

「大樹に育つためには、小さな自信の芽を伸ばしてあげましょう」その3

園長 高杉美稚子

「小さな自信の芽」のお話も第3話となりました。このことは、自分の心の声に正直に、揺らぐことなく、自分の決断を最後まで、自分で信じる事が出来る教育、最終的に吉塚幼稚園で実践している、「自分が大好きで、自分が信じられる」教育に行きつくことになるなあと最近特に感じています。

先月号は少し難しい内容になりましたので、今回はその事をより具体的な私の事例を通してお話ししましょう。

昨年の11月から私は、疲労しすぎたり、睡眠不足のときに横になろうとすると「頭が後ろに倒れ、グルッと2、3回転するように感じられるめまい」が起る「メニエル病」になりました。

15歳の時に開頭手術を受け、頭に手術痕があり、そのために私は、それだけでなく、いつも頭痛に悩まされているところに「めまい」ですから、かなりつらい日々が7ヶ月ほど続きました。

でも、園長になった頃から午前4時おき、4～5時間睡眠状態がずっと続いていましたから、いつか起きる事だったでしょう。半年間、かかりつけの産婦人科のドクターに専門機関での入院を進められていましたので、そこで6月、私は思い切って入院して治療をする事を決めました。ちょうど七夕楽器祭の2週間前でした。5日間の入院のつもりで病院に出かけましたが、10日間の入院となりました。しかし、私にとって1年くらいに感じた入院になりました。

起きていいのは食事の時と、トイレのときだけ、後は面会もだめ、テレビも、電話も本を読むこともできない日々でした。もう1時間経ったかと時計を見ると5分しかたっていないときのつらさ、何も出来ないという事がこんなにも苦しいものか、寝すぎて寝むれないのに更に夜が来る事が恐怖であり、寝る前の睡眠剤がまちどおしいということを始め経験しました。でも過労と睡眠不足で起こった病気ですから、ひたすら寝ることしか出来なかったのですが、その事が逆に私にストレスをためるといふ悪循環にしていたのです。でも、ある意味で、本当に健康であること、普通に生活するという事がいかに大切か、感じたときでもありました。

10日の治療後、ほぼ完治に近いといわれながら退院したものの、直後が七夕楽器祭でしたから、退院翌日から、仕事をいつもの状態にしたところ、3週間で再発をしてしまいました。どちらかといえば「朝から夜まで幼稚園にいたい、幼稚園と子ども達大好き人間」の私ですから、安静にしていなければならない入院中のほうがよっぽど苦しい私にとって、幼稚園で仕事をする事は、水を得た魚、再発は目にみえていたことでした。

でも後で考えると、本当に直すという決断を下す時の私の体ごと「よしっ！」という覚悟が足りていなかったのだと感ずるのです。入院さえすれば何とかなる、あとは医者が直してくれる、いえ医者しか治せなく自分を非力だと結局は自分を信じていなかったのだと感ずています。

結局、この時、「私はいったい自分がどうしたいのか」ということを自分の心に問いかけていなく、今があまりにも苦しいので今さえ直れば良いという気持ちになっていたのです。長期にわたっての見通しと覚悟が足りなかったのです。

でもどうしたいかその事を自分の心に再度正直に聞いてみると、やはり私は、幼稚園が好きなのだから、ここで、思い切り教育が出来る体に戻りたいということでした。そこで、ちょうど8月6日から、夏休みを利用しての入院をする事にしました。一人娘の私にとってお盆に家にいないことは、前園長である父がなくなって以来23年間なかったことで、とても覚悟がいたことでしたが、幸い子ども達も大きくなり、洋史先生と共にお盆をしてくれるということで、再度の入院をする事にしました。2週間の予定という医師の言葉も私の夏の計画にちょうど良いものであった事も大きく影響していました。その時期だから、決断できたという方が大きかったように感じています。

さて、前回は、要領もわからず、ただ、寝たきりの日々が10日間続き、50肩を起こしてしまうというアクシデントも重なってしまいましたので、こんどは、「ねたままで出来る、美稚子先生のヨガ体操」を考え、CDだけは聞いてよいと前回の退院時に聞いていたので『短期留学』のつもりで、英会話のCDを準備して入院しました。全く何もなかった前回に比べて、何もする事が無いという苦しさがあったので今回は、順調に退院できそうな見通しでした。

実際、順調に回復していたのです。ところが入院10日目のことです。前回、完治に近いといわれながら、すぐに再発をしてしまったのは、退院後、仕事を徐々に増やすという事が私には出来てなかったことでした。そのことは、メニエルを完治させるという、医師の治療方針を理解していないことだから、「今回は、仕事量が正常に戻っていい日が3週間後に来るその日まで、入院して治療した方がいいだろう」という医師の言葉でした。

たぶんここで家に帰したら、私は又仕事をして再発させてしまうという医師の思いがあったのだと思います。その通りで、退院後の予定には、大きな私の講演会と研修が入っていました。きっと再発はあるだろうとの恐れは私も感じました。しかし、私は、自分の立場を考えると、どうしても退院したいと申し出ました。そのときはやはり、自分のことより、研修を楽しみに待っていてくれる、参加者や一緒に県外までいってくれる職員のことのほうが大事に思っていたのです。それは私の責任感からくるものだと私には思っていたのです。遅刻をしたり、約束をたがえたり、頼まれた事を断るなんて私にはとても出来ない相談でした。

