

見えないヤリの使い方



Ver 3.0

作：じーこ（澤田宏二）

作者からのメッセージ

この物語は、皆さんの日々のストレスや、様々な出来事に対するつらい気持ちを和らげるお手伝いをしたいと想い、書いたものです。

この物語で様々な気づきを得て、自分なりに日常生活に活かしていただけたら、大変うれしく思います。

この物語を読んだ方々が少しでも気持ちが穏やかになり、争いのない世界をみんなで作っていただけることを願っています。

全世界のできるだけ大勢の人達に読んで欲しいと思っていますので、コピー、配布に対する制限は一切ありません。どうぞ、ご家族、お友達にプレゼントしてあげてください。

下のHPからPDFファイルをダウンロードも可能です。

<http://jikolize.com/index.php?booklet>

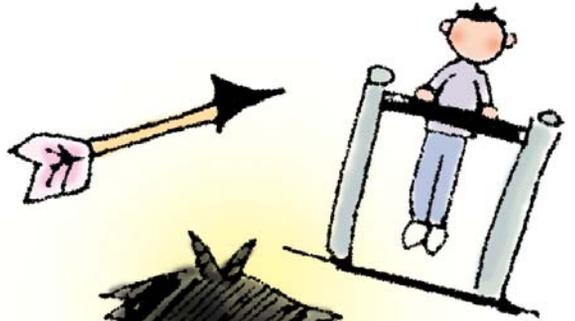
この小冊子を手にして頂いた、縁あるあなたに本当に感謝しています。

ありがとうございます。

じーこ （澤田 宏二）

『見えないやりの使い方』

僕の名前は「ライ」。
僕にはある特技がある。
他の人には見えない**やり**が見えちゃうんだ。



『どんな時に見えるのか？』
って・・・、じゃ説明するよ。



友だちが僕にいうんだ。

『お前、逆上がりもできないのかよ。』って。
僕だってもうちょっと体が大きければ、
絶対できるんだよ。もうちょっとなんだ。
すごく、くやしくて、涙が出ちゃう。

そんな時だよ。

他の人には見えない**やり**が僕には見えるんだ。
その**やり**は友だちの体から僕の心に伸びてくる。
そして、チクチク僕の心を傷つけるんだ。

『見えないやりの使い方』

なんで、みんな僕のことをやりで傷つけるんだろう。本当に悲しくなるよ。

でも、そんな僕の気持ちは、誰もちっとも分かっちゃくれない。平気で僕の心をやりで傷つけるんだもん。

みんなひどいよね。今度絶対言ってやるんだ。



「そんなひどいことしないでよ。

僕は傷ついているんだよ！」ってね・・・
でも、気が小さいから、僕、言えないんだよね。

ある日友達と遊んでいたら、急にセイちゃんが辛そうな顔をしているのに気がついた。

あれっ!?

