「キッパリ」

58

自分の気持ちを、コトバで伝える努力をする。

CHECK! □ □

●コミュニケーションから、変えてみる！

自分の言ったコトバが「そんなつもりで言ったんじゃない！」ように伝わってしまったという苦い経験は、誰にでもあると思います。相手と自分の信頼関係が影響したり、言い方だったり、タイミングだったり。だからといって最初から「言ってもわからない」とあきらめたら、その人とはそれまでです。

私ははなっから自分の言った話が相手に伝わるのは、平均で30％くらい、と思っています。悲観しているわけではなく、そう思っていればその数字をいかに上げていこうかと努力できるでしょ？

そしてまず、とにかく「伝えたい」、という姿勢になることだと思います。

決してうまい表現にならなくても、自分の気持ちを順々にコトバに置き換えていく。相手に「わかる？」と確認しながら。実際に会って話している時なら、私は絵を描いたりします。メモ紙とかに、図解のような絵を。ジェスチャーでもいいと思います。シンパシー（共振）を感じることがあっても、「以心伝心」は限界があります。

特に家族や親しい人とは「わかってくれて当然」という甘えからか、説明が不足しがち。なおさらコトバが必要なんですよね。

勇気を出して、自分の気持ちや考えをどんどん伝えましょう。

言ったことのうち30％しか伝わらないと思おう

30％

増やす努力、努力

「どうせ言ってもわからない」ではなく、「言わない」とわからない。

上大岡トメ　幻冬舎

ウッドペッカー

青森県教組養護教員部2022.2.25.

世界とつながり 自分見つめて

朝日新聞 2022年2月16日

相次ぐ無差別襲撃 作家・ドリアン助川さんに聞く

深まる「分断」感じ取る力で豊かに生きる

無差別に周囲の人々を襲撃する事件が、昨年から相次ぐ。その背後には、ほんの少しでも道を踏み外してはいけない、といった社会の閉塞感があるようにも映る。深夜ラジオの人生相談などを通じ、様々な悩みと向き合ってきた作家のドリアン助川さんは、「いま、自分がここにいる意味」をもう一度考えようと話す。

「自分」という存在はライブハウスと同じだ。舞台上で歌手が歌おうが、聴衆がいないとライブにはならない。どんな人も他者や周囲の何かと関係を結んで初めて「自分」が成立する。

家に引きこもっていたって、音楽や本など、様々なものを通じて世界とつながれる。一つの関係が壊れても他のつながりがあれば、やり直すことが出来る。

だが、一連の事件の報道に触れると、その言動や周囲の証言などからは深い孤独と虚無が感じられる。外部との関係を一切断った「分断」の心に陥っていたのかも知れない。「分断」は他者を、自分と関係する存在ではなく、憎むべき怪物に変えてしまう。加害者の年齢や境遇などは異なれど、それぞれの事件には「分断犯罪」「孤立犯罪」とでも言うべき、通底するものがあるようにみえる。

それは対岸の火事ではない。経済が停滞し、高齢化が進む一方のこの国では、これからますます「分断」の深まる「大孤立時代」がやってくるのではないか。自分は曲がったことをせずに生きてきたはずなのに、どうしてこんな目に遭うんだ――。そんなやり場のない感情に、多くの人が直面することになるだろう。

いま、私たちは「教養」の意味を問い直す必要がある。それは知識をどれだけ蓄えたかで測るものではなく、挫折しても躓地に陥っても、豊かに生きていく力をひねり出すことだ。ネットを見ても、金をどう稼ぐかといったことばかりが目に入る。この社会は本当の「教養」を、あまりにも軽視してきたように思える。

図書館で本を読むでも良い。野山を散歩して、ヒバリの声を聴くでも良い。あらゆるものと自分はつながっているのだということを感じ取る、その力を身につけていくことが重要だ。

（ハンセン病の元患者を描いた）『あん』などの小説を通じて私が問おうとしてきたのも、この自他のつながりだ。私自身を振り返っても、夢はほとんどかなわず失敗ばかり。それでももがいて、他の何かと関係性を持ったとき、自分という存在のなかに花が咲く。

どんなに苦しい状況にあっても、その人が風のそよぎや太陽の光を感じられたら、それはこの世に祝福されているということだ。私たちは、この世界を感受する命として生まれてきた。「教養」の前提ともなるこうした感覚を、私は「積極的感受」と呼んでいる。

今でも覚えている場面がある。2000年代初め、ニューヨークから帰国して仕事もなく、どう生きていくのかを常に問い詰められているような心境だった。

アパートの前の多摩川沿いを散歩して、ふと、短い人生で自分が「所有」にとらわれていることのおかしさに気が付いた。目の前の豪邸も、100㍍歩けば小さな景色になる。俺は広大な多摩川のそばを自由に歩けるし、四季をめでられもするじゃないかと。所有しなくちゃ、前に進まなきゃ、というのを捨てた瞬間に世界が飛び込んできた。全ては最初から、私たちに与えられているのだと。

生まれた以上は何か大きなことを成し遂げたい、という思いを否定するつもりはない。ただ、この世界は命たちの「感じる心」を欲しがったのだ、だからいま自分はここにいるのだ、という理解は、生き方の根本に置いておきたい。

特に若い人たちが将来に抱える不安は大きいだろう。これまでラジオの番組などで、多くの若者から相談を受けてきたが、悩みの多様さに驚かされた。それだけ多くの視点で、世界と向き合っているということだ。心に「分断」を招かないためにも、そうした豊かな感性を持つ人たちにこそ、「積極的感受」を一層大切にしてもらいたい。

（構成・山本悠理）

折々のことば

鷲田清一 2282

人間はその数だけ、それぞれ、その姿のまま誇らしくなければならないんだ。

順位に関係なく「独り、誇り高くそびえ立っている人間」こそ頼もしい。そう、人間など無視し、孤高の運命を両翼に漲らせて翔ぶ鷹のように。そしてこの喜びを「開発し、自覚させる」のが教育の目的だと前衛芸術家は言う。成績は悪くても人間的には誰にも負けていないと言う人がいたら、それもまだ順位に囚われている。『太郎に訊け！ 岡本太郎流爆発人生相談』から。

岡本太郎

2022・2・3

お元気ですか

とうとう学校にもコロナが入りこみ、皆さん大変な思いで勤務していることと思います。自分を責めたり他人を責めたりせず、職場の先生方みんなで力を合わせて進んでほしいです。

先月の宮台真治さんも良かったですが、今回のドリアン助川さんもいいです。さまざまな人がそれぞれの視点・角度から物事をみていく、そのことに触れて私たちの考えも深まっていく―ありがたいことです。

『あん』は心に残る映画でした。樹木希林さん，市原悦子さんが見事でした。映像も美しく，メッセージはしっかり私の心に届きました。

あとがき

青森の新町通りにオルゴールの鳴る交差点が3カ所あります。これは民間の放送局が目の不自由な方のために募金活動をして設置したものです。『タッチはピアニッシモ』の岡田昭華さん（ピアニスト）は「県外の友人が青森を歩いていたら『乙女の祈り』が聞こえてきた。日本の端の町で『乙女の祈り』が聴けるなんてとても感動した、とその友人が言っていた」とラジオで話していました。

私もその交差点を渡るたび『乙女の祈り』に耳をすませています。

文責 阿部陽子 スマイルサポート（017-722-3749）