しかしとても厳しい医師で、ここで退院するならもう治療はしないと私にいわれました。私は1時間以上泣き続け

たでしょうか。そして今自分がしなければならないことは何かを自分の心の声に聞いてみたのです。それは講演会より自分の体を直すことでした。そして、自分が責任感だと思っていたものは、ただ自分が人から評価をされたいという、他者への承認欲求で、そのために本当の事が見えていなかったのだと感じました。

この頑張りで、体を壊したのになぜそのことに気付かなかっただろう。その事に気付いた私は、3週間目に入っていた全ての講演会と研修を断りました。今まで、16歳の時以来、病気をしなかった私には初めての体験でした。人の評価も時には自分を成長させるためにとても大切な要素ではあるけれど、それにとらわれていたら本当に自分にとって大切な事を見失ってしまう時があることにも気がついている必要があります。改めてそのことを感じたのでした。

大きな組織がかかわる講演会でしたので、私はこのことである評価と信用を失うこともあるだろう。いろいろな経験を通して、そんなには人の評価が気にならない私でしたが、さすがに、この予定をかえることには、格別の思いがあったのです。でも人の評価だけではなく、自分を本当に大切にすることとは何であるかを考え、私は、ある意味断腸の思いで、ある意味決死の覚悟で病院での治療を続ける事を決心しました。でも、肩の力が抜けた気がしました。自分を大切に出来なくて人を大切に出来ないとも感じました。私が無理をして、研修をしたとしても、それで、倒れたとしても、誰も喜んでくれないででしょう。逆に誰も自分たちのために無理をしてなんて思っていないはずだからです。やっとそう思えるまでの決断をするのに、私も丸一日かかりました。

そのくらい重い仕事に感じていたのです。そして、ほぼ3週間が終わりに近づいた時、幼稚園ではお泊り保育がやってきました。もう既に一日4、5時間は仕事をして良い日にちが来ていた私は、お泊り保育のために、外出許可をもらいました。そして、今回は予想もしないことでしたが、お泊り保育開けの日には再発をしていました。そして3週間の入院延長を言われました。

私にとって12月からの9ヶ月と2回の入院は十分な時間で、とても長い時間に思っていました。その3週間でもう十分やるべきことはしたという思いの後でしたから、私は医師に願い出ました。「もう十分にやって、自分がどのような状態になったら「めまい」がするのかがわかりましたから、この病気と上手に付き合っていけそうな気がします。日ごろから、頑張りすぎる私ですから神様は私にちょうどよい病気をくれたと考え、あまり、無理をせずこの病気と付き合いしていく方法を模索します。なので、本日退院させてください。」

前回は、決断を出すのに一日かかりましたが、今回の決断を下すのに何の躊躇もありませんでした。

非常に厳しい医師なのに、今回は、『世界中で直している人の方が少ないのですから、自分で自分の体との付き合い方がわかったのなら、それで良いでしょう』とおっしゃってくださいました。そして、日ごろは、途中で退院する人には、その後の薬も出さないといわれている先生が、処方もしていただきましたし、続けて通院する事も許可してくださいました。

私はスポーツ選手が一生懸命やった後、さわやかな笑顔で、「金でなく銀賞でもいいがありません」という言葉を使うときの、潔さを思い起こしていました。と同時に、娘が10年間バトントワリングを続けて最後の東京での武道館での全国大会でのことを思い出していました。

中学からバトン始めた娘は、小学校から始めた他の選手とは違い、技では負けることもあるけれど、バトンを落とさないという事に全てをかけていました。バトンを落とさないという事が一番の高得点になるからです。

その娘が、最後の最後の競技でバトンを落とし、バトンの変わりにひとさし指を天井に向けて退場する姿に私はかける言葉がありませんでした。ただただ涙するしかありませんでした。

やっとのことで『素敵だったね。お母さんにはバトンが見えていたからね』というのがせいぜいの私に、娘は満面の笑顔でこういいました。『私は全てを尽くした。10年間のわがバトン人生に悔いなし』一言でいいきる娘のその笑顔は本当にすがすがしいものがありました。わか娘ながら、本当に全力を尽くした人間は、悔いではなくさわやかさが残るのだなと改めて感じた2年前のことでした。このとき、その娘の笑顔を思い起こしたのです。

私にも、違ってもかもしれないけれどそんな吹っ切れたものがありました。16歳の時の開頭手術以来、風邪も引かない私にとって、病気という新たな体験を通しての今までの気づきを体ごと、再確認できた時でした。自分の都合では予定を変える事などが嫌な私でしたが、どんなに努力しても、それが出来ない事もあるという事を改めて知らされた感じがしました。そして、その決断も自分の決断だから変えていいのです。他人の目を気にして、ひとつの決断を持ち続けても誰もその事に責任を取ってくれるわけではないのです。責任を取れるのは自分だけです。

どんないろいろな体験をしても、何歳になっても、新たな体験の時には、どんな場合もその度に、その年齢ごとにどう判断するのか、決断をするのかは誰も迷いがあります。でもその時々自分の感情に気付いて、「今ここの自分の決断」をしていくことの大切さを、又改めて感じたこの夏のできごとでした。

今ここの判断をするには過去に体験したことは、不必要なことではなく全ては必要なことです。全てが必然なのです。その過去の事がつらいことでも、悲しいことでも嬉しいことでも、その過去の体験があつてこそ、今ここの決断が下せるのですね。だから、神様はやっぱり自分にとって不必要な体験はお与えにならないのですね。

そうして、退院してきたその翌日のこと、私の退院を待っていたかのように理事長先生である私の母が、倒れたという一報が入りました。さてその続きのお話は次回です。