるだけ、心の中で願っているだけでは、もう守ることができない。だから、行動しよう、平和に投票しよう、という意味です。

この平和、安倍さんのいう「積極的平和主義」とはまったく違う定義による、平和です。戦争の原因をつくる、貧困や格差や差別のない社会をつくっていこうとする、「積極的平和」という意味での平和。そういう社会をともに目指す候補者に投票しよう、という想いをこめての不思議な言葉、「PeaceにVote!」。

発音が似ているため、ピースボートとよくかん違いされますが（笑）、おかげで、あはは、ちゃうちゃう、voteは投票するって意味でね、とそのたび、安倍さんの平和と私の平和の違いについて語ることもできています。

＊積極的平和という概念を提唱しているのは、平和学の父とよばれるヨハン・ガルトゥング博士。一方、積極的平和主義は、英語でproactive contribution to peace. proactiveとは、戦略用語で〈先制攻撃〉の意。

今では、この「Peace に Vote!」も、「不断の努力を、普段から」も、「12条する」も、選挙で手をつなぐ石川の仲間たちの間で、格好の合い言葉となりました。

希望の人たち

選挙までたったひと月余りの今でも、選挙があること知らない人がいっぱい。選挙なんて興味ない、自分に関係ない、入れたい党も入れたい人もいない、投票に行く間もない、政治に何の期待もしてない、どうせ何も変わらない、って思ってる人はもっといっぱい。

そうだよね。その気持ち、わかります。選挙と自分と、全然関係なさそうに見えますもん。だけど、ほんとはそうじゃない。そのことを、これから出逢う一人一人に誠実に伝えていきたい。あなたの持っている一票は、私の／あなたの、未来を決めるちからを平等に持っている。そのこと、あきらめずにまわりに伝えていきたい。

だって逆説的かもしれないけど、そういう人たち＝これまで選挙に行かなかった人たち（その中にはもちろん、初めて選挙権を得る18歳19歳の人も含まれてる）こそ、私の希望なのだもの。

その人たちが、何らかのきっかけで、私の仲間たちと出逢い、誰かの言葉を聴き、政治と自分が実はつながってる、って気づくこと。はじめての投票に行ってみようかな、と思ってくれること。

その種がいっぱいまかれて、投票率があがって、その人たちが自分の一票で12条することでしか（その票のゆくえがたとえどこであれ）、今の私たちの社会はかわっていかない、と確信しているからです。

2016.5.18

映画「不思議なクニの憲法」全国で自主上映中！
http://fushigina.jp

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第25話

水野　スウ

2016年の参院選、その歴史的な意味

2016年7月10日、参院選がおわりました。選挙期間中、街頭演説では「今回の選挙の争点は経済政策。アベノミクスのギヤをもっとふかすかどうかを国民にはかる」、党首討論では「改憲は争点ではない」と何度も繰り返してきた安倍首相。ところが、ふたを開けてみると、開票速報で真っ先に流れたのも、朝刊の1面を飾ったのも、「改憲派3分の2」の文字でした。

そもそも、この「3分の2」っていう数字、いったいなんのこと？　その答えは、憲法96条の中にちゃんと書かれています。

憲法第96条
この憲法の改正は、各議院の総議員の三分の二以上の賛成で、国会が、これを発議し、国民に提案してその承認を経なければならない。この承認には、特別の国民投票又は国会の定める選挙の際行われる投票において、その過半数の賛成を必要とする。

つまり、憲法を変えるためには　①衆議院で3分の2の賛成　②参議院で3分の2の賛成　③国民投票で過半数の賛成　という3つのステップがあって、3分の2という数字は、1つ目と2つ目のステップのことを指しているのです。

今の憲法が誕生した1947年以来、衆議院と参議院の両方で、改憲に前向きな勢力が3分の2議席を占めたことは一度もありませんでした。ところが、2014年に行われた衆院選で、自民党と公明党の議席が3分の2を超えたことで、今回の参院選は、改憲の国民投票まで一気に進むかどうか？が、戦後はじめて問われることになった選挙だった、というわけです。

隠れていた争点

こうした今回の選挙の意味を、いったいどれくらいの人が知っていたのでしょう？　このことについて、高知新聞の記者が参院選直前の7月2日～4日に高知市内の100人に街頭インタビューをした記事が話題になりました（2016.7.5【参院選土佐から】改憲への「3分の2」高知で83％意味知らず http://www.kochinews.co.jp/article/32968）

「今回の参院選は『3分の2』という数字が注目されています。さて何のことでしょうか？」記者がこの質問を携えて街を歩いた。返った答えのほとんどが「？」。「知らない」「さっぱり」「見当もつかない」の声が続いた。「合区のこと？」（21歳男性）、「えっ憲法改正のことって？　そんな大事なことは新聞が大見出しで書かなきゃだめでしょ。全然知らなかった」（74歳男性）の声も。

3分の2の意味を分かっていた人は、100人中17人。5分の4にあたる83人がわからないと答えたそうです。

記事の中では、自民党の改憲草案を読んだことがありますか？という質問もしています。自民党はもともと、自主憲法をつくろう、ということから生まれた党なので、これまで党内で何度も、憲法をこうかえよう、ああかえよう、という議論を重ねてきています。2005年の草案づくりに続いて、2012年にも、前回とはまた違う「自民党改憲草案」を発表していて、インターネットで読むことができます。

（自由民主党「日本国憲法改正草案」https://www.jimin.jp/policy/policy_topics/pdf/seisaku-109.pdf）

だけど、読んだことがあると答えた人は100名中10名だけ。その人たちも、新聞やテレビで概要を聞いただけで、内容を熟読したわけではないということでした。街頭に立った記者さんはこんな感想を綴っています。

関心の薄さを象徴するかのような争点、憲法。自民党は経済政策を争点の中心に置き、対抗する野党は憲法の争点化を試みている。「見事に隠れている――」。各所を歩いた記者たちの感想だ。

この記事は参院選の前に書かれたものだったけれど、記者さんの印象の通り、本当の争点が注目されないまま投票日をむかえ、選挙が終わってから多くの人が、「改憲」「日本憲法」といったワードで、その意味を検索したそうです。

あれ、こんな現象、最近どこかでも聞いたような……そうだ、イギリスの国民投票！　EU離脱を決めた国民投票が決まった直後に、「EUってなに」とインターネットで検索する数が跳ね上がったイギリスの光景と重なって、怖いぐらいのデジャブを感じてしまいました。

そう遠くはない未来　国民投票のこと

もし実際の国民投票の時にも、これと同じようなことが起こったとしたらどうだろう。2006年、第1次安倍内閣のもとでつくられた国民投票法によると、改憲が発議されてから国民投票が行われるまでの日程は、最短で60日、長くても180日以内。さらに、どれだけ低い投票率であっても、有効投票数の過半数の賛成があれば、それで憲法を変えることができると定められています。

たとえるなら、この国がもし100人の村だとして、村びとの多くが、憲法なんて知らないよ、自分に関係ないさ、って思っていて、村の20人しか投票に行かなかったとします。そのうちの10人が賛成したら、もうそれで憲法は現実に書きかえられてしまう、ということです。

草案の中味を知っていて今回改憲派に投票した人も、もちろんいるでしょう。だけど大半の人がよく意味がわからないまま、改憲派に3分の2議

席を与え、日本が戦後一度も進んだことのなかった道へと一歩を踏み出した、それが今私たちのいるところなのです。

もしも、今の憲法について知らず、それがどう変えられようとしているかも知らず、国民投票にも行かなくて、かえられたあとで、憲法はこうなったんだよ、と知らされるとしたら、それって、この国の主権者としてちょっとさびしくないですか。

たとえそれがどうかえられるにせよ、憲法は国のかたち、国の行くべき方向性を指し示す、とてもとても重要なもの。なので、せめて国民投票にはかられる前から、今の憲法がなんのためにあるのか、草案がどういうものか、多くの人が知ったうえで、さて自分はどうしたいだろうか？と、一人ひとりにちゃんと選択をしてもらえたらいいな。

EU離脱が決まった後で、その意味するところが、「他の27カ国で、学び、住み、恋愛し、働く権利を、失う」ということだったんだ、と知って後悔しているイギリスの人たちを見ていると、よけいにそう思わずにはいられません。

改憲派といわれるいくつかの党も、憲法のどこをどうかえるのか、またはあらたに加えるのか、それぞれの主張には相当へだたりがあるので、数だけを見て、すわ改憲！とおおざっぱにくくるのはちと乱暴かもしれません。

それでも、衆参ともに単独過半数という自民党の議席数を考えると、自民党の公開している改憲草案が、発議される案としてもっとも近い可能性があると思うのです。自民党の意向が大きく影響することは間違いないでしょう。

なんといっても、昨年の安保国会で、違憲といわれる集団的自衛権を含む平和安全保障法制を無理やり成立させた現政権のこと。

改憲発議から実際の国民投票まで、賛成する人、反対する人、双方がメディアを使ってその中味を知らせる期間は、最短で2ヶ月、長くても半年しかありません。いきなりその日がやってきてあわてふためかないように、今から心構えをして、周りの人とも語り合えるような準備をしておくことが大切なんじゃないかな、と私は思っています。

ふだんの言葉で

先に紹介した高知新聞のインタビューの中で一番私の心に残っているのは、この言葉。

「興味ない。もう毎日のことでいっぱいいっぱい。憲法っていっても生活から遠い存在。それどころじゃないです」（37歳女性、大橋通商店街で）

そうだよね。毎日の生活に大変だったら、新聞やニュースを追いかけるだけでも大変だよね。まして、見えにくい所に争点が隠れていたら、気がつかなくって当たり前だと思います。それに、必死に駆け抜けている毎日の中では、「憲法」っていうワードだけでも、なんだか難しそう、自分には関係なさそうって感じるかも。

でもね、私は憲法のことを知れば知るほど、私が今こうして過ごしている日々が、この憲法の上に成り立っているんだっていうことを感じずにいられないのです。私の暮らしも、あなたの暮らしも、憲法の上に成り立っている。

だから、先に知ったものの責任として、私がどれだけふだんの言葉で、憲法を語れるだろう、それがまさに大事って思っているのです。メディアやマスコミやどこかの偉い先生がいつかなんとかしてくれるってお任せしていたら、とてもじゃないけど間に合わない、という気がしています。

去年から、あちらの街こちらの町、と憲法メインディッシュ＋草案サイドディッシュというメニューでたくさんの出前けんぽうかふぇに行きました。それをきっかけに、その人その人のできることで、すきま12条———大きなことでなくても、普段から心がける、不断の努力のささやかな12

条をする人がふえた、その手応えは確かにあるのです。それでも、7月の参院選の結果を見れば明らかなように、その道はまだまだまだ遥か。そして、私にしても出かけていける場所や出逢える人は限られています。だからこそ、あなたにもあなたの言葉で憲法を語ってもらえたらいいな、と選挙後、ますます思うようになりました。

憲法、って言われてもねぇ、なんか難しそうだし、とか、憲法に関心あるなんてえらいわねぇ、とか、いう人がもしあなたの隣りにいて、そんなつぶやきを耳にしたら、その時はあなたがあなたのふだんの言葉で、憲法って、ほんとはね、と、あなたの憲法をその人に伝えてくださったら、私はどんなにうれしいか。もちろん私もせいいっぱい伝えますから、どうかあなたもあなたの持ち場でそうしていただけたら。

