

『今日、誰のために生きる？』

私が以前受けた研修で、講師が紹介して下さった本の題名です。インパクトの強い言葉ですよね？



アマゾンベストセラーNO1 !!

アフリカにある、幸せがずっと続くブンジュ村。
約200人が住む小さな村です。
日本人のショーゲンさんがここで村人と出会い、
共に生活し、生きる喜びを知っていく物語です。
今を生きること、自分を大事にすることなど、心を柔軟に
してくれて、読むと今より人に優しくなれる本です。

今まで何冊も育児本を読んできましたが、今回が一番自分の中でヒットした育児本でした
(育児本ではないですが・・・この本に書かれている内容は私の中で響くものが多かったです。)
ここでいくつか村人から教わった温かい言葉、優しさエピソードを紹介したいと思います。

【私はあなたのことを信じている】

人の背中を一番押してくれるのは「信じてる」って言葉だよ。だから、ショーゲンも背中を押してあげたい人がいたら、「信じてる」って言葉をかけてあげてね。

【フラミンゴの羽の上で寝る】※ザイちゃん：ブンジュ村で暮らす女の子

「ザイちゃんがね。夜なかなか寝てくれないの」「そうなんだ。どうしたらザイちゃんが寝てくれると思う？」「そうね、フラミンゴの羽の上だったらよく寝てくれるんじゃないかしら」ブンジュ村の人達はみんなこんなふうに、とてもやさしく温かい言葉を日常的に話しています。

この本を読んで以前息子が通っていた、乳児教室での話を思い出しました。今の小学生はファンタジーの世界に入ることが苦手。例えば物語の中に「うさぎの〇〇ちゃんがこう言いました。」と文章があると次のような質問が挙がってくるそうです。「なんでうさぎが言葉を話せるの？うさぎは言葉を話せないよ」学校の先生は本題に入る前に質問の説明から始めなくてはいけないそうで、その話を聞いた時は衝撃的でした。ある研究結果では、妄想する人の方が幸福度が高いとか。嫌なことがあった時に現実逃避できるのが理由だそうです。

今の育児本は具体的な解決策が沢山書かれていますよね。親としては、「欲しかった情報！」と思う反面、うまく出来なかった時の反動が余計に心のゆとりをなくす原因になってしまわないかと不安に思うこともあります。でもこの本は子どもへのアプローチというよりも、**親の心の持ち方について**書かれているので、育児に対しての具体的な解決策ではありませんが、**どう現実をポジティブに捉えるのか？**
“心にゆとりを持って過ごす大切さ＝子どもが安心できる環境（親が常に楽しんで育児をしている）
については本当に学ぶ内容が多いのでお勧めです。 (宝田)