セイちゃんにもやりが刺さっている。

自分以外の人のやりが見えたのははじめてだ。

『見えないやりの使い方』

いったい、誰がセイちゃんを傷つけているんだ？
許せないぞ！とっちめてやる。

よ～し、**やり**の柄の疋をたどってみよう。

最初はかすんで良く分からなかったけど、
よ～く目をこらすと、見えてきたぞ・・・、

あれっ！・・・！？

やりは僕の体から出ている。
どういうことだ？



『セイちゃん、何で
そんな辛そうな
顔しているの？』

『ひどいよ。ライちゃん。バカにしたじゃないか』

『えっ、バカになんかしてないよ。』

「百点とれなかったね」って、言っただけじゃない。
セイちゃんは、いつも百点だから、一回位なら
いいじゃないか。それに98点だろ！』

『見えないやりの使い方』

「僕なんかこれまでに一回だって百点なんかとったことないんだよ。それを僕の前でくやしがる方が、イヤミってもんだよ。」

「ライちゃんなんか、
きらいだ～。うわ～ん」



あ～、セイちゃん泣いて、
走って行っちゃった。
なんだい、自分が頭いいこと、
自慢しているだけじゃないか

・・・

僕の言ったこと、そんなひどかったかなあ。
人によって傷つくことって、違うんだなあ・・・。

そうだ、それより**やり**は僕の体から出て、
セイちゃんの心を傷つけていた。

でも、僕は**やり**を持ってセイちゃんを傷つけている
つもりは全くなかったぞ。どういことなんだ？

『見えないやりの使い方』

やりはどこにでもあるみたいだ。

街角でおじさんから伸びた**やり**が、おばさんの心をチクチク傷つけてた。おばさんは本当に辛そうだ。セイちゃんと同じ辛そうな顔だった。

でも、おじさんも相手を傷つけているつもりはないみたい。だって、笑っていたもん。



どうということなんだ？

僕もおじさんも**やり**を相手に刺して、傷つけているつもりはなかった。

セイちゃんやおばさんが勝手に**やり**を自分の心に刺しているんだらうか？

そんなわけないよね。

傷つけられたい人なんているわけないよね～？！

やりを刺しているのはいったい誰なんだ？

『見えないやりの使い方』

最近気がついたことがある。

街で見かける様々な**やり**にはいろんな色・特徴があるんだ。赤い**やり**もあれば、青い**やり**もある。シマシマ模様もあるし、リボンをつけているのもある。

人によって**やり**が
違うようだ。

そうだとすると、
ひとつ疑問がある。



僕の心をチクチクする**やり**は、
相手がだれでもいつも同じ**やり**なんだ。
手で持つ柄のところは紫色で、赤いリボンが巻いて
あるから、すぐ分かる。見間違えるはずがないよ。

みんな持っている**やり**は違うのに、僕が傷つけ
られる時は必ず同じ紫色の赤リボンの**やり**。

なんでだろう？

『見えないやりの使い方』

友だちが僕の心を傷つけている時に、
ハッと気がついた。

「また、紫色の赤リボン！」

このやりは、僕のやりだ！」

「その通りだよ！」

「えっ」

どこからか声が聞こえた。

どうやら、声の主は紫色の赤リボン。

やりがしゃべったんだ。

「やっと気がついたね。君の心を傷つけて
いるのは、君の持っているやり・・・

つまり紫色の赤リボンをつけたボクさ。」

「え~~~~~!?!」

意味が分からない。やりがしゃべるのもビックリ
だけど、僕のやりで、僕を傷つけているのも意味
不明だ！なんで、そんなことになるんだ？



『見えないやりの使い方』

やりがしゃべりだした。

「君が傷つきたいから、**やり**で突っついたんだろ。君が気にしていることを指摘されたときに、自分で自分を傷つけているんじゃないか。」

「なんだって！自分で自分を傷つけてるって？」

「そうさ。君は辛くなると**やり**の先を自分に向け、いつも自分で心を突っついているんじゃないか。」



「相手は全く関係ないよ。相手には人の心をつつくなんて力はないからね。相手は辛くなるきっかけを与えているだけだ！実際に自分の心をつついているのは君自身だよ。」

なんてこった。

自分で傷つくことを選んでいたのか。

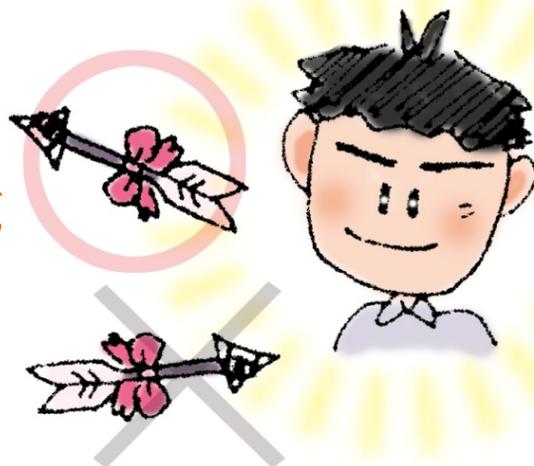
『見えないやりの使い方』

何となく分かってきたぞ。

チクチク**やり**で刺されて傷ついているのは、自分が選んで自分でやっていることなんだ。相手が悪気があって自分を傷つけているわけじゃない。もちろん、相手を傷つけようとする人もいるかもしれないけど、実際に心を痛めるかどうかは、最終的に自分で決めていたんだ。