今の私の願いは、発議のずっと前から、国会で改憲論議の始まる前から、まずはそういう「あなた」を、いっぱいいっぱいふやしたい、ということです。

どう伝えよう

な〜んて、偉そうなことを言っているけど、私もどうやって伝えたらいいんだろう？って、選挙後、実は試行錯誤の毎日でした。

特に、てはじめの“おためし改憲”として、自民党がまずとりくみたいと思っている「緊急事態条項」。これなら意見の違う他の党の賛成を得やすく、国民にも理解してもらいやすいだろう、と改憲したい派さんは考えているようだけど、なんのなんの！　わかりやすいお試しどころか、実はすんごくややこしいってこと、マガジン25号の24話でくわしく書きました。

（関心がおありの方は、こちらからご覧ください→http://humanservices.jp/magazine/vol25/20.pdf）

それは同時に、ひとに伝えるのが、超難しい！ということでもあるのです。はてさて、さぁこれから、どう伝えよう、どう届けよう。毎日いそがしくて憲法なんて構ってる暇ないよ、って人が、ふ〜ん、これならちょっと話聞いてみてもいいかなって耳を傾けてくれるように、これまでよりもっとわかりやすく、具体的な言葉で、ていねいに手渡していかなきゃなりません。う〜んと頭をひねってみたけれど、一人で考えていても、なかなかいい答えが出てこなさそう。

ところで、私はこれまで、たくさんのけんぽうかふぇをしてきたけれど、はじめから今みたいにしっくりくる言葉で話せていたわけじゃありません。自分が知ったことをほかの人にも伝えたい、伝えてみよう、とトライしていく中で、どんどん憲法が私の身体の中にしみこんでいって、少しずつ自分らしく話せるようになってきたのでした。

そう言えば、私の話を聞いてくれた人たちから、よくこんなことを言われます。「スウさんの話を聞いてわかったつもりでいても、いざ人に説明しようとすると全然話せないんです……」

そうだよね、自分が理解するっていうことと、人に伝えらえるってことは、全くべつの話なんだよね。

あぁ、そうか、みんなにはなかなか練習できる場所がないのかもしれない。それなら、2人とでも3人とでも、憲法や改憲草案について、自分の目で確認して、自分の頭で考えて、自分なりの言葉にしてみる、そんなDIY（Do It Yourself）の時間があってもいいよね。それに、何より私自身が、一緒に考える仲間がほしいな。……と考えて思いついたのがこれ、そうだ、草かふぇをはじめよう！

草（くさ）かふぇ、はじめました

毎水曜日午後1時から6時までわが家でしている、紅茶の時間内で、毎週1時間だけ、「草かふぇ」＝改憲草案のこと、何気に話したり聞いたり教えあいっこしながら少しずつ自分で学んでいく、け

んぽうおしゃべりタイムをはじめよう。

たった1時間、されど1時間。そんな草かふぇでも回を重ねるうち、緊急事態条項や草案の中味について知る人がふえて、またその人がまだ知らない人に伝えてく、またその人が……そんなサイクルを、紅茶の場から発信していきたいと思ったのです。

これって、はやっていない紅茶の時間だからこそできる、私の「12条する」です。そうとは知らずにたまたま来ちゃった人も、1時間そこにいたら、少なくとも「草かふぇ」という単語は知ってもらえるし、ほんのちょびっとでも「いま憲」と「くさ案」にふれられるかもしれないし。何より、今の憲法が近い将来変えられるかもしれないことも知ってもらえます。

政治の話ってなんとなく話題にしにくい、そこに段差があるようで、と多くの人が感じています。その段差をなんとかスロープにかえていきたい。草かふぇは、そんな私の願いの実験室でもあるのです。

というわけで7月の最終週から、毎週3時から4時までの1時間、「草かふぇ」をはじめました。他のとくべつ企画がはいらないかぎり、当分続ける予定です。

「第1回の記念すべき草かふぇに、ようこそ！」という言葉からはじまった初の草かふぇには、5人の人が来てくれました。予想通りのいい人数です。初回なので、まずはこの場の「お約束」を全員できめることにしました。

・キャッチボールを大切にする場
・ワンマンショーにならないように
・相手を否定しない場。意見は自由に
・知らないことははずかしいことじゃない
・質問しやすい雰囲気で、わからないことはその場ですぐ訊く
・その日のテーマのプリントがあるといい
・よくばらないで、一回に少しずつ
・大事なことは何度も何度もくり返し学んでいこう

この日は、「けんぽうって○○○」の、「○○○」の中に、あなたなら何をいれますか、という問いからスタート。それぞれが出した一つ一つの言葉の意味を、全員で考え、意見をいいながら、キャッチボールしながら、すすめました。憲法とはそもそも何か、を自分の言葉にしてみる、それをみんなで共有する、そんな基本の「き」の時間。これなしに一足飛びに「草」にいくわけにいかないですもんね。もちろんところどころで、「草案」についても語りつつ。

2回目は、緊急事態条項について。3回目は、いま憲とくさ案の、前文くらべ。以後のテーマは、その時その場に居る人たちと相談しあいながら、進めていくつもりです。

草かふぇは、とてもゆっくりでこじんまり、なんだか一見効率が悪いように思えるけれど、いえいえ、ゆっくりでこじんまりだからこそ、そこにいる一人ひとりが憲法を自分のものにしていっているのを感じます。

けんぽうかふぇの時は、私、話す人、あなたは聞く人、という一方通行なことが多いけど、草かふぇでは、そこにいるみんなが平らな時間。1週間の中のたった1時間だけど、自分で考えて、自分で言葉にして、それが行ったり来たり。こんな時間の貴重さを、はじめてからひしひしと感じています。

草かふぇに参加した紅茶の常連さんが、こんなことを言ってくれました。

——草かふぇのはじまる時間まで、ふつうに紅茶して、お茶飲んで。草かふぇが終わると、またいつものふつうの紅茶にもどって、個人的な話をしたり、聴いたり。前にスウさんが言ってた、「社会のこと、ふつうに話そう、暮らしのことだもの」っていうのが、まさにこのことって感じたよ。

ああ、本当にそうです。私もあなたも、この社会をつくっている一人ひとりで、そして政治は社会のシステムのことで、それについて語りあうのはまさしく、日々の暮らしと地続きのことで。ふつうの紅茶と、草かふぇとで、声の大きさも、使う言葉も、互いの関係性にも、何の変化もなく。

こういった感覚が、政治の話につい退いてしまう、その段差をスロープにかえていくヒントかもしれない。そんな予感を彼女の言葉から聞きとりました。

守るに足るもの

暮らし、というワードで、今真っ先に思い浮かぶのは、雑誌『暮しの手帖』の編集長をしておられた花森安治さんの言葉です。

昭和20年10月、お茶の水のニコライ堂の下のちいさな喫茶店で花森さんの語った言葉が、大橋鎮子著『「暮しの手帖」とわたし』(暮しの手帖社、2010年)に、このように記されています。

> 君はどんな本を作りたいか、まだ、ぼくは知らないが、一つ約束してほしいことがある。それはもう二度とこんな恐ろしい戦争をしないような世の中にしていくためのものを作りたいということだ。
>
> 戦争は恐ろしい。なんでもない人たちを巻き込んで、末は死までに追い込んでしまう。戦争を反対しなくてはいけない。君はそのことがわかるか……。
>
> 君も知ってのとおり、国は軍国主義一色になり、誰もかれもが、なだれをうって戦争に突っこんでいったのは、ひとりひとりが、自分の暮らしを大切にしなかったからだと思う。もしみんなに、あったかい家庭があったなら、戦争にならなかったと思う……。

2016年4月から始まった、NHK朝の連続ドラマ「とと姉ちゃん」。主人公のモデルになっているのが、暮しの手帖社の大橋鎮子さんです。ある日の朝ドラの後の番組が、『暮しの手帖』の特集でした。

「戦争中の暮しの記録」という特別号を出そうとした時の、大橋さんと花森さんのきもちが、「暮らしをほかのどのことよりも一番大切なものと考え、少しでも暮らしをよくしていく」ことにあったこと。

花森さんの言葉です。

> 戦争に反対すべきだったのに反対しきれなかった。何か守るに足るものが我々にあったら、これを壊されてたまるか！という気持ちになったんじゃないかと。毎日我々が生きておるということ、これが暮らしじゃないかと。

これは決して遠い過去の話ではなく、今とぴったり重なることのように思えます。毎日のわたしたちのなにげない暮らしこそ、何にもまさる大切なもの。自分の暮らし、毎日の暮らしを何よりも大切にすること。それこそが、守るに足るものなのです。

一人ひとりの生きる、を大事にする。国や公よりも、個人の、ひととしてどう生きるかを大切にする。それを奪われて、壊されて、たまるか！というきもちを抱きながら、日々生きること、暮らすことが、戦争へつながる道に反対するちからになっていく、と私も思います。

花森さんのこの言葉は、やがて、私のなかでしぜんと、憲法13条に重なっていきます。「わたし／あなたの存在は、ほかの誰ともとりかえることができない」。これを日々の暮らしの中で自覚して生きることも、やっぱり戦争に抗う大きなちからになる。そう信じて私は生きていきたいんだな、とあらためて自分に問うて、確認しました。

13条がある、ということ

このマガジンの原稿を書きかけていた2016年7月26日、相模原の障がい者福祉施設で、元職員の男性が入所者を次々に襲う事件が起こりました。言葉にできないようなこの事件を知って、真っ先に私の頭に浮かんできたのは、昨年放映されたNHKのETV特集「それはホロコーストのリハーサルだった～障害者虐殺70年目の真実」（2015年11月17日放送）という番組で知った「T4作戦」のこと。

ナチス政権下のドイツで、一部の精神科医たちの提案とヒトラーの主導のもと、非生産的な人々は安楽死させてよい、それが国のためだ、といまこうして書くのもおぞましい法律ができ、実際に実行されてしまったのです。対象になったのは、精神の病気の人、遺伝病の人、障がいのある人たち、同性愛の人たち、それ以外の人たちも。

この時に、病院内にガス室がつくられるようになったこと。そして、その時の行動が、実質的にホロコーストのリハーサルになってしまったこと……。番組の中ではじめてその詳細を知り、70年以上も前に、こんなおそろしい発想があったのか、と戦慄する思いでした。

テレビで詳細を知ったT4作戦は、70年以上も前の歴史の中の出来事だったけれど、2016年の日本で、その優生思想に同調して実行にまで移してしまう人があらわれたこと、さらにインターネット上ではその容疑者に共感する声が少なくなかったという事実に、私の心は重たく重たくなりました。もしかしたら人間には、いつの時代にも、効率や合理化の名のもとに、一人ひとりの違いに優劣をつけ、選別し、排除しようとする者が出てくるのかもしれない。そんな愚かさを人間は持っているのかもしれない。

けれども今一度、胸に確かに刻みたい言葉があります。NHKの特集の中で紹介されていた、T4作戦に決然と反対して意見をのべた司教さんの言葉です。

> 貧しい人、病人、非生産的な人、いてあたりまえだ。私たちは、他者から生産的であると認められたときだけ、生きる権利があるというのか。非生産的な市民を殺してもいいという原則ができ、実行されるならば、我々が老いて弱ったとき、我々も殺されるだろう。非生産的な市民を殺してもよいとするならば、いま弱者として標的にされている精神病者だけでなく、非生産的な人、病人、傷病兵、仕事で体が不自由になった人すべて、老いて弱ったときの、私たちすべてを、殺すことが許されるだろう。
> （クレメンス・アウグスト・フォン・ガーレン）

彼のお説教は、人の手から手へと書き写され、ドイツ全土に広がっていき、それからひと月もたたないうちに、この法律は廃止されたのだそうです。

このガーレン司教の言葉、私には日本の憲法13条の理念と繋がっているように感じられます。

> 憲法第13条
> すべて国民は、個人として尊重される。生命、自由及び幸福追求に対する国民の権利については、公共の福祉に反しない限り、立法その他の国政の上で、最大の尊重を必要とする。

自民党の改憲草案では、この13条から個人の「個」が消され、「公共の福祉」は「公益と公の秩序」という言葉に置き換えられています。

> 自民党憲法改正草案　第13条
> 全て国民は、人として尊重される。生命、自由及び幸福追求に対する国民の権利については、公益及び公の秩序に反しない限り、立法その他の国政の上で、最大限に尊重されなければならない。

効率、合理化、国益……役に立つとか立たないとか、生産的であるとかないとか、国の利益になるとかならないとか、そんな物差しで人間がはかられそうになったとき、絶対に忘れてはいけないことがある。捨て去ってはいけないものがある。それぞれにいろんな違いを抱えながら、存在している、その“be”を尊重する、ということ。

このことをはっきりと言葉として残し、未来に手渡していこうとしてくれたのが、今の憲法13条の条文なのではないかと、私には思えてなりません。何が本当に大切なのか未来の人間が迷ったとき、決して同じ過ちを繰り返さないよう、立ち戻るための確かな道標を残してくれたのではないか、と。

2016.8.25

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第 26 話

水野　スウ

原始林窯さん

11月にはいってもあいかわらず私の、けんぽうかふぇ・おはなし出前の旅は続き、参院選の後からはじめた「紅茶の時間」内、憲法と憲法草案を学ぶ毎週の「草かふぇ」も、回を重ねながら続いています。

けれどその話は今号はちょっとわきにおいて、かわりに、栃木は那須烏山で40年近く、普段使いのお茶碗やお皿など、焼きものづくりをされている原始林窯（げんしりんがま）さんこと、げんさん小稟（こりん）さんご夫婦のこと、書こうと思います（こんな時、連載のサブタイトル「紅茶の時間とその周辺」という文言の、なんと使い勝手のよいこと！）。

紅茶の時間で2年に一度ひらく、原始林窯展。2002年からスタートし、今年で8回目を数えます。毎週ただ何気なくあいている静かな「紅茶の時間」空間が、この2日間だけはすてきなアートギャラリーに変身するのです。

毎回、新旧の紅茶仲間が、げんさん小稟さんの器を見に、何より二人に逢いたくて、二人と話したくて、入れ替わり立ち替わり紅茶ギャラリーにやってきます。

原始林窯の、初個展

今から35、6年前のこと。げんさん小稟さん夫婦のはじめての個展が、金沢の喫茶店でひらかれました。当時、私はその近所に住んでいて、そのお店が行きつけの場所だったことから、たまたま二人の初個展に遭遇し、その時にうつわを一つ買ったことがご縁のはじまり。

その後、私に娘が生まれ、生後百日のお食い初めの食器を二人に頼んでつくってもらいました。それからも、げんさんがお墓まいりで金沢に帰って来た時、わが家にも寄ってくれたり、夫婦ぐるみのおつきあいが、自然なかたちでずっと続いていて。そしてある時、「ねえ、今度は紅茶の時間で個展をしませんか」、と私から提案をして、2年おきの原始林窯展が、2002年から紅茶ギャラリーではじまった、というわけです。

幸せな食器屋

日本の伝統的な文様を、小稟さんが職人技で手描きしたそばちょこは、紅茶の時間に一度でも来たことのある人なら誰もが知っている定番のお湯のみですし、我が家で毎日使っているご飯茶碗もお皿も、飽きのこない絵柄で、どれも使いやすく、洗いやすく、しかも割れにくい、暮らしの中のすぐれものです。

それに加えて原始林窯さんの最大の特徴は、こちらから出すどんなわがままな注文もいとわずに、世界に一つしかない、オリジナルのお皿やお茶碗をつくってくれること。

この大きさのこのお皿に、今は亡きうちの犬と猫を描いてほしいの、という注文（これは私です）や、ある人は、大きな手術の後、少しずつごはんの量がふえてきた夫に、それとわからないくらいほんの少し大きめのごはん茶碗をつくってもらいたい、と。または新築祝いに、家族全員の名前とそれぞれの好きな花を描いた揃いのお皿を、とか、孫が生まれたので、その子の名前入り小さなお茶碗を、とか、これと同じお皿でどこかに私だけのしるしを入れてつくってください、などなど。あ、今、こんな風に書いてみて、わがままなお願いはどれも、注文主の、その時々の暮らしや家族のかたちを反映しているってこと、気づきました。

そんな原始林窯さんなので、紅茶ギャラリーでも、世界に一つきりの、お茶碗やお湯呑みを少しずつ買い足していく人がふえました。

原始林窯さんは、自分たちの仕事を正式には、陶磁器製造業、と呼んでいます。まちがっても、陶芸作家、ではない。

同業の人からは、奇跡の食器屋、といわれているとか。陶芸教室も持たず、入賞をめざしての作品づくりもせず、他のバイトもせず、ただひたすらお客様のリクエストを細かくきき、もちろんそれに定番のうつわも制作しつつ、普段使いの食器づくりだけをなりわいに生活できている焼きものやさんって、この業界では本当に稀な存在なのだそうです。

でもそれはあくまでも周りの人が言っていること。二人はただ、うつわを手にした人のよろこぶ顔や、使う人のしあわせを願いながら、わがままな注文をできるかぎり叶えたいと、焼きものづくりに励んでいるだけ。そして、自分たちって本当になんてしあわせな仕事させてもらってる食器屋だろうね、と夫婦してよく言いあっているのだそうです。

小稟さん、山道でおじさんと出会う

原始林窯展@紅茶ギャラリーがオープンする日、とりわけ、みなが楽しみにしているのが、小稟さんのトークタイム。

小稟さんの、実に自然体な語りくちのおはなしは、どれも実際にあったことをただそのまま話しているだけなのだけど、どうしてこうもめっちゃおかしく、楽しく、不思議で、しあわせなきもちにさせてもらえるのだろう。思わずひきこまれて聴き入ってしまいます。昔ばなしをくり返しせがんでちっとも飽きない子どものように、紅茶ギャラリーでも、同じ一つの話なのに何度聴いてもその度おかしくて、その場にいるみんなで笑いあって、しあわせを共有するのです。

今年の小稟さんのおはなしは、遠野からはじまりました。

5年半前の東日本大震災のあと、岩手や福島をはじめ、東北——とりわけ津波の被害が大きかった三陸海岸沿い——を訪ねることの多くなったげんさんと小稟さん。今年5月には、げんさんが前々から行きたがっていた、遠野の六角牛神社へ行くことになりました。

その神社に通じる山道が細くて、どうも車で通れそうにありません。肺の丈夫でないげんさんには少々きつい山道、彼は車で行ける別の道を探すことにして、小稟さんは一人そのまま、ひっそりしたきもちのいい森の中の道を登っていきました。

すると道の先に、黒いヤッケをきた小柄なおじさんが、山菜採りでしょうか、腰をかがめている背中が見えてきたのです。

以前、畑仕事中の耳の遠いお年寄りに、近くで声をかけてびっくりさせてしまったことがあった小稟さん。また驚かせちゃいけない、と、こんにちわ〜、こんにちわ〜、と声をかけながら、おじさんに近づいていきました。

5、6メートルほどそばにきた頃でしょうか、やっとそのおじさん、こちらをふりむきました。……あれれ？　見ればその顔はまっ黒、耳が二つとも立っていて、鼻筋が長〜くて、何より全身真っ黒い毛だらけで……。あっ、おじさん、人間じゃなかった、おじさん、クマ、だったのね……。

目と目があって、だけど小稟さんには不思議と恐怖心も驚きもなくて、クマおじさんのほうもただ、きょとんって顔してて。

その瞬間、小稟さんはこう思ったそうです。自分もこの年まで生きものをいーっぱい食べてきたから、もしここでクマに食べられちゃったら、それも運命、それはそれで、まぁしょうがないか。

よく見ると、そのクマはどうも子どものよう。もしかすると近くにお母さんグマがいるかもしれず、そうなるとおおごとになってしまいそうで、それはあんまりよくないな。そこで、互いに、あれーっ？？って見つめあったまま、小稟さんは、しーっと言いながら、そっとそーっとあとずさりしてその子グマから離れていきました。

ええ〜！？　ちょっと待ってよ、どうして怖くなかったの？　どうして食べられてもしょうがない、なんて思えたの？　話を聴いていたみんなから、口々にそんな声があがりました。

まさか野生のクマに出会えるなんて予想もしてなかったけど、その時ちっとも怖さを感じなかった自分の反応に、小稟さん自身も、実は驚いていたそうです。

生まれかわり

小稟さんは、これまで何度もハチに刺されてきました。クマンバチにもスズメバチにもアシナガバチにも。このつぎ刺されたら命に関わるよ、とお医者さんに言われながらもまた刺されて、その度に腫れはするけど、それでも死なないで無事に生きている。

「きっと前世の自分はハチに悪さをするクマで、そのせいでこんなに攻撃されるのかも。そんなふうにこれまでずっと思っていて、そうしたらほんとにクマと出会えた。だからちっとも怖くなかったのかな、いや、それとも単に私がよっぽど鈍いってことかなぁ？」

いやいや、ふつう、なかなかそうは思わないんじゃない？　前世で自分はクマだったかも、だなんて！

ですよねぇ、うふふっ、と、小稟さんもおかしそうに笑います。

「でもきっとこんなふうに思うのは、小さい頃からおばあちゃんの口ぐせをよく聞いていたせい。前世のおまえは虫だったかもしれないし、石ころだったかもしれないよ。次はウシに生まれかわるかもしれないんだよ。そんなことをしょっちゅう言われていたから、ひとも動物も虫も、どっちがえらいかじゃなくて、みんな一緒のレベルで、何かは何かのうまれかわりで、いのちは巡っている。輪廻、っていう言葉はその時まだ知らなくても、なんとなくそれを自然なことって受けとめてたんだと思う」と、小稟さんは言うのです。

小稟さんが子どもだったころの家には、いろんな動物たちがいました。ウシもウマもヤギもヒツジもブタもお蚕さんもいて、全員が家族のような感覚で暮らしていました。ブタの赤ちゃんが生まれると、幼い小稟ちゃんはその赤ちゃんを抱いたまま、干し草の上で一緒に眠ることもありました。

ニワトリもたくさんいて、おばあちゃんが、こーこー、と呼ぶと、エサをくれる人だ、ってわかるからたちまち一斉に寄ってくる。お祭りの日など、その中から、もう卵をうまなくなった老いたニワトリをつぶすのも、おばあちゃんの仕事でした。

中の一羽を抱き上げ、その頭をなでながら、おばあちゃんがクイッと首をひねると、そのニワトリはケッといって、おばあちゃんの腕に抱かれたまま少しも苦しまずに、むしろうっとりしたような表情で息の根が止まる。

そういうことを幼い時から当たり前に見て、育ってきた小稟さん。家族のように暮らし、こんなにかわいがって育てたブタも、人間に殺されて、食べられる。自分はそういう生きもののいのちをこれまでいっぱいたべてきた、その確かな実感が、小稟さんのからだの中にはあるのでした。

東北に通うということ

そもそも、二人が東北によく行くようになったのは、2011年の大地震の後のこと。

あの震災で、げんさん小稟さんの自宅ギャラリーにあったやきものは、その9割がこなごなに砕けました。原始林窯の、窯そのものも壊れました。焼きものづくりをこれからも続けていけるかどうか、全く先の見えない日々に襲われたのです。

地震直後のしばらくは、水もない電気もない、だから原発が爆発したことも知らない。その中で必死に、小稟さんは屋根にのぼり、瓦をのせ、屋根を修理しました。瓦職人に頼んでいたらいつ来てもらえるか、見当もつかなかったからです。

しばらくの間、げんさんは、食べることも笑うこともできないほど落ち込んでいましたが、自力でどうにかこうにか窯を直し、これでまたやきものが作れるかもしれない、という再出発地点に立てたところからやっと、なんとか食べものを口にできるようになったそうです。

東北のことが気になりながらも、体を張ってのボランティアは、げんさんにはとうてい無理、ならばその地を度々訪ねることも、ささやかながら自分たちのできることだ、と思った二人。そうやって通いはじめた東北の旅が、不思議なことに、げんさんをどんどん元気にしていく。そしてまた、長く一緒に暮らしてきた小稟さんを、新鮮に発見していく、そんな旅でもあったそうです。

鹿踊り

今年の9月、げんさん小稟さんは再び、遠野の六角牛神社を訪ねました。神社の秋の例大祭に奉納される、鹿踊りを見るためです。

六つの角の牛、と書いて、ろっこうし。その角は、シカかウシか、またはイノシシか、クマ、でもあるらしい。その動物たちはまた、神でもあるらしい。

かつて、動物と人間は、闘って殺し殺される関係でした。殺したものたちに生かされているいのち。どちらかが殺されて、また別のものに生まれかわるなら、もしかしたらそのシカは、自分だったかもしれない。または自分が、ウシだったかもしれない。鹿踊りは、そういう循環がわかるお祭りだ、と小稟さんは言います。

金沢生まれのげんさんにとっては、いのちが循環するという考え方も、遠野の鹿踊りも、遠野物語の世界も、そして、震災以来よく旅するようになった東北そのものがまったくの異文化で、そこにとても惹かれて、わくわくするそうです。

一方、福島県の中通りがふるさとの小稟さんには、遠野の祭りも物語も、自分の生まれ育った世界と根っこがつながっている感じがして、いたって当たり前のことに思えるのでした。

東北の旅を重ねながら、げんさんは、小稟さんの中に、自分とは違う文化が脈々と流れていることをあらためて発見し、小稟さんは小稟さんで、これまで当たり前すぎて気づかなかった自分の文化のルーツを、げんさんのおかげではじめて認識することができるようになったというのです。

小稟、という名前

この日のトークの中で、小稟さんは自分の名前の由来についても語りました。本名ではなくて、結婚後に、げんさんのお母さんがつけてくれた名前であること。「稟」の字は、神様から分けていただくもの、という意味があって、それが「小」さいので、「小稟」とは、神様からほんのちょびっと分けていただいたもの、の意味だと小稟さんは思っていること。

生きていく中で、いいことも悪いこともみな、神様からの授かりもの、という受けとめをする小稟さん。動物も作物もひともみな対等で、何かの生まれかわりとして巡り巡っている、とずっと思ってきた小稟さん。

彼女のそんな生き方と、自分たちの身に起きた

さまざまなできごとを、そのまんまのみこんで、受け入れていくように思える東北の人たちの生きる哲学とは、やはりどこかで重なっているように、げんさんは感じるのです。そんな東北に通い続ける中で、げんさん自身がまた、不思議な元気をわけてもらえているのだと。

文様は祈り

小稟さんが細い筆で描く、日本の美しい文様の数々。麻の葉、青海波（せいがいは）、七宝（しつぽう）、砥草（とくさ）、唐草（からくさ）、矢羽根（やばね）、格子（こうし）、市松（いちまつ）、亀甲（きつこう）、麦藁手（むぎわらで）……。どの文様にも、一つ一つ意味の違う、祈りがこめられているのだそうです。

今、これだけの細かな手仕事のできる職人さんって、この国では、きっともう、そう多くはないでしょう。

使う人のしあわせを願いながらいつも文様を描くの、そういう小稟さんの書いた「文様は祈り」という美しい文章で、今回のおはなしを締めくくりたいと思います。

（2016.11.19）

文様を描いている時、その間中、祈っている気がします。古くからある古典文を描いている時、淡々としたリズムの中にすっかり心が静まり、手だけが勝手に動いているかのような一瞬があります。その時、無限の世界（宇宙のような）と繋がっているような不思議な感覚になる時間です。

以前、作品展に来てくださった老師様が、描いた鉢の文様をご覧になって、「まるで写経のようだ」とおっしゃったのです。その時、やはり文様は祈りだと、確信しました。

——小稟

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第27話

水野　スウ

「草かふぇ」その後

去年の夏、わが家の「紅茶の時間」で毎週3時から4時までの1時間だけ、「草かふぇ」をはじめます！と一人で宣言したこと、マガジン26号で少し書きました。

以来、とくべつ紅茶など特別な催しのある日をのぞいて、ほぼ毎週、ごくこじんまりながら、この「草かふぇ」——今の憲法と自民党のつくった改憲草案を、自分の目で見て確かめて、どう違うのか知ろう、わからないこと知らないことは、遠慮せずに何でも訊いて、少しでも憲法をわたしごとにしていこう、まわりに何気なく憲法のこと語れる自分になっていこう、そのための練習の場——を続けています。

やり方が決まっているわけでも、教科書があるわけでもない、草かふぇという新しい試み。最初のころは毎週、条文を一つとりあげて、声にだして読みあい、自分の感覚を頼りに今の憲法と草案の違いを感じ、言葉にしていく、そんな作業を重ねていきました。

ただそれだけの作業が、実際にやってみると思いの外、おもしろいのです。週ごとに微妙にいれかわる参加者さんと、とっつきにくい憲法の日本語を、自分たち流に読み解いていくのですから、さながら先生のいない、国語と歴史と社会の実験教室。もちろんかたわらに、専門家や作家、弁護士さんの書いた本を何冊も並べて、困った時はいつもそれらを参考書がわり、おおいに助けてもらっていますが。一人で読んだ時は見過ごしていたいろいろな気づきが、草かふぇの中で次つぎに生まれていきました。

これまで草かふぇでは、前文、13条、12条、21条、24条、9条、最高法規の第10章、そして、草案で新たに追加された「緊急事態条項」をみんなで読みあってきました。今回は、その中から、前文と10章・最高法規のミニ草かふぇ実況中継

をお送りしようと思います。皆さんも、自分だったらどんな発見をするかな？と探しながら読んでいただけたら何よりです。

前文くらべ

今の憲法前文と草案前文の読みくらべをした時の様子、お伝えしましょう。この日は井上ひさしさんの『子どもにつたえる日本国憲法』（講談社）をテキストブックにつかって、今の憲法の前文を一区切りごと読んでいきました。

「日本国民は、正当に選挙された国会における代表者を通じて行動し……」と始まる前文は一見、難しそうだったけれど、一つひとつ自分たちの言葉に置きかえてみると、主権が私たちにあるとはっきりうたっていることや、誰もが平和のうちに生きる権利があることなど、前文の深い理念が身体にしみこんでくる感じがしました。

そして、前文には、どうやらこういうことが書いてあるらしい、と、私たちなりにこんな風に解釈してみました。

「私たちは、私たちと私たちの子孫のために、固く心にきめました。すべての国々と平和的にちからをあわせて仲よくしよう。それによる実りと自由の恵みを、この国のすみずみにまで行き渡らせよう。政府のひきおこした戦争によって、私たちはとてもつらく、悲しく、ひどい経験をしたけれども、もう二度とそういうことがおきないようにしよう。

そのために、この国のかたちを決めるのは、政府ではなく私たちである、としなければなりません。この国の主権者は私たち国民です、と、ここにたからかに宣言して、この国のかたちを憲法にまとめることとします。私たちはこの憲法に違反する一切のきまりごとをうけいれません、また、これに違反する法にも従いません。

どんな国の人も、怖い思いやひもじい思いをせずに、おだやかな気持ちで生きる権利があります。どの国も、自分の国のことだけ考えて、他の国を無視したり、ないがしろにしたりしてはいけない。これはどんな時にも守らなければならない決まりごとです。

私たちは、この憲法に書きこんだ気高い理想を、私たちの名誉にかけ、ありったけの力でもって実現していくことを、ここに誓います」

草案の前文は

この文章にたどり着くまでかかった時間は、約40分でした。残り時間は20分。草案前文を声に出して読んでみます。どうやら文章は短くて、読みやすそうです。

日本国は、長い歴史と固有の文化を持ち、国民統合の象徴である天皇を戴く国家であって、国民主権の下、立法、行政及び司法の三権分立に基づいて統治される。

我が国は、先の大戦による荒廃や幾多の大災害を乗り越えて発展し、今や国際社会において重要な地位を占めており、平和主義の下、諸外国との友好関係を増進し、世界の平和と繁栄に貢献する。

日本国民は、国と郷土を誇りと気概を持って自ら守り、基本的人権を尊重するとともに、和を尊び、家族や社会全体が互いに助け合って国家を形成する。

我々は、自由と規律を重んじ、美しい国土と自然環境を守りつつ、教育や科学技術を振興し、活力ある経済活動を通じて国を成長させる。

日本国民は、良き伝統と我々の国家を末永く子孫に継承するため、ここに、この憲法を制定する。

読み終わるなり、この日の草かふぇ参加者さんたちから活発に声があがりました。

・あれ？　最初の主語が日本国民じゃなくて、日本国になってる。
・歴史と伝統、っていうのがこの国ではよほど大

事らしい。
・天皇を戴く国家、って、なんだかうやうやしい感じだねえ。
・戦争と災害が同じレベルになってる、ってことは、政府の責任はここでは問われていないんだ。
・戦争や災害をのりこえて発展してきたすごい国である、ってなんか自画自賛しているみたい。
・国民自らがこの国を守る、この国を経済成長発展させる、とも書いてあるよ。憲法っていうよりも、社訓みたいだなあ。
・国を発展させるために働け、って言われてる気がする。
・家族助けあって国家をつくる、って、こういうこと憲法に書くのに違和感がある。
・この憲法をつくる目的が何なのか、最後に書いてあるね。良き伝統と国家を子孫に継承するため、なんだって。
・国家があって、国民がある。今の憲法と真逆だね。

今の前文をじっくり時間をかけて読みこんだことで、みんな草案との違いがよくわかったみたいです。そして、参加しているひとたちの言葉によって、草案の目指す国のかたちがよりくっきり浮かびあがってきた気がします。 草かふぇには、これが正解、という答えはありません。それぞれが感じたことを自由に言葉にしながら、一緒に憲法を発見していく場。そのことがとてもリアルに感じられる、前文くらべの草かふぇとなりました。

第10章「最高法規」

日本国憲法の第10章は、「最高法規」の章。そのタイトル通り、ここには、この憲法が最高法規であることの根拠が書かれています。わかりやすくいうと、この章は、憲法が自分のことを自己紹介している章です。収められているのは97、98、99条の3つだけ。

さて、ここで草かふぇからちょっと寄り道します。私が憲法のおはなし出前に行って、まずみなさんにご協力いただく、けんぽう折り紙アンケートのこと、少し説明させてくださいね。

アンケートの1問目はこんな感じ。「私たち一人一人に日本国憲法を守る義務がある。そう思う方は、折り紙のきれいな色の方を私に向けてください。 違う、と思う方は、折り紙の裏側、つまり白い方を私に見せてくださいな」

そう尋ねると、どの会場でもたいてい8,9割の方が、折り紙のきれいな色の方を私に見せてくれます。つまり、憲法を守る義務は、国民である私たちにあるのだと。

そこで、プリントアウトしてあった99条を、誰かに声に出して読んでもらって答えあわせをします。

99条
天皇又は摂政及び国務大臣、国会議員、裁判官その他の公務員は、この憲法を尊重し擁護する義務を負ふ。

あれれ？って、けげんそうな顔がたくさん見えます。国民である「私」は含まれていないの？

そうなんです、憲法も法律と同じように、てっきり自分が守らねばいけないものと思っている人が多いけれど、実は憲法を守る義務があるのは、権力を持っている側の人たちなんです。なんでかって？　長い歴史の中で、人間は権力を持ってしまうと、ついその力をふりかざして、人々の自由や権利を奪ったり制限したりと、自分勝手なことをしてしまいたくなる生き物だということが証明されてきたから。

