

はじめに

今多くの人が、なんとなく苦しさを抱えながら生きています。私も以前はそうでした。

しかし、子育てを通して自分を見つめていくうちに、自分が一生懸命に握りしめていた「苦しさのもと」が、ひとつまたひとつと抜け落ちていき、現在は今までとは比べものにならないほど、毎日が清々しく楽しいものになりました。

子育ては、本当に大変です。自分の都合で動けず、自分の時間がほぼ取れないつらさたるや、社会ではあまり経験しない類の大変さです。

そんな大変な子育てですが、少し考え方や捉え方を変えるだけで、それが気づきの場となり、学びの場となり、喜びの場となり、本来の自分を取り戻す感謝の場になります。

1人でも多くの方に、より子育てを楽しんでいただきたい、より自分の人生を喜び、楽しんでいただきたいと思い、本書を書くことにいたしました。

私は現在40歳、東京都に住んでいる専業主婦です。1つ年下の夫と、4歳の娘がいます。私の実家も夫の実家も他県なので、2カ月に一度顔を見せに遊びに行くような感じです。自宅のそばで出産し、子

育てはずっと夫と2人で協力してきました。

もともとはダンスの仕事をしており、舞台で踊ったり、子どもたちにダンスを教えたりしていました。娘を妊娠してからは一切の仕事を辞め、その持て余した時間で育児書を読み漁っておりました。

子育ての方法や考え方は、育てる人の数だけありますね。本を読み情報を得ることで、思いもよらなかった考え方や方法に出会い、これから始まる子育てにわくわくしたり、安心したりしていました。

ある本には、こう書かれていました。

『幼いときであればあるほど、子どもの要求や希望が豊かになえられるということが、とてもだいじになってまいります。乳児期、あるいは幼児期のごく早期ぐらいまでは、子どもの要求というのはひとつも無視しないで、ことごとく全部そのとおりにしてあげればいい、というくらいの気持ちをもつていなければならないと思います。』と。

出典：『子どもへのまなざし』佐々木正美（著）山脇貞合子（画）福音館書店 1998年7月10日

私は当時「我慢」は小さいうちから培わないといけないと思っていたので、書かれている内容にとっても衝撃を受けました。愛され、認められ、受け入れられることで、ようやく人は満たされる。そこでやっと「我慢」をすることができるようになる。子どもの要求を全部満たしてあげるぐらいでも大丈夫なん

だという情報に、たいへん嬉しくなったことを、今でも鮮明に覚えています。

というのも、私はしつけの厳しい家庭で育っており、子どもながらに「いい子」の定義がすっかりあったので、それをしなければ「ダメな子」なんだといつも頑張っていました。等身大のありのままの自分でいること、自分の思いを口にするということは、少なかったと思います。

大人の顔色を伺い、人に喜ばれたり、あるいは怒らせたりしないためにはどうしたらいいかと考えて行動することが多かったですね。人の気持ちに敏感だったので、社会ではとても役に立ちましたが、自分の素直な行動がとれていなかった分、生きることが息苦しいものになってしまいました。

そんな苦しい人生経験も、今になればもちろんいい経験なのですが、これからの子どもたちは、わざわざそんな苦しい経験をしなくてもいいのではないか、それより、子どもたちが自分自身を最大限発揮して生きるほうが、その子のためになり、社会のためになり、ひいては地球や宇宙のためになるのではないだろうか、私は思っています。

ぜひ、本書を活用して「苦しさのもと」を取り除き、自分の人生を最大限に楽しんでください。子育てを最大限味わってください。子どもの能力を最大限に引き出してあげてください。生きるって楽しいことなんだ、素晴らしいことなんだと、子どもたちに伝えてあげてください。あなた自身が、あなたの

人生を思う存分楽しんでください。