

突然ですが皆さんは今、幸せですか。

「2001のしあわせ」という本があります。この本は著者の伊藤守さんが感じた「幸せ」を2001個 箇条書きされています。

「焼きたてのパン」とか「キューピー3分間クッキングのテーマ曲」とか。全て日常的に目の前にあるものです。その一つ一つが心を明るくしたり、安らげてくれたり、ほのぼのさせたり、ホッとさせてくれるものです。

でもそれは「幸せを感じさせてくれるもの」であり「幸せ」そのものではありません。

伊藤さんは「幸せ」とはどこか遠いところにあるものではなく、実は目の前に転がっている

「日常」なのだといっています。

その「日常」を「幸せ」と感じる“心”があるかどうかのようです。

「不幸」や「悲劇」も存在しない代わりに「幸せ」も存在しない。あるのは目の前にある現象を「幸せ」と感じる心があるか。それとも「不幸」と感じる心があるか。

五木寛之氏も毎日がしんどく感じたときに1日1回は飲ぼうと手帳に書き始めたそうです。

「新幹線で窓側に座り富士山がよく見えた」

「買ったボールペンの書き心地がすごくいい」

「ネクタイが一回で形良く結べた」

書いてみて気がついたそうです。なんと他愛のないことばかりか。

そして、その気になって喜ぼうと身構えていると喜びはおのずからやってくる感じがある。と。事実や現象は何も変わっていない。でも「幸せ」メガネで見れば確実に「幸せ」になれるようです。

<第86回 ほほえみの会>

お盆の最中3人が参加しました

<第87回 ほほえみの会>

4人が参加しました

▽ 小学2年の女の子。リンパ性白血病、6ヶ月の治療予定が放射線治療も加わり遅れがでてきた。治療が長引くことで気分の浮き沈みが激しい。院内学級に行ったり、友達が散歩に誘ってくれたりすると途端に機嫌が良くなる。子どもの強さを感じつつも親は振り回される感がある。また、いつから地元の学校に戻れるのか、戻った時に受け入れられるのか、病気のことを学校や友達の親などにどの程度話したらいいのか。など悩みは尽きない。

出席者からは、心配は分かるが小学校の先生も小さいときの1年2年は学校を休んでも大したことはないといっている。学校で学べないことを学んでいて他の子とは違う勉強をしている。

また、髪の毛が問題なら伸びるまで院内学級に通っていた人もいた。先々を案じるより今が大事。悩みもこの子がいるからだと思う。

「いいかげん」が大事ではないか。努力してかなわないこともあり、いい加減の気持ちを持つことも大事だと思う。

▽ C型肝炎にかかっているが近所の歯科にかかったとき過剰な反応をされた。家族全員の血液検査や治療時の特別な白衣などを要求されたが実際はそんなに神経質になることはないという。

▽ 9月6日に県立がんセンターがオープンしました。世界水準の医療を目指すこのセンターでは患者の視点に立った医療を実践していくということで手始めに全国規模のアンケート調査を実施していくとのこと。まずは大人対象ですがやがて小児にも目を向けてほしいと伝えておきました。

次回は 10月13日(日) 11時からです

ほほえみの会 代表 池田恵一 TEL054-247-9560

E-mailアドレスが変わりました k1ikedata@mx1.s-cnet.ne.jp

ホームページ再開しました <http://homepage3.nifty.com/hohoemi/>