つまり、私たち一人ひとりの自由が大切にされるためには憲法という道具で権力をしばる必要がある、だから、権力を持つ人たちに憲法を守る義務がある、というわけです。

ここが、どこの出前にいってもかならず押さえておかなければならない、けんぽう基本のきの要（かなめ）です。

けんぽう基本のきでは、あわせて98条にもふれます。憲法と法律はどちらが強い？という質問をしてから、98条を誰かに読んでもらいます。

98条
１　この憲法は、国の最高法規であつて、その条規に反する法律、命令、詔勅及び国務に関するその他の行為の全部又は一部は、その効力を有しない。

「この憲法は国の最高法規。これに違反する法律に効力はありません」憲法にそう書いてあるにもかかわらず、政府は2015年の夏、憲法学者の8割が憲法９条違反とした法律を国会でむりやり通しました。国会前にあふれたコールは、憲法に違反する集団的自衛権に対する反対もあったろうし、憲法を守るべき立場の総理大臣や国会議員が、数のちからで憲法違反の法律を作ったことへの反発でもあったろう、と思います。

どうして最高法規なの？

憲法が自己紹介をしている「最高法規」の章には、97条から99条までの３つの条文が入っていると先に書きました。98条では「私はこの国の最高法規です」と、99条では「私の中に書いてあることを守る義務があるのは権力をもっている人たちです」と、憲法は言っています。それじゃあ、97条はどんな自己紹介なんでしょう？

97条
この憲法が日本国民に保障する基本的人権は、人類の多年にわたる自由獲得の努力の成果であつて、これらの権利は、過去幾多の試錬に堪へ、現在及び将来の国民に対し、侵すことのできない永久の権利として信託されたものである。

実は、ここに登場している「基本的人権」というワードは11条にも出てきています。だけど、基本的人権の保障をここまではっきり謳っている97条が「最高法規」の章に収められているということが、この憲法が最高法規たりうる根拠となっている、と弁護士さんから教えていただきました。

つまり、「私は、何よりも大切なあなたの人権を守るために存在しています。そして、あなたの人権が何よりも大切なものだからこそ、それを守るための私が最高法規であると言えるんですよ」ということを97条は示しているのです。

個人的にも大好きな97条を、『わたしとあなたの・けんぽうBOOK』という本のなかで、私はこう訳しています。

「この憲法は、日本の私たちに、ひととしての基本的な権利を保障するもの。それは、自由を求める世界中の人たちが長い長い時をかけ、苦しい試練にたえぬいて、ようやっと手に入れることができた実り。それはどんな時にも侵すことのできない永久の権利として、今といのちの未来へ、信頼にもとづいて手渡されます」

原文とこの訳文をもとに、草かふぇで語りあいました。

・今、私に与えられている人権って、決して当たり前にあるものじゃないんだ。私の生まれるずーっと前から、人権、なんていう概念も言葉もなかった時代から、数えきれないほどの人たちが、自分を押しつぶそうとする力とたたかって、血を流して勝ちとってきてくれたもの。
・自分たちは人間だ、人間らしく生きる権利があるんだ、って、気の遠くなるような時間をかけて努力した人たちがいたってことだよね。
・やっと手にすることができた人権、って考えると、ものすごく貴重に思える。これを得るためにたたかった、過去の人たちからの贈り物なんだ。
・私の自由や権利を守ってくれているこの基本的人権、私のためだけにあるんじゃない。この贈り物を受けとった以上、次は未来の人たちにちゃ

んとバトンタッチしていかないと。

・うん、「侵すことのできない永久の権利として信託されたもの」ってところ、ずしんとくる。この権利は大勢が寄ってたかって奪おうとしても奪えないもの、それがこの私を信頼して手渡された、ってとこに責任を感じるな。

・弁護士さんが、97条は中味で、98条99条が外味、って言ってたよね。97条で保障されている人権という中味を守るために、98と99という外側の条文もあわせて必要なんだ、ってこと、あらためてわかった。中と外は性質が違う条文だけど、最高法規の章でこの3つが1セット、ってとこがミソなんだね。

97条、草案では

ところがなんと、草案ではこの97条がまるごと、削除されているんだよ、と言ったとたん、草かふぇの人たちから驚きの声。

え〜〜、なんでなんで、こんなにすてきな条文がどうしてなくなっちゃうの？　理由は、似たような条項が他にもあるから、重ねてまたここで言う必要はない、ということらしいよ、と説明しても誰も納得しません。

・だって、基本的人権を大切にするこの条文が、最高法規の章に収められていることにこそ意味がある、って言ってたじゃない。この憲法は人権を大切にする憲法です、と憲法が自己紹介してる章だ、って。

・この章から97条がなくなるって、人権をこれまでみたいには尊重しない憲法にする、と言ってるように思えちゃう。

・それじゃまるで、黄味のない卵だよ。

・ダルマに目がないのと同じ。

・具のないサンドイッチみたいだ。

草かふぇメンバーの感性と表現力に、思わず拍手！　「黄味のない卵」「ダルマに目がない」「具のないサンドイッチ」どれも言い得て妙、なんてわかりやすいたとえでしょう。

こんな発見があるたび、草かふぇやっててよかった！と思えるのです。参加している人たちの自由な発想から、私自身が一番勉強させてもらっています。

矢印が逆向き

ちなみに、憲法を守る義務を記した99条は、草案では102条に引っ越しています。しかもその1項に、この憲法を尊重する義務はまず国民にある、と記されているのです。

102条

1　全て国民は、この憲法を尊重しなければならない。

2　国会議員、国務大臣、裁判官その他の公務員は、この憲法を擁護する義務を負う。

2項で、総理大臣や国務大臣、裁判官や公務員に憲法を守る義務ありと書かれてはいますが（なぜか天皇はここに含まれていません）、これは憲法の「名宛て人」、つまり、憲法の矢印が誰に向けられているかが、これまでと逆になってしまうことを意味しています。

六法全書に、憲法とは「人々の自由と権利を実現させるために国家権力を拘束する法」と書かれているけど、草案通りの私たちをしばる憲法になったら、この言葉がもうあてはまらなくなってしまいます。

この自民党草案に関しては、立憲主義を否定するもの、憲法の体をなしていない、といった厳しい批判が、学者や弁護士、知識人、市民からも数多く寄せられました。2016年10月、自民党は国会の憲法審査会において、この草案を議論のたたき台にはしないと発表しましたが、草案を撤回はしていないので、自民党の目指したい国のかたち

がこれで大きく変わるわけではないでしょう。だからこれからも草かふぇで、草案をテキストに憲法を学んでいく意味は、十分あると思っています。

草かふぇのテーマ

毎週の紅茶の時間がはやっていないのをいいことに、昨夏から突然はじめた草かふぇ。当初はその名前の通り、草案の条文を1つずつテーマにしていたけれど、回を重ねるうち、あ、草かふぇ、と名づけたからといって、かならずしも憲法や草案の条文だけを学ぶ場に限らなくっていいのかも、と思えてきました。

たとえば、暮らしと憲法を取りあげたEテレの番組を見たり（14条に男女平等を、24条に家族条項での個人の尊厳をかきこんでくれたベアテさんが登場）、クローズアップ現代プラスの「声をあげる若者たち」の録画を見たり（日本のSEALDsや、世界各地で起きている若者たちの動きを紹介）、時には時間枠をひろげて「不思議なクニの憲法」のミニ上映会をしたり。そんなふうに臨機応変、この場のみんなと一緒に見たい、考えたいものをテーマに、言葉にしあっていく、というスタイルだってありなのかもしれないと。

なぜって、女性の生き方を考えることも、子育てや介護や、家族のあり方を語りあうことも、子どもの権利や子ども食堂や奨学金について考えることも、自分の自由についてしゃべりあうことも、自分を大切にして生きようと思うことも、貧困も差別も格差も、戦争と平和のことも、——つまり私たちがいま生きているこの社会について考えることすべてが、気づけばみんなみんな、根っこの部分で憲法とつながっている！　そのことを、私自身が頭ではなく心で感じるようになったからです。そしてきっとそれは、週に一度ほんの一時間ではあるけれど、仲間と一緒に自分たちの心と言葉でくり返し憲法に触れてきた、その時間のおかげなのでしょう。

暮らしの中のどんなことも草かふぇのテーマになるんだ、と思ったらとても気が楽になって、草かふぇの可能性がまた、ぐんと広がった気がします。日々アンテナを立てて、ていねいに自分らしく生きることが、同時に、世界を見る目、日本を見る目、自分の生き方、自分のいま手にしている権利と自由、などについて深く考えることの幅を、少しずつ広げてくれる。12条で私たちに求められている「不断の努力」とは、文字通り、日々普段からの暮らしの中で積み重ねられていくもの、そのことを今いっそう強く感じています。

12条
この憲法が国民に保障する自由及び権利は、国民の不断の努力によつて、これを保持しなければならない。又、国民は、これを濫用してはならないのであつて、常に公共の福祉のためにこれを利用する責任を負ふ。

近々、草かふぇで「この世界の片隅に」という映画を見た人たちと感想を語りあう時間を持つことにしていますが、映画のヒロイン、すずさんについて語ることも、映画の舞台になった呉を語ることも、あの時代と今について語ることも、まさしく草かふぇのテーマにふさわしいな、と思っています。

13条の後追い発見

草かふぇは、いつも同じメンバーなわけではなくて、ふらりと飛び入りで初参加する人もいるので、おのずと憲法の中の核心と言われている13条について語る機会がふえました。

13条
すべて国民は、個人として尊重される。生命、自由及び幸福追求に対する国民の権利については、公共の福祉に反しない限り、立法その他の国政の上で、最大の尊重を必要とする。

あなたは、ほかの誰ともとりかえのきかない存在で、あなたはあなた個人として尊重される、と言ってくれている13条。あなたがそうであるように、それは私にも、あの人にもあの子にも、あてはまることで、だからお互いの大切さは行ったり来たり。他人のしあわせを邪魔しないかぎり、どんな人もその人らしくしあわせを追い求めて生きていっていいんだよ。そう憲法に書いてあるって、うれしいことだよね、という話を、これまでに私は何度くり返し語ってきたことでしょう。

13条をテーマにした草かふぇでは、「個人として尊重される」から“個”という文字が消えて「人として尊重」になった草案を読んで、「今の13条に“個”があることで、一人ひとり違っていていいんだ、ってことが認められていると思う」と言ってくれた人もいました。

そういう場面を草かふぇで何度か経た後に、ある時急に、あ！と気づいたんです。草かふぇの土台になっている紅茶の時間って、なんて13条的な場なんだろう！と。

あなたもわたしも、かけがえのない存在。一人ひとりが身の丈で認められること、受け入れられること、どの人の言葉もきちんと聴かれること、みんなと同じ意見でなくてもいいこと、互いのいいところを言葉にして伝えあっていること、誰もワンマンショーをしないこと、などなど。33年間、紅茶を続ける中で大切にしてきたことを、思いつくまま並べてみた時、あらためてどれもみな、13条だ、と感じたのです。

このことを紅茶仲間に話すと、ええ〜、スウさん、今ごろ気づいたの？私たち、ずっと前から紅茶って13条だなあ、と思っていたよ、とみんなに笑われました。

こんなふうに、自分のしていることの意味がわかるのは、私の場合、いつもかなり後になってから。でもきっと、それでいいんです。

だってね、そういうことが最初からはっきりわかっていたとして、「紅茶の時間はあなたの基本的人権の13条を大切にする場所です」だなんて標語が玄関に仰々しく貼り出されていたら、ふらりと紅茶にやってきた人が、何気にドア押してはいりづらくなっちゃいますもんね（笑）

