



一大樹通信 夏(7.8.9)月号

巻頭言一



「目じりを下げて、口角をあげて、

背中を伸ばして、

上を見上げて、歩きましょう NO,1」

園長 高杉 美稚子

最近、子育てに自信がない、という保護者の方からの相談をよく受けるようになりました。

子育てに自信がないという方は、きっと、「子育てが自信がない」のではなく、自分の生き方に自信がないのかもしれません。

このことが苦手だとか、ここではうまくいかないとか、こういう場合いつもこんなだとか、このようなシチュエーションはやる気が起きないとかという場合、往々にして、「このこと」や「ここ」や「こういう場合」や「このようなシチュエーション」ということが問題なのではなく、自分自身の生き方が、そのことの底辺にすべて流れている、共通しているということがあります。

そういう場合は「このこと」や「ここ」や「こういう場合」や「このようなシチュエーション」を改善しても、うまくいきません。

なので、今回は、あらゆる場所、時、場合、設定の時にも、共通する心の在り方について、一緒に考えてみることにしましょう。

何か一つでも、自分の場合に当てはまることがあり、心が軽くなっただけなら嬉しいです



まず、届けたいのはこの物語です。

今回、悩んでいる保護者の方に大人向けの物語を作ってみました。

すーちゃんのはがんぱいやさん

おかあさんに「元気な子」って

思われたくて、一生懸命ニンジンを食べます

おとうさんに「強い子」って

思われたくて、一生懸命後ろまわいをします

おともだちに「明るい子」って

思われたくて、一生懸命笑顔をふりまきます

せんせいに「賢い子」って

思われたくて、一生懸命本を読みます

すーちゃんのはがんぱいやさん

おかあさんに「優しい子」って

思われたくて、一生懸命弟のお世話をします

おとうさんに「あきらめない子」って

思われたくて、一生懸命歩き続けます

おともだちに「勇気のある子」って

思われたくて、一生懸命飛び降ります

せんせいに「思いやりのある子」って

思われたくて、一生懸命花を育てます

すーちゃんのはがんぱいやさん

おかあさんにいいこと思われたくて、

一生懸命寂しさを我慢します

おとうさんにいいこと思われたくて、

一生懸命辛さを我慢します

おともだちにいいこと思われたくて、

一生懸命怖さを我慢します

せんせいにいいこと思われたくて、

一生懸命苦しさを我慢します

すーちゃんのはがんぱいやさん

だから、いつも涙をふきます

すーちゃんのはがんぱいやさん

だから、いつも前を向いて走ります

すーちゃんのはがんぱいやさん

だから、いつも止まりません

すーちゃんのはがんぱいやさん

だから、いつも出来ないを言いません

ある日、すーちゃんは気づきます

体が重たいよ
心がつぶれちゃいそうだよ



その時

すーちゃんの部屋の窓から、
大きな、大きなシャボン玉が飛んできました
すーちゃんはそのしゃぼん玉の中に入りました

ふわ ふわ
ふわり ふわり
ふんわり ふんわり

春色の風の中、
すーちゃんを乗せたシャボン玉は旅を続けます

海の中にカメさんがいます
すーちゃんはいいます。「今日は戦いの日だね」
カメが答えます「今は戦いはしないよ」
すーちゃんはいいます。
「えーかめさんは戦うべきよ」
カメが答えます。
「すべきことは息だけだよ。大切なのはすーちゃんが
今の自分の気持ちにきづいてどうしたいかかなんだ。
そしてね。遅くてもいいんだよ。負けたくないと思う
から苦しくなるんだ。うさぎはうさぎ、かめはかめ、生
きている世界が違うんだ。勝っても、負けても、僕は自
分のいいところを知っている、そのことに気づけたら正
直にわからない、助けて、教えてが言えるんだ」

「そうか、そうなんだ」

ふわ ふわ
ふわり ふわり
ふんわり ふんわり

夏色の風の中、
すーちゃんを乗せたシャボン玉は、旅を続けます

空の上に太陽さんがいます
すーちゃんはいいます。「今日は根比べの日だね」
太陽さんが答えます「今は根比べはしないよ」
すーちゃんはいいます。「えー根比べするべきよ」
太陽さんが答えます「すべきことは息だけだよ。
大切なのは、すーちゃんが今の自分の気持ちを感じてどうなりたいかなんだ」
そしてね。できないことはあっていいんだよ。できない
と思う自分がいるからつらいんだよ。
人が悩むのは生きているあかし、悩むことは成長の種
なんだ」
いいことも、悪いことも、自分に必要なことが起こる、
そう感じたら素直にありがたがいえるんだ

「そうか、そうなんだ。」

ふわ ふわ
ふわり ふわり
ふんわり ふんわり

秋色の風の中、
すーちゃんを乗せたシャボン玉は、旅を続けます

土の上に、ありさんがいます
すーちゃんはいいます。「今日も働くんだね」
ありさんはいいます「今はお休みだよ」
すーちゃんはいいます。「アリさんは、働くべきよ」
ありさんはいいます「すべきことは息だけだよ。大切
なのは、すーちゃんは何を選んでどう決めるかなんだ」
そしてね。休むことがあっていいんだよ。休んだらだ
めって思うから怖いんだよ。
人はいろんな自分を持っている、自信がある時もあれ
ば、ないときもある、どれも自分なんだ。
右にいても、左にいても、選んだ道しか歩めない、
そして、いつでも道はかえられる。
だから間違えに気づいたら、謙虚にごめんなさいがい
えるんだ。」

「そうか、そうなんだ」

ふわ ふわ
ふわり ふわり
ふんわり ふんわり

冬色の風の中、すーちゃんを乗せたシャボン玉は旅を続
けます

雪の下にサンタクロースがいます
すーちゃんはいいます。「今日もプレゼントをするんだ
ね」
サンタはいいます「今はプレゼントはしないよ」
すーちゃんはいいます。「サンタクロースはプレゼントす
るべきよ」
サンタはいいます。「すべきことは息だけだよ。大切
なのは、すーちゃんが今の自分を受け止めて、すーちゃ
んがどうあいたいかなんだ」
そしてね。喜んでもらえない時も、してあげた「のに」と
思うから寂しいんだよ
相手に何かを求めたら、ありがたはなくなる。しても
らえなくても当たり前。
好かれても、嫌われても、自分がすることに気づいて、
感じて、決めた、自分がしたいと感じて決めた、だから
起きたことがよかったとありのままに受け入れられるん
だ」



「そうか、そうなんだ」

ふわ ふわ
ふわり ふわり
ぶんわり ぶんわり

ある日すーちゃんは気づきます

体がかかるいよ
心があったかいよ

虹色の風の中、すーちゃんを乗せたシャボン玉は部屋の中、シャボン玉の旅は終わりです。

これから、いつでも、どこにいても、すーちゃんは、心のポケットからシャボン玉をといだすことができる。

そして、いつでも、海の中で、春色のかぜにふかれることができる

いつでも、空の上で、夏色のかぜにふかれることができる

いつでも、土の上で、秋色のかぜにふかれることができる

いつでも、雪の下で、冬色のかぜにふかれることができる

そして、いつでも、「苦しい」って伝えることができる

「辛い」って伝えることができる

「怖い」って伝えることができる

「さびしい」って伝えることができる

そして、いつでも、「負けたら何が起こるの」

「どんなことが悪いの」

「どこが危ないの」

「私の何が嫌いな」

って聞くことができる

だって、すーちゃんは「私はわたしでいい」ってことがわかったから、

だって、すーちゃんの答えはいつも自分の中にあるのだから、

すべて、だいじょうぶ

自分が信じた道を歩いていけばいい

この物語を作るにあたって私がこの中に込めた思いは10の願いです。

1、すべきことは息だけ、

すべきことは息だけ、すべては自分の感情（エモーション）に気づいて自分がどうしたいかがあるだけ、～したいためには、自分の感情に気づいて自分で選択して、決めることが大切。自分が～したいと思うと全てが楽しく（エンジョイ）なる。楽しくなると、伝えたくなる（エンターテインメント）、そして楽しくなるとリラックスできる、緊張しては人間力（エンパワー）は出ない、リラックスできると人間力が発揮出来る、そして人生が素晴らしく（エクセレント）なる。

もし、そう思えないことがあったら、その起きた嫌なことでは何を得ているか、自分の本当の感情に気づくこと、そうすれば全てのことから学べる私になる。

例えば、人の悪口をいってしまう私なら、言うことで得ているものがある。

すっきり感からくる優越心？それは本当の心は「情けない」を隠したいだけ

ジェラシーからくる負けたくない気持ち？それは本当の心は「悔しい」を隠したいだけ

自分の感情に聞いてみよう、本当の心が見えてくる、そしたら、その心を素直に抱きしめてあげればいい、だって、それがあから今のあなたがあるのだから・・・

この考えのもとになったのはもちろん、皆さんもすでにご存じのゆりの樹が考える「10E」です。

詳しくは入園案内、入園時に配布した「美しく生きる為に」や22年度の春号を思い出して下さい。

エコ・エンバイロメント

常に自分の心と体の健康に気をつけること。そのためには自分の周りの物的、人的環境を整えること。

愛のある言葉、夢、希望が持て、勇気が出る言葉をしっかりとべる「心の朝ごはん」、そしていつも自分のことを理解してくれ、共感してくれる人を見つけておくこと、「心のウンチ」ができる場所・安らぎの環境があることが大切です。

