太田東西かわら版　２０１８．４

正しく生きるのではなく
楽しく生きるんだ!!

演歌歌手(五木ひろし)のように、こぶしを握って渾身の助言！(笑)
写真の娘さんは、先月めでたく婚活成就、結婚式を挙げられました！＼(^o^)／

お母さんと２人で太田東西薬局を続けて、およそ１０年。
漢方での体質改善から、心（考え方）の改善につながって、失恋しても落ち込まず
そこから自分を反省し、男を見る目を磨いて幸せをつかむことができました。

しかし、結婚式を控えた２週間前に血流を計ってみると、幸せルンルン♪データ
が出ていない・・・・
「そつなくトラブルなく失礼のない式を挙げなければ・・・」
生真面目モードになっていました。

真面目な性格を否定するのではありませんが、真面目過ぎる人ほど体調を崩し
病気になりやすいものです。
「いつもいつもあれこれあれこれ考えているから」です。
考え過ぎは体を硬直させてエネルギーを大きく浪費しますから、疲れて当然です。

こちらの“新婦さん”には、以下アドバイスしました。

「正しい結婚式ではなく、楽しい結婚式を意識するんだよ！
今日はお忙しいところ申し訳ありません、ではなく
今日は私のためにお集まりいただきありがとうございます！
謝罪ではなく感謝！　神妙な顔ではなく、満面の笑みで！」

「ミスのない失礼のない結婚式にしなければ・・・と考えるのは、ホテルの人たちの仕事だよ(笑)　あなたは女王様気分で、私の幸せオーラをいっぱい浴びて、楽しんでいってね～～！と堂々としていればいいんだよ」

当日、“現場検証”におじゃまると・・・

確かに、笑顔で楽しんでいた！

この時はさすがに涙していたなぁ～（泣）

「正しく生きるのではなく、楽しく生きる」

きちんと正しく生きようとすると、それができない
相手を許せなくなったり、自分を責めたりします。

新しい生活では、正しくよりも“楽しく”生きる。
それを心掛けてご主人と“楽しく明るい家庭”を
築いていってほしいと願っています。
正しくよりも楽しく。それが夫婦円満の秘訣です。

同じく、時は３月。お彼岸だというのに気温７℃で土砂降りの朝。
お客様ご家族とマラソン大会に参加しました。

こちらの娘さんは就職も決まり、大学卒業という年に、心の病を患いました。
なんとか卒業はできたものの、就職は病気で辞退。入退院を繰り返し、病院からの薬もどんどん増えていきました。

お母さんは大きく落ち込んでいましたが、「子どもの全快のためには、まずは親の自分の健康が不可欠」と考え直し、太田東西薬局で“自分に向き合って”漢方を続けて来られました。その間、自分の子育てに問題があったことを反省されました。

きちんと身の回りの事はやって、親としてきちんと育てて来たつもりだったけれどそれは形式だけで、**子どもの心を満たすまでには至っていなかった**、と。

人様に迷惑をかけないように、バカにされないように、恥ずかしくない行いを常に心掛けるようにと“正しく生きる”ことは教えた。しかし、

“楽しく生きる”ことは教えていなかった。教えていなかったというより、家族で楽しむという術が、楽しむという生き方が自分にはわからなかった。
なぜなら自分自身、正しい家に育ったけれど、それは楽しい家ではなかったから。

楽しさよりも正しさを追求すると、相手の欠点ばかりに目が向くようになります。
正しい行いは当たり前。悪い行いに対して口うるさくなる。
そうした家庭環境では、「子どもをほめる」という機会がありません。

「よくできたね！」「えらいね！」「よく頑張ったね！」といったほめ言葉はなく
「何やってるの！」「早くしなさい！」といった注意ばかりになってしまいます。

娘さんの病気からお母さんが気づいたことは、

「正しく生きるのではなく、楽しく生きる」

親としては「子どものためを思って」のしつけのつもりでも、子どもにとってはダメ出しばかりと感じてしまいます。
それは子どもの自信・やる気を失わせ、劣等感を育てることになります。

口ごたえや反抗期もなく、親の言う通りにして生きて来た「良い子」は、思春期に問題が勃発するケースが多いです。
親への反抗というと、暴言暴力をイメージすると思いますが、引きこもりや病気でそれを表現する子もいます。

専門知識はさておき、とにかく「楽しく生きて行けばいい」のです！！＼(^o^)／

「そんな無責任な！　楽しく生きるためにもお金は必要でしょう。だから子どもには少しでも高学歴で高収入の仕事に就いてほしい。だから口うるさくなるのです！」

正しく生きている親御さんからそんな“正論”が聞こえますが、だからそれよりも「楽しく生きることのほうが大切ですよ！」と言いたいのです。
このやり取り、堂々巡りですね(笑)

娘さんのお母さんは、楽しく生きる人生に変換する努力を続けました。
まずは、今の病気の娘を認めること。いっそ今の娘との時間を楽しもうと考えた。
そうしたお母さんの変化が、娘さんに変化をもたらし退院することができました。

そしていよいよ“楽しく生きる”の実践です！
正しくよりも楽しく生きている太田先生から、「３月のお彼岸の頃は、走るには気候もいいし、いっしょにマラソン大会に参加してみようよ！」と誘われました。

当日は寒の戻りの気温と雨。
しかし娘さんとお母さんは
雨にも負けず、寒さにも負けず、そして
不安にも負けずに1.5ｋｍを完走しました～

楽しく生きる人生には「冒険心」が生まれ
そこから「達成感・充実感」が得られます。
それが「生きる自信」「自立」につながるのです。