紅茶の時間のことも、草かふぇのことも、もしかしたら今はまだ気づいていない、あんなことやこんなことも、自分の今していることは、いつも自分からはよく見えない、わからない。

だいぶん時間がたってからのこんな後追い発見が、私にはなおよいこと、すてきなことのように思えてなりません。その分、予期せぬおつりが一緒についてくるようでね。

2017.2.20

きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第28話

水野　スウ

憲法を介して

全国あちこちから、お声がかかるとその地に出かけていって、憲法のおはなしをさせてもらう出前けんぽうかふぇ、2015年から始めて、これまでに150回をこえました。

私にとってそれは、憲法をなかだちにして、ほぼ未知の方たちと出逢っていく旅。同時にそれは、憲法にこれまであまり関心をもってこなかった方たちが、憲法と出逢う貴重な機会かもしれない、と思うので、毎回できるだけわかりやすく、身の丈の私の言葉で、憲法きほんのきを語るようにしています。あわせて、私がなぜ、こんなにも憲法を身近に感じるようになったのか、そのわけや、安倍首相がこの数年間でしてきたこと、これから何をしようとしているか、などについても。

なんか遠い、怖いもの？

話しおえた後はいつも、参加した方にひと言感想を言っていただくふりかえりの時間を持ちます。みなさんに前もって折り紙をお渡ししておき、今日初めて知ったこと、または、今日印象的だった言葉、または、いま感じているきもち、そのうちのどれかを短かい言葉で書いていただいて、お一人一人、順に発表してもらうのです。

憲法を守る義務を負うのはてっきり自分たち国民と思っていたけど、守らなきゃいけないのは権力の側にいる人たちなんですね、という感想は、毎回どなたかが必ずおっしゃいます。そして、それ以上に多く聞かれるのが、憲法って堅苦しくて遠い存在、自分に関係ないもの、なんかこわそうなもの、と思っていたけど全然違っていた、という声。

そんな感想を耳にした時には、後からでも、なるべくそのわけを聞くようにしています。ある人の場合はこうでした。

「63歳の誕生日に娘から、スウさんのけんぽうかふぇを一緒に聞きにいこう、と誘われてきました。内心、何にも知らない自分が聞いて話についていけるだろうか、無関心を責められたりしないだろうか、ってどきどきしてたけど、話がはじまったら、ほんの少しもばかにされてないのがわかった。初めて来た私のために話してくれてる気がした。13条の個人の尊厳のこと、はじめて知りました。自分のことを大切に思っていいんだって憲法に書いてある、とこの日知ることができて、娘から何よりの誕生日プレゼントをもらったようなきもちです」

またある人は、こんなふうに。

「9条守れ〜！とこぶしを強く振り上げている人たちに対して、昔からなにか違和感があった。確かにそれは正しいことかもしれないけど、9条そのものも矛盾だらけだし、自分自身、そんなに正しい人間じゃないと思っているので、あの人たちのように揺るぎなく堂々と、9条守れ！って言えない、そんな自分をどこか後ろめたく思っていたの。今日の話は憲法の入り口が9条じゃなくて、個人の尊厳の13条やふだんの努力の12条だったのがとても新鮮で、憲法がストンと腑に落ちました」

一生懸命になりすぎると

お二人の言葉の中に、先に憲法と出逢った人が、次の人へどんな風に憲法を手渡していったらいいのか、そのヒントがいっぱい詰まっている気がしました。

確かに私も、憲法の集まりに出かけて行って、専門用語がいっぱいで気後れしてしまったり、なんだか怒りが満ちているように感じて思わずたじろいでしまったり、ということが、今でもあります。

平和のために一生懸命活動していると、今の状況に危機感つのらせるあまり、つい、上から目線で説教したくなったり、無意識のうちに自分の意見を押しつけたくなったり、攻撃的だったりしてしまう。そのきもちはわかる気がするし、私にだって思い当たることがあります。

だけども、平和を願っているはずなのに、これじゃあちっとも平和的じゃないよね。思いきって勇気をふるい、おっかなびっくり憲法の話を聞きに来てくれた人たちにいっぺんで引かれちゃう。そしたら本当に伝えたいことが伝わらない、広がらない、もったいない。……じゃあ、一体どうしたらいいんだろ。

そこで思いついたシンプルなキーワード、それが「平(たいら)に話す」です。

平(たいら)に話す

政治とか憲法とか森友学園とか加計学園とか、近ごろでいえば共謀罪とか、いわゆる“政治的”（というくくりにちょっと違和感あるけど、ま、わかりやすいのであえて使います、ほんとは、社会の話をしてるだけなんだけど）な話をする時にこそ必要なんじゃないかな、と思う、「平(たいら)に話す」ということ。

たいら、なのでそこには上も下もなく、知っている人がえらい、知らない人がダメ、ということもなく、たいらかに、対等にむきあって、個人を認めあって、話す、聴く。たいらに話す（平話）ことが「たいわ」で、「へいわ」で、たいらに話すから「対話」で、それが「平和」につながっていく、と思うのです。そういう対話のキャッチボールが続いているかぎりは、そこになぐりあいは起こらないのではないかと。

たいらに話す、この言い方を思いついたのは最近だけど、実は、たいらな話し方のモデルは、ずっと以前から私の中にありました。

そのヒントを教えてくれたのは、精神障がいの人たちが働いている調布のレストラン、クッキン

グハウスで、メンバーさんたちが日常茶飯事に実践しているというSSTです。

「わたしメッセージ」の練習

SSTというのは、ソーシャル・スキルズ・トレーニングの略で、自分にも相手にもきもちのいいコミュニケーションのとり方の練習のこと。クッキングハウスで定期的に行われているSSTの講座を受けてみて、これって、練習すれば誰でも身につけることができるんだ、と知りました。

まずは、相手の話を、さえぎらず、横取りせず、否定せずに、まっすぐな耳で聴く練習をすること。次に、自分が話す時は、相手を責めず、わたしを主語にして、自分のきもちを「わたしメッセージ」で相手に伝える練習をすること。

この「わたしメッセージ」が、言うは易く行うはなかなか難しい。ムカッ、イライラッ、と来た時に、反射的に口から飛び出してくる言葉は、ほぼきまって相手を責める「あなたメッセージ」です。例えば、相手を主語にした「どうしてあなたはいつもこうなの！」といったふうに。それに対して、「わたしはこうしてもらえたらうれしい」というのが「わたしメッセージ」の伝え方。

この伝え方をクッキングハウスで学んだ時、これは決してHow to的なテクニックの話ではなく、自分と相手、それぞれの「個」を尊重しようとする誠実さがその根底に流れていることを感じました。それが、おそらく私にとって、たいらに話す、の原点です。

「どうして関心を持たないんだ！」という怒りも「そんなことも知らないの？」という嘆きも、政治がひどくなっていくことへの不安と焦りの裏返しなのでしょう。でも、誰だって、自分が大切にされなかったら悲しい。そんな言われ方をしたら、心がパタンと閉じてしまう。そうしていたら、本当に伝えたいことだって伝わらない。それは、お互いにとってもったいないこと。

もし普段からそんな伝え方が、ついついクセになっているとしたら、それこそやっぱり練習が必要だと思うのです。たいらに話す、聴く、といったコミュニケーションの練習が。

対等に話すことが基本のSSTの手法を、もっと多くの人が知って、政治や社会の話をする場面でこそ、それを応用していったらいいな。そう気づいた時、これまで紅茶の時間を始めてから、ずっと自分の中で2本の柱のように存在していた「社会のこと」と「コミュニケーション」が、ふっと重なり合ったように感じました。

コミュニケーション・ワークショップ

この春、ひさしぶりにコミュニケーション・ワークショップの出前をしました。ご注文主はおととしあたりから、今の政治がおかしいと感じて、友人たちと国会前に出かけたり、出会った仲間たちと憲法のお話会を主催したり、私の出前けんぽうかふぇを開いてくれたりしているお母さんです。

私が以前から、政治や社会の話をきもちよくしあうには、コミュニケーションの練習が必要だね、と言っていることに反応して、去年、私がひらいたワークショップにも参加してくれた彼女。今回は、社会や政治とはとくにからめずに、相手にも自分にもきもちのいいコミュニケーションがあるということ、それを体感してもらえるようなワークをしてほしい、というご注文でした。

そのご注文のおかげで、私にとっても懐かしい、10数年前によくしていたシンプルなプログラムを組みあわせてワークをしてみました。そのいくつかは、たとえばこんなふう。

きもちボール

目には見えないボールをふくらませて、それを言葉をつかわずに、投げる、受け止める、をくり

かえす「きもちボール」。コミュニケーションってキャッチボールなんだ、ということをからだで感じてもらうワークです。

ボールを飛ばす時、あなたに向かって投げるから受け止めてね、と目で合図してから、ぽ〜〜んと投げる人、アイコンタクトなしに適当に投げる人、遊び心いれて変化球を投げる人、大事そうに持ってお隣さんにそっと手渡す人。ボールの投げ方一つにも、その人の個性や日ごろ無意識にしていることがとても自然に出るワークです。

しあわせまわし

二人一組みをつくって、ごく最近あった、ちいさなうれしい、を相手に話す「しあわせまわし」。2分話したら、今度は自分が2分、相手を聴く。

一見単純なワークだけども、いろんな要素が詰まっています。まず、ちいさなうれしいを見つける練習、見つけたらそのきもちを「わたしメッセージ」で言葉にする練習、相手の話をまっすぐに聴く練習。この中には、相手の話を横取りしない、さえぎらない、先回りしない、相手のちいさなうれしい、というきもちをうけとめる練習、などなども含まれます。

ワークをしながら、自分のコミュニケーションのくせに、自分で気づく時間でもあります。最近こんなふうに、自分のきもちを誰かに受けとめてもらったことあるかな、誰かのきもちを自分はまっすぐに聴いているかな、などなど。

贈りものの言葉

自分がこれまでに言われてうれしかった言葉を思い出して、一人一人が自分の折り紙に書いてみる「贈りものの言葉」。あとから、誰が書いたかわからない仕掛けをして、その言葉を全員でシェアします。

すごいね、えらいね、がんばったね、といったほめ言葉をもらえるのはもちろんうれしいことだけど、それ以上に、自分をよく見てくれている人から言われた何気ない言葉、自分の存在を認めてくれていると感じられる言葉が、実はとってもうれしい。そのことに気づいてもらえる時間です。

人は誰でも身の丈に認めてもらいたい、という願いをもって生きている、と私は思っています。ひと言で言えばそれは、人権、ということだけど、あえてその単語を出さずとも、一人一人の存在が大切にされる、あなたもわたしも、個人として認められる、という感覚を体感してほしくてするワークでもあります。

そして、すべてのワークのあとは「ふりかえり」の時間をとって、この日参加して感じたことを言葉にしあい、それを全員でうけとめ、わかちあいます。

シンプルなワークこそ

ワークショップは、日常とはちょっとちがう時間です。いつもとちがう設定でなにかを、ともにしてみる。ふだんなら見過ごすだろうきもちを、あえて言葉化してみる。自分のきもちを感じて、気づいて、言葉化して、それをうけとめてもらって、ひとつのコミュニケーションのサイクルが成り立ちます。

そんなシンプルなワークを体験してみて、自分の存在を受けとめてもらう安心感を味わうと同時に、自分がこれまで相手を聴こうとしていなかったこと、相手に「あなたメッセージ」ばかりぶつけて責めていたこと、相手を変えよう変えようとしてきた自分がいること、受けとれないボールをばちんと相手にぶつけていたのはひょっとして自分の方だったかも、ってもしも気づくとしたら、それはとてもすてきな変化のはじまり、と思います。

この日参加した20数名の方の多くは、ここ数年、政治や社会の状況に、もう黙っていられなくて、

不慣れなことであっても必死に自分のできることを探し、動いてきた方たちのようでした。

ふだん仲間と顔をあわせれば、次のイベントや行動をどうするか、これをしよう、あれもしなくちゃ、と、時に自分のきもちはどこかに置き去りにしたまま、やらなければいけないことに次々と追われるように突っ走ってきた人もいたでしょう。

政治や社会のことをたいらに話す、それにはコミュニケーションの練習が必要——そんな思いをきっかけに生まれた時間だったけど、あえてこの日は、その意図はことさらおもてに出さず、シンプルなワークをただ体験してもらった、そのことがかえってよかったんじゃないかな、と思います。

慣れない政治的な活動に関わり、とりわけこの2、3年、しんどい思いもし、疲れがたまっていたろう人たちにとって、まず何よりも自分のために、こんなささやかで何気ない、自分を解放する時間があるってことが、きっと大事なこと。

ふりかえりの時間に、参加したみなさんが「たいらに話す」ことを意識しながら出してくれた言葉、見せてくれた表情の明るさ、軽さに、私のほうこそ救われたような、うれしいきもちを味わいました。

国会音読会

そんなうれしいきもちを持ち帰ってから1ヶ月も立たないうちに、国会では、共謀罪法案が衆議院で採決されました。

平成の治安維持法ともよばれるこの法案。与党は「十分審議は尽くされた」と言って採決を押し通したけれど、国会でどんな議論があったのか、どんな中味の法案なのか、一体どのくらいの人が知っているでしょう。

私もちょうど、けんぽうかふぇで家をあけることの多い時期と重なっていたので、細切れのニュースや新聞だけだと、一体何が話し合われているのか、よくわかりませんでした。

そんな折、金沢の友人の小原美由紀さんが、国会での答弁を日ごろからたんねんに書き起こしてくれていて、それを見た輪島の友人が、声に出して読んでみよう！と思いつき、5月15日にわが家に集まった5人で、それぞれ、金田法務大臣や民進党の山尾志桜里議員や安倍首相になりきって、音読してみました。

すると、見えてくる見えてくる。大臣が質問に何も答えていない、答えられない。この法案をまったくわかっていない。この法案のあいまいさ、危険性、安倍さんの答弁のごまかしなどなど、おかしいほどに実感します。まるで喜劇のようです。

民主主義の基本は話しあい、のはずが、まったくコミュニケーションがなりたっていない国会答弁。こんな身もふたもない答弁がくりかえされ、それでも30時間経過すれば、審議は十分尽くされたとして、数の力で採決される。

こうやって、テロ対策を口実にした（文字通り口実で、この法でテロは防げない、と言われています）法律ができ、仲間とのコミュニケーションが監視され、わたしの心のうちが見張られ、おかしいことにおかしいと声あげることがためらわれるようになったら、ものいう自由はどんどん小さくなっていきます。その結果、政府のすることに何も文句を言わない人だらけになった社会を想豫するとぞっとします。

全国各地でリーディング

その日以来、石川では毎日のようにどこかしらで、この国会答弁リーディングが行われています。誰かの家で、金沢のカフェで、公園のピースステント前で、共謀罪反対の集会で。

メディアが連日、このおもしろいユニークな取り組みをとりあげてくれたおかげで、こんなことしてる！自分たちにもできる！と知った人たちがまた、日本のあちこちでこの国会音読会をはじめています。

完全ノンフィクション国会答弁書き起こしのシナリオは、パソコンで「コッカイオンドク」と検索すればでてきて、誰でもそれをプリントアウトすることができます。

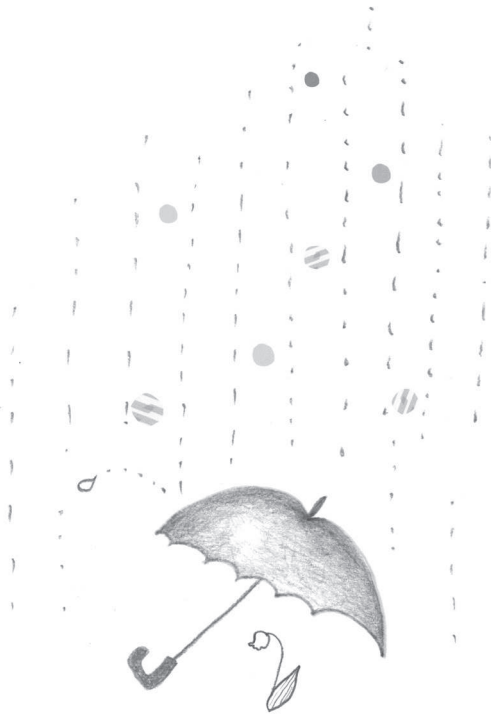
〈コッカイオンドク！〉

https://believe-j.jimdo.com

サイトには11回分の答弁が載っていますが、書き起こしは各答弁のポイント部分にしぼっているので、1回分は読めば5分から10分以内。これは、と思う日の答弁を自分たちで選び、たとえば試しに3日分を読んでみるというのはどうでしょう。一回読み終わるごとに、感じたことなどシェアしあうのも大事。実際にほんの数人の紅茶の時間内の草かふぇでも、この音読会、やりはじめています。

共謀罪の審議は5月29日から参議院にうつります。この法案を知るためにできることとしての国会音読会、これもふだんの努力の「12条する」の1つ、と思います。

2017.5.25



きもちは、言葉をさがしている

「紅茶の時間」とその周辺

第29話

水野　スウ

コッカイオンドクその後

前号28話の最後に、「コッカイオンドク」のことを少し書きました。共謀罪を審議する国会答弁をそのまま書き起こし、それをノンフィクションシナリオとして市民が声に出して読む、それが国会音読です。

質問する野党議員役、それに答える大臣役、指名する委員長役など、参加者はそれぞれその役になりきって、実際に国会で行われたやり取りを読んでいきます。

すると、次々見えてくる。あれ？　この大臣、質問にまったく答えてないよね。あ、そもそも大臣もよくわかってないんだ。関係ないことばかり言ってる。これ、全然コミュニケーションになってないよ。

読んだ後の感想もさまざまです。これ、本当に国会で起きてることなんだよね？　まるでコントだ、おかしすぎる！　でも、こんなやり取りで法律が決まっちゃうって、どういうこと？　しかも全部、私たちの税金で！

実際に自分で音読してみることで、遠いと思っていた国会がにわかに身近になるみたい。政治を自分ごとにしていくのに、こんなに手軽で、いい方法があったんだ、と気づいた人たちの間で、ネットや口コミを通して、コッカイオンドクはごく短期間で全国にひろがっていきました。

オンドクがうまれたわけ

コッカイオンドクの生みの親は、30年来の友人の小原（こはら）美由紀さん。彼女は以前から、SASPL（特定秘密保護法に反対する学生有志の会）やSEALDs（自由と民主主義のための学生緊急行動）の若者たちのスピーチ、おととしの安保国会における安倍首相と志位共産党委員長との討論など、一人でこつこつと書き起こしては、自分のフェイスブックに投稿

する、ということを続けてきた金沢のお母さんです。

共謀罪法案の審議がはじまった今年の春、美由紀さんはこの法案の国会やりとりを、さらにこまめにフェイスブックにアップしていきました。すべての国民に関係のあるとっても重要な法案にもかかわらず、審議の進み方が急すぎて、どんな内容なのか、どんな問題点があるのかほとんど知られないうちに法案が通ってしまいそうなことへの、強い危機感から。

いくつかの書き起こしをならべて、「国会答弁を改めて読み返し、怒りを新たにしましょう」とフェイスブックで呼びかけると、輪島の友人から即、これ、音読したい！と反応がありました。

そうか、一人で黙読よりも、仲間と音読、声に出してみたら、確かにおもしろいかも。そう思った美由紀さんが、知り合いの新聞記者さんにその思いつきを伝えてみたところ、ちょうどこの記者さん自身も、共謀罪に関心のない人になかなか情報が届かない、どうしたら伝わるだろう、と悩んでいたのだとか。絶対取材します！と、すぐに応えてくれたそうです。

そして記者さんとの電話を切るなり、彼女は私に電話をかけてきたのでした。「スウさん、こういうことしたいんだけど、いつなら空いてる？」

かくして、音読を思いついてから2日後の5月15日、本邦初のコッカイオンドクが津幡の我が家で実施されたのでした。ごく小さな、だけど斬新なアイディアの市民アクションを取り上げ大きく紹介してくれたメディアと、さらにネットの力でひろがり、参議院での採決直前の日曜日、6月11日めがけて呼びかけた「全国一斉コッカイオンドク！」では、22の都道府県、全国44カ所でこの音読会がくりひろげられました。

進化するコッカイオンドク

はじめはただ言葉を読むだけだったのが、やがて名札をつくったり、大臣役のお面をつけたり、頭にカツラを乗せたり、セリフはないけど、大臣が答えにつまった時に耳打ちする官僚役がマスク姿でスタンバイしたり、と、演出やら工夫の遊び心も加わってバージョンアップ。その音読風景がネットでまた拡散され、お茶の間でも、路上でも、たった数人でも、始める人たちがふえていきました。

そこで音読されているのは、読み手自身の意見の主張ではありません。国会で実際に行われたやり取りです。足すことも引くこともせずに、ありのままの国会を切り取って、それを読んでみた人と聞いていた人がどう感じるのか、ということに尽きる。だからこそ、デモとか政治的なことはちょっと……とこれまで尻込みしてた人も、あ、これならやってみたいかも、と気軽に思えるようなハードルの低さだったのかもしれません。

国会答弁を仲間たちと音読してみることで、国会の中でいま何が起きているか、どんな人がどんな風に、私の未来を決めているのかーーそう、政治っていう遠くに見えてた世界が、実はこんなにも自分と関係大ありだったんだと実感できる。これは、そんなすぐれた新しいツールだなと思います。

日本のあちこちで市民が国会を音読しているらしいということ、ついには当の国会でも言及されました！今まで、どうせ国民は国会なんて聞いちゃいないよ、とたかをくくっていた大臣や議員たちも、ちゃんと聞かれてるなら言うことに責任持たなきゃまずいな……と思うようになってくれるかもしれません。というか、本当は国民がちゃんと見ている、ということこそがきっと、民主主義の前提なのですよね。

音読用の書き起こし原稿がアップされている「コッカイオンドク！」のサイトでは、共謀罪法が通った後の現在も、自衛隊日報問題や加計学園問題についての国会質疑に加えて、その記者会見を書き起こした「カイケンオンドク」など、さら

に進化したものが、その都度更新されています。https://believe-j.jimdo.com

ふだんの努力のひと

美由紀さんはこれまでも、自分のできるピースアクションをいろいろと考えついては仲間に呼びかけ、実行してきたお母さんです。17年続くピースウォーク金沢の実行委員であり、街に出て、設問に対してシールを貼ってもらうことで賛否を問う、いくつものシール投票や、SEALDsの学生さんを呼んでの講演会など。私も声かけしてもらってはよく一緒に行動してきました。

このコッカイオンドクに関してほんとにすばらしいな、と思うのは、国会審議の中継を聞いてはそれを文字に書き起こすという、彼女の普段からの地道な作業の積みかさねが、多くの人の共感を呼んで、ムーブメントとして育っていったところ。彼女がまさに、金沢のピース仲間の合言葉でもある、不断の努力を日々普段から、の12条する人だなあ、って思うゆえんです。