エデュケーション・エモーション

エデュケーションは先に述べた、ゆりの樹の三つの教育、三つのかわり、三つの柱です。

そして、次に大切なことが、どんな自分の心の奥底にある動機、感情に突き動かされて行動するかです。だから、感情・エモーションに気づくことが一番大切です。自分の感情に気づかない限り、自分の行動は納



得できなくなるのです。感情に気づかない限り、自分が、居心地がいいか、悪いかも自分で分からないので、自己選択、自己決定もできないのです。

エンパワーメント・エンターテイメント・エンジョイ・エクセレント

感情に気づくと、人間力・エンパワーメント（色々な人や本がどんなに良いことを教えてくれ、私達が進む道を示唆してくれても、自分がその道を進みたい《進むべきではなく進みたい》という気持ちが大切。人生はshouldからWillへの転換が大切。他人がどう思うかを気にした「すべき」から「自分がどうしたい」のかという切り替えが大切。》それが人間力）が増してきて、他者を理解することにもつながるし、どんな自分も受け入れることが出来るようになるのです。

結果として、心がリラックスし、どんなことも楽しんで・エンジョイして取り組める大人に育っていくことが出来るのです。

そして次に、自分が楽しければ、人間はそれを伝えたい・エンターテイメントのです。楽しんで、伝えて、伝わったら、嬉しくて、また伝えて、楽しんで、それが仲間づくりを発展するのです

自分の感情、どうしたいかに気づいて、見返りを求めずにいれば、最後まであきらめなくて、伝えるまで、伝え続けることもできるようになるのです。それが人生をエクセレントにするのです。

エクスチェンジ

自分の根本は変えられない部分もあります。違う自分になることは苦しいのですね。

だからこそ、少しだけ行動を変えればいいのです。少しだけ行動を変えることが、人から成長したと見えるのです。そして、行動を変えることで、自分の中の奥底に、いつの間にか変化が起きていることもあるのです。それが成長です。

私が長い間学び、体験し、考え、たどり着いた「ゆりの樹が考える10E」は子どもが大人に育っていくために必要なことであるばかりではなく、人が人として人生を心豊かに生きるために本当に必要な、心の根底に流れることであると私は考えます。

2、その人の輝きは皆素晴らしい。どんなことが起こっても、大好きを伝えよう

人は、それぞれに輝いている、生きているだけで素晴らしい。その輝きは皆同じ。

ただ時々、人間だから間違っただけで行動をする。行動が間違っているだけだから、もし間違っただけをしたら、人格を否定せずに、行動だけ変えるように伝えよう。行動変化（エクスチェンジ）こそが成長。そして、失敗したときほど 間違っただけほど、大好きを伝えよう。こんな私でも大好きといってもらえた、それが一歩を踏み出す勇気になる

「ゆりの樹が考える10E」の最初のE・教育(エデュケーション)には、教育する、訓練するという意味の他に「能力を導き出す」という意味があります。人間は、順番、お金や地位など、目に見えているものや結果には関係なく、人としての内面の輝きは、皆同じと私は考えます。

そして、どんな人でもその人自身には素晴らしい力、魅力があるのです。

その人にしかない、その人が気づいていない、潜んでいる能力や、魅力、輝きを導き出す、そのことこそが、教育であると私は考えます。そして、それを出来るのは、親であり、私たち教育者しかいないと考えます。

どんな人も素晴らしい、そして、時々人間だから間違いもする、失敗もする、それでもその人の輝きは、素晴らしい、何がいけないかというと、時として行動が間違っているだけなのです。だからどんなことがあっても、「どんな時も、何があってもあなたのことが大好き」と伝えながら、その人の人間としての輝きを大切に、人格を傷付けない、その人自身を大切にしながら、行動だけを変えるように導く、これが「ゆりの樹が考える10E」のエクスチェンジです。行動変化こそ成長のあかしです。

最低、最悪の時でも、そんな自分を大好きといってくれたら、そんな自分から、自分が気づかない魅力を導き出してくれたら、きっと、人は「自分は、自分でいいんだ」を取り戻し、自分に正直に向き合ってくれる、そして勇気を持って前に進めるのだと思います。そのことを信じて、大好きを伝え続ける、いつも、見守って、「こうしたら」という適切な行動を示し、後押しをすることが、私達、大人、教育者や親に必要な姿勢だと思います。

そうすると、順位、お金や地位など目に見えるものや結果だけにとらわれることなく、プロセスを大切に、自分を自分として、認めていける人に育っていくのだと思います。

さてこの続きは秋号です。早く知りたい方は、ミセスカレッジに参加してくださいね

