

深イ～話！

No.32

「失ったものではなく、今もっているものに感謝する心」(茨城県 39 歳)

突然、小学3年の息子が不登校になり、教師であった私は、悩んだ末、退職を決意した。

一ヵ月後、何とか登校できるようになり、ほっとしたが、後悔の念で悩み始めた。

「何で辞めたんだろう、辞めたくなかったのに・・・辞めなければよかった・・・」

来る日も来る日も思い悩み、突然胸が苦しくなり、病院やカウンセリングに行った。果ては結婚したことすら後悔し、責任を周りに押し付けている自分がいた。

もんもんとしたある日、突然、

「この苦しみは、私に何を教えているんだろう。」と問いかけている自分に気付いた。

カウンセラーの言葉を思い出した。

「胸の苦しみは、あなたに何を訴えているんでしょうね。どうしてこんな苦しみを経験することになったのでしょうか。」



そうだ、何を私に訴えているんだろう。考えているうちに、ある一つのことを気付いた。失ったものではなく、今持っているものに感謝し、幸せだと思える心を持とう。

「教諭」という肩書きは失ったが、そのおかげで、得たものはたくさんある。

子供たちと話す時間や、夕食を一緒に食べられる時間、一緒にお風呂に入り、一緒に寝る時間。

そして何より、じっくり自分という一人の人間を見つめることができたこと。これらは、教師を続けていては得られなかったろう。

そう考えると、自分はなんて幸せ者だろう、と思えた。

長いトンネルを抜けたように、生まれ変わった自分がいた。

「苦しみから逃げず、その苦しみが私に何を教えているかを考えること」を教えてくれたカウンセラーにとっても感謝している。

「どんなときも人生に Yes と言おう」という言葉を思い出した。

どんなにつらいことが起こっても、それを受け止めよう、そして、そのメッセージに耳を傾けよう・・・という意味である。

あの胸の苦しみは、私に、「今の幸せに気付け！そして周りに感謝せよ！」と訴えていたのだと気付いた。