コッカイオンドク！に関する美由紀さんへのインタビュー記事が、『望星（ぼうせい）』という雑誌の2017年9月号にくわしく載っています（発行：東海教育研究所、発売：東海大学出版部）。http://www.tokaiedu.co.jp/bosei/

平和のおはなし会

そのひとが普段からしていることに、実は平和につながる大きな意味がある、と私に感じさせてくれる、もう一人のひとのこと。

「紅茶の時間」のもっとも古くからの仲間の一人である細川律子さんは、1982年から自宅で「はまなす文庫」をひらいています。月に一度のおはなし会ももう30年余り。夏のおはなし会のテーマはいつも、平和。私は皆勤賞をもらえるほど、毎年参加しています。もちろん今年も。

律子さんがこの日用に何冊かの絵本を選んでくれていて、やってきた人の顔を見ながら、○○さん、これ、読んでもらえる？　◇◇ちゃん、これ、読んでみる？　と声かけをしていくうちに、平和のおはなし会の中味が決まっていきます。来た人全員が、何かを読む、語る、というライブワークショップのようなおはなし会。

手遊びと今月の詩にはじまる、その日のプログラムはこうでした。

・紙芝居『あおよ、かえってこい』（早乙女勝元作、童心社）
東京大空襲の日、かわいがって飼っていた馬のあおが、少年のいのちを救ってくれた物語。

・『まちんと』（松谷みよ子作、偕成社）
広島に原爆が落ちた日、もうちっとトマトがほしいよう、といって死んでいった小さな女の子のお話。

・紙芝居『トビウオのぼうやはびょうきです』（いぬいとみこ作、童心社）
広島と長崎に原爆を落としてから約10年後、アメリカはビキニ環礁で水爆実験を。海に降ってきた白いもののせいで、魚たちは次々と病気になっていく。トビウオの坊やもだんだん具合がわるくなってきて――。

・『へいわってどんなこと？』（浜田桂子作、童心社）
この本は、浜田さんたち日本の絵本作家が中国と韓国に呼びかけ、３カ国12人の絵本作家たちの協力で実現した、平和を訴える絵本シリーズの中の一冊。
日常の当たり前にみえる一つひとつのこと、ごはんがたべられること、ぐっすりねむれることが、実はとても貴重なことで、それこそが平和なんだと子どもたちに感じてもらうための、選びぬかれた言葉たち。そして、子どもたち自身が平和を享受する客体であると同時に実現する主体でもある、ということが「いやなことは

いやだって、ひとりでもいけんがいえる」、「ばくだんなんか　おとさない」という言葉にあらわれている気がしました。
絵本の最後に出てきた言葉、「へいわって　ぼくがうまれて　よかったっていうこと」「きみがうまれて　よかったっていうこと」「そしてね、きみとぼくはともだちになれるっていうこと」が、胸にしみました。

・『へいわってすてきだね』（ブロンズ新社）
与那国島の小学一年生、安里有生（あさとゆうき）くんの詩に、長谷川義史さんが絵を描いて、一冊の絵本に。有生くんは、2013年の沖縄全戦没者慰霊の日に、この詩を朗読しました。「へいわってなにかな」と６歳の男の子が考えた平和は、浜田さんが書いた『へいわってどんなこと？』ともいっぱい重なっています。

・『土のふえ』（今西祐行作、岩崎書店）
隣りあわせで憎みあう二つの国の若者。兵士になった一人は羊飼い、一人は牛飼い。戦場の土でつくった笛を二人が吹くと、敵も味方もそれぞれのふるさとを懐かしんで、自分たちはいったい何のために戦わないといけないんだろう、と考え始めて、戦うことをやめるお話。

私はこの日、「けんぽうBOOK」の最後に書いた文章、「みるく世（ゆ）がやゆら」を、おはなし会にくるちいさなひとにもわかるよう短く書きなおしたて、読ませてもらいました。記録する意味で、ここに再録します。

みるく世がやゆら

無関心から「無」がとれるって、すごいことです。これ、なんだろ？　どうしてかな、すごいな、おもしろそう！　って、関心を持ち始めると、ひとは変わっていきます。変わんないひともいるよ、って言われそうだけども、きっとそういうひとは本当には、学んでいないのだ。
「学んだことのたった一つの証拠は、変わること」。ずっと昔に聞いて、今も時々思い出す、教育哲学者の林竹二さんのこの言葉は、私の中の希望のともしびです。
この社会で起きているいろんなこと、何も知らないでいるほうが気楽だなあ、って思うこともなくはないけど、そんな時はいつもふしぎと「アンパンマン・マーチ」が胸の奥から響いてきます。
アンパンマンは尋ねます。君は何のために生まれてきたの？　何をして生きるの？　何が君のしあわせなの？　それに答えられないまま、それがわからないまま、終わるのはいやだ、というアンパンマン。
そうなんです。私は、何のために生まれてきた？しあわせになるために生まれてきたのだから、そのしあわせが何なのか追い求めて生きていきたい。でもその時に、他のひとのしあわせに生きる権利をじゃましたり、取ったり、踏んづけたり、ってのは無しだよと、憲法13条に書いてあります。
私は「13条のうた」の中でこんな言葉を歌いました。♪「誰もが　そう　誰もがしあわせになるために　生まれてきたんだ　この星で　同じ時を生きる」
そう思っていても、無関心のままでいると、そんなつもりなくても誰かを傷つけたり、誰かのよろこびを踏みにじったりしてしまう。沖縄にたっくさんあるアメリカ軍の基地のことや、原発事故が起きた福島のこと、何も知らずにいることで、そこに暮らす人たちの痛みに、気づかない、気づけないことがいっぱいあると思います。

三上智恵さんという沖縄のテレビ局にいた方がつくった「標的の村」というドキュメンタリー映画を観ました。この映画を観てはじめて、ベトナム戦争の時、アメリカの兵隊たちの襲撃訓練のため、沖縄の高江というところに「ベトナム村」がつくられて、そこに暮らしていた人たちがベトナムの村人の役をさせられていた、と知りました。

なんてひどいことを！

その同じ高江地区に、これまで何度も墜落死亡事故を起こしている、オスプレイという危険なヘリコプターを着陸させるためのヘリパットが今、建設されようとしています。建設に反対の声をあげる地区の人たちを、国はものすごく乱暴なやり方で抑え込んでいます。

海のとってもきれいな辺野古というところにも、国は新しい基地をつくっています。つらい戦争を体験した沖縄の人たちが、やめて！とどれだけ声をあげても、国はいっこうにその願いを聞こうとしません。

反対の座り込みをしているおばあに、ある若者がききました。座り込みをしたって結果は何も変わらないのに、どうしてあなたは座り込みをするのですか？　そのおばあはきっぱり答えたそうです。「戦争に反対した私という人間が存在したことは、歴史に残るよ」

こんなおばあ、おじいをはじめ、沖縄の人たちはこれまでずっと、他のどの県の人たちよりも真剣に国と向きあって、勇気をだして、おかしいことはおかしいと言い、いやなことはいやだと言い、いのちこそが宝だと言って、ずーっと不断の努力をし続けてきています。にもかわわらず、その人たちの、自由に生きる権利も、幸せを求める権利も、あまりに粗末にされているのです。

おととしで70回目になる、沖縄戦で亡くなったすべての人を追悼する式で、高校3年性の知念捷（まさる）くんが、自分で作った平和の詩「みるく世がやゆら」を朗読しました。みるくゆがやゆらは、沖縄の島言葉で、「平和でしょうか」という意味だそうです。

彼が風に尋ねます。彼が彼に、そして私たちに、尋ねます。はたして今は、平和な世の中なのでしょうか、って。 彼の問いかけにはっきりとこたえられない私は、知ることの、まだまだ道の途中にいます。でもせめて、学びながら、知ったことを伝えることで誰かに手渡していく、バトンタッチしていく。そんなふうに生きていく私でありたい、と思っています。

そんな私の遥かな道のどこか途中で、日差しの強くまぶしい道で、吹き飛ばされそうな嵐の中で、または互いにちょっと一休み中の木陰の下で、ひょいといつかあなたに出逢えるかも、しれませんね。その時は、はじめまして、という懐かしいあいさつを交わしましょう。合掌も、握手も、てのひら同士のハグであるように、あなたともハグのようなはじめての握手をして、また前に進んでいきましょう。今のいのちと、いのちの未来にとっての、少しでもよりよいみるく世を、一緒につくっていくために。

言葉にすること

おはなし会の最後はいつも、むかしばなしで終わります。この日もそうでした。手遊びと詩にはじまり、最後はろうそくに火をともしておはなしを聴く、これが30年余りも続いてきた、おはなし会のかたち。この日は全部あわせると１時間半近く、という長丁場のおはなし会になったけど、お母さんと来ていたちいさなひとたちはみな、文庫と親しい子たちのようで、すべてのプログラムに飽きることなく、集中して聞いていました。

おはなし会が終わってからのお茶の時間に、律子さんがなにげなく言ったこの言葉、しっかりと心に刻みます。

「誰もが好きなように集まれること、言いたいことを言えること、戦争はいやですって、言えること。それが平和だと思うのね、できない時代もかつてありましたもんね。この文庫も、平和だから続けてこれた。平和の象徴は、安心して、絵本を読んだりおはなしを聞いたりできること。こういう、いま当たり前に思えることも、こうしてちゃんと言葉にしておかないとね」

そうなんです、平和を言葉にする、意識して口

に出す、ということ。おとなの律子さんが、沖縄の6歳の有生くんが、絵本作家の浜田さんが、三者三様に、それぞれに言葉にした「平和」。気づいた人が言葉にすることで、それを聞いて、ああ、当たり前って思っていたけど、これが平和だ、これも、あれも、そうかもしれない、という認識が、あとからついてくる。

また、こうも思います。誰かに向けて言葉にしているようでいて、実は、自分の放った言葉を聞く自分もそこにいる、ということ。私も、言葉にすることで、あ、私こう思っているんだ、こんな風に平和を感じているんだ、と発見する。それは自覚であり、決意でもある気がします。だから、私は言葉に出していく自分でありたいのです。書くことでも、語ることでも。そうすることによって、まだ手にすることのできてない平和や、手放しそうになっている平和 を考えられるかもしれない、と思うから。

平和の協働作業

中国と韓国の作家たちと、あわせて12冊の平和の絵本をつくっているという浜田桂子さんのことを知りたくて、家に戻ってから調べていたら、こんなインタビュー記事を見つけました。

「絵本ナビ　浜田桂子さん『へいわってどんなこと？』平和を訴える絵本シリーズインタビュー」http://www.ehonnavi.net/specialcontents/interview/20110525/

国と国とはむずかしくても、個人と個人が誠意を尽くして何年もかけて、平和のための協働作業を重ねていった過程が語られています。 この絵本の最後にでてきた「へいわって　ぼくがうまれて　よかったっていうこと」「きみがうまれてよかったっていうこと」「そしてね、きみとぼくはともだちになれるっていうこと」これが、やはり一番の平和だと、浜田さん。さらに浜田さんのこの言葉にも、深く共感しました。

———『へいわって どんなこと？』はいつも自分に突きつけていた問いなんです。平和とは“戦争してない状態”だけではないという思いがずっとあって。戦争してないから平和だろうか、と考えると、そう言い切れない。じゃ何だろうと考えたとき、「いのち」だと。「いのち」が大切にされていなければ、平和って言えないんじゃないか。それは「産むこと」「生まれること」やいのちあるがままの子どもの姿を描こうとした私の絵本のベースとまったく同じだな、と思ったんです。

2017.8.25