



絵手紙講座に参加された方の作品です。

SiEN

復活号



生活訓練センターそうのプログラム「絵手紙講座」より

「コロナ禍を超えて」

NPO 法人理事長 石川 誓子

新型コロナウイルス感染症の状況変化に伴い、私たち法人も少しずつ「コロナ前の状態に戻るよう」に努めています。そして、この会報もようやく再開することができました。まだ以前のようにいかないところも多々ありますが、「こうして一歩ずつ前進していることは喜ばしい」です。

「コロナ禍で人と会うことが制限され、様々なことが起こりました。みなさんの日常はいかがですか。」「コロナ前と比べて何か変わりましたか。いろんなことを感じ、考えられたのではないのでしょうか。私は「直接会って言葉をかわすことの大切さ」そして、「伝えることの難しさ」ということを改めて感じました。

人と人がつながるといふことは、ただ話せばいいものではなく、相手を思いやる気持ちがあればできません。人を思いやり、そのことを言葉で伝え、伝わって、初めてつながっていくのだと思うのですが、「コロナ禍で人と会うことが制限され、自分の思いを語るものが少なくなることは、その力を低下させていきます。私もつい先日、「そんなつもりで言ったのではなかったのに」と思うことがありました。人を思っただけで伝えるはずなのに、伝わらない。こんなもどかしいことはありません。うまく伝わらないことで、時に傷つき、傷つけられることも生じます。

「言葉は薬にもなれば凶器にもなる」といいますが、本当にそのとおりだと思います。ではどうしたらいいのか…。結局は、どうして伝わらなかつたのかを自分自身に問うてみる、時には誰かに相談してみる、ということを繰り返し、その伝える力を培っていくことだと思います。相手を責めるのは簡単ですが、私たちが変えられるのは相手ではなく自分だからです。そんなときにいつも思い出す言葉があります。

『変えられるものを変える勇気を、変えられないものを受け入れる冷静さを、そして両者を識別する知恵を与えてください』これは私がこの仕事にいたころ、アルコール依存症のかたの自助グループAAに参加して、教えていただいたメッセージです。自分自身の「伝える力」に向き合い、思いを伝えることをあきらめずに、これからもいろんな方々とのつながりを大事にしていきたいと思っています。

新型コロナウイルスは「5類」へと移行しましたが、まだまだ注意が必要な状況もあります。引き続き感染症対策に気をつけながら、過「して」いきましょつ。