

職員リレーエッセイ

「自分を受け入れる」

ニコニコホーム 生活支援員 原田尚紀

僕がニコニコホームに来てから早くも一年半、様々な形で周りの人達に助けられてきました。職員さんからの手厚いフォローはもちろん、利用者様から励ましの声を頂いた事。時には趣味のギターでお手伝いさせていただいた事など、他にも数えきれないほど皆さんに支えられて感謝しきれないなあ。といった毎日ですがその反面、「反省」と「後悔」をくり返している自分がいました。

例えば「余計な事を言ってしまったなあ」とか「自分がしっかりしていれば」と思ったり、時には「挨拶の音が小さかったかな」など、とても細かい事まで、それはもう猿の次郎くん並に「反省」してしまうのです。次につなげる「反省」なら良いのですが僕の場合は「反省」そのものを「後悔」してしまい、自己嫌悪につながっていました。何度も「この性格を変えなきゃ！」と必死になるも、長年降り積もった雪は溶ける事なく、さらに「後悔」として積もっていく一方…

そんなやりきれない思いの中、思いきって知り合いの方に相談すると、僕の人生観を変えられてもありがたいお言葉を頂いたのでご紹介させていただきます。

「自分を省みる事ができる人は実は少数派であってとても特別なこと。ただ特別だからといって驕ることなくあくまで謙虚な姿勢でいることも忘れてはいけなくて、それらを自身で受け入れられた時、原田さんの強みになるんだと思うな。」

それは僕の価値観とは真逆の言葉でした。この言葉を聞いた時、今までのどんな言葉よりも深く心に響きましたね。あれだけ「反省してばかりではダメだ。自分を変えたい。」と苦しんでいた僕に「それが原田さんの良さだから今のままで大丈夫。あとは自分を受け入れるだけだよ」の一言はとてもとても救われました。まさに雪を溶かす太陽のように暖かい言葉。あの時の温かい気持ちは今でも忘れられないとても大切な思い出です。

とはいえ、雪解けは始まったばかり。自分を受け入れるのにはまだまだ時間がかかると思います。今までと同じ考えで落ちこむ事もたくさんあるでしょう。ですがそんな時は、ただ「後悔」するのではなく、ほんの少しでも自らを受け入れ、自分の良さとして「反省」していきたいなと思います。

最後に、エッセイを見直しながら「真面目すぎたかなあ」なんてまたしても反省しちゃうんですよね～。

次は、総務 松岡さんへつなぎます。

低料第三種郵便物承認

平成 年 月 日発行（増刊）

A J Uニコニコハウス通信（第 299 号）（ 5 ）