「じゃ、どうしたら、傷つかないでいられるの？」

「**やり**の先を自分に
向けないことだね。
そうすれば自分には
絶対刺さらない。」



そりゃ、そうだ。

やりの先が自分を向いていなければ、**やり**は自分に刺さりようがない。
なんて、単純なことなんだ。

『見えないやりの使い方』

大発見だ！

自分のやりは、自分に向けなければ、自分には刺さらない。仮に自分に向いていたとしても、自分で力を入れなければ、心を痛めることはないんだ。



セイちゃんは、絶対百点とらなくちゃいけないと、自分を追い込んでいた。

だから、百点とれなかったのがくやしくて、僕の言葉に心を痛めたんだ。

僕が同じこと言われても、傷ついたりしないのは、「百点取るのが当然・・・」なんて思っていなかったからだ。

つまり、心を痛めるかどうかは、
自分の気持ちの問題！・・・ってことか。

これはみんなの悩みを解決する
すごい発見だぞ。

『見えないやりの使い方』

やりは、自分に向けなければ、自分には刺さらない。

この事が分かったので、**やり**を自分に向けるのをやめた。そうしたら、**やり**の先が自分の心にささらないから、心がチクチク痛まなくなったんだ。

「具体的にどうやったのか．．．って？」

自分の気持ちを変えたただだよ。

『何としてもしなくちゃいけない．．』

『こうしなくちゃダメだ．．』

という自分を苦しめていた
厳しいルールを、
やめることにしたんだ。

何でもかんでもあきらめて
しまったわけではないよ。



できなかった時は、そこまで頑張った自分を認める
ように心がけて、できなかったことにクヨクヨする
のをやめたんだ。そしたら、すごく気持ちがラクに
なったんだよ。

『見えないやりの使い方』

自分に**やり**の先を向けなくなると、気持ちがラクになったことの他にも、もっと素晴らしいことがあるんだ。

それはね・・・

自分を**やり**で傷つけなくなったら、落ち込まなくなっただ。すぐにまたチャレンジできる、やる気が湧いてくるようになったんだよ。体の中からエネルギーが湧き出してくる感じで、また頑張れちゃうんだ。

今までできなかったこともどんどんできるようになってきた。



計算のテストで、

75点とっちゃった。えへっ。

自分を苦しめていたのが、自分で決めた心の中のルールだったなんてほんと驚きだよ。

これはみんなに伝えなきゃ！

『見えないやりの使い方』

やりを自分に向けないようにすると、自分が傷つかなくなったのはいいのだけど、誤って他の人にやりの先をあててしまう心配が出てきた。

「ねえ、赤リボン。前より重くなってるない？」

「そりゃ、そうだよ。

やりの先が自分の心に刺さらないようにになった代わりに、他の人を刺さないように気をつけなくちゃいけないだろ。

それが、『思いやり』
・・・ってもんだろ。」

「・・・？」



「あ〜、分からないかな。ここは笑うところだよ。
センスないね！（チツ、チツ）」

「『思いやり』と『重いやり』
お子様には分からないか。」

「そうか！やりのおやしギャクはいまいちだけど、
言っていることには、妙に納得だ！」

『見えないやりの使い方』

やりで自分を傷つせず、他の人も傷つけないようにするには、「**思いやり**」が必要なのか。

やりは誰でも持っているのに、みんな**やり**の存在を知らないし、**やり**には二つのルールがあるのも、みんな知らないんだ。



これは神様が与えてくれた、僕の使命なのかもしれない。**やり**の存在と使い方を多くの人に伝えて、みんなの心をラクにしる・・・ってことなのかな。

「ライ、**やり**の意味が分かったみたいだね。」

・・・あれっ、なんだ？ 変だぞ！

『見えないやりの使い方』

なんか、やりの様子が変だ。



グニャグニャと、
形が変わってきたぞ。

- ・・・なんだ？
- ・・・ぐるぐる渦巻き？
- ・・・大きな貝みたいな形になっちゃった。

「赤リボン・・・大丈夫か？」

『ライ、きみが**やり**の本当の意味を分かってくれたんで、ボクは生まれ変わったよ。ボクは人を刺して傷つけるために生まれたんじゃない！本当は、人に**生きがい**を与える「**やりがい**」なんだよ。』

「えっ?!・・・どうということ？」

『ライは相変わらず、笑いのセンスがないな。』

「**思いやり**」が「**やりがい** (貝)」になった
・・・ってことさ。エッヘン!』

「.....」

そうだったのか。

僕たちは**やり**の使い方を間違っていたんだ！

無意識のうちに自分や他人を傷つけるために**やり**を使ったりしていたけど、他人を**思いやる**ために、**やり**を使うこともできるんだ。

そして、自分の持っている力をみんなのために使おうとするなら、それは『**やりが**い』になって、自分を輝かせてくれる素晴らしい物だったんだ。

僕のやりがいはこれだ！

『**見えないやり**の使い方』

これを物語にして、多くの人に読んでもらおう。心傷つく大人はいなくなり、みんな仲良く、争いはなくなる。絵本にして子供に読んでもらえば、やりの正しい使い方を学んだたくさんの子供達が、

将来きっと素敵な
愛に満ち溢れた
社会を創って
いこう。



おしまい

作 / じーこ

☆歯と心と人生の専門家☆
人生ドクター 澤田 宏二

Sawada Koji

1967年7月20日 東京都武蔵野市に生まれる。

歯医者である、野球好きの父親の背中を見て育ち、
学生時代はスポーツに明け暮れる。
桐朋高校(国立)から、新潟大学歯学部に進学し、
歯科医師となる。

大学院を修了したあと、大学病院に勤務し、外来で患者
さんを治療する傍ら、研修医や学生の指導に取り組む。

2007年9月、東京都武蔵野市にて、日本ではめずらしい
『総入れ歯専門』の歯医者として開業し、現在に至る。

総入れ歯治療で、お年寄りのお口の健康回復に力を入
れる一方で、自分自身が一人前の大人になるために、
「心の成長」に興味を持ち、その分野の師匠に師事し、
セミナー講師の資格をとる。現在は、「心の成長」を伝える
セミナーを自ら開催し、心のケアができる歯医者として、
活動範囲を広げている。

【ホームページ】

総入れ歯ドットコム <http://www.souireba.com/>

心育てのリアルアイセミナー <http://jikolize.com/>



Happy Kokoro-ji <http://happykokoroji.com/>

自分が仲間をつくるだけではなく、仲間の「仲間づくり」を応援して、
分かち合い、協力し合うコミュニティーを拡大中!

【著者紹介】

絵 / みかん



・ ・ ○ オフィス ・ ミナコ room ○ ・ ・

URL : <http://minako-room.com/>

～表現ナビゲーター～

小熊 ミナコ oguma minako

ニックネーム / みかん

みかんの『ルン♪ルン♪』似顔絵名刺屋さん

PC → <http://mikan-o.sakura.ne.jp/>

携帯 → <http://mikan.mobi>

グラフィックデザイン制作

E-mail : mikan-o@almond.ocn.ne.jp

じーこ&みかんの小冊子紹介



ライシリーズ待望の第2弾
『やる気でない病～克服編～』



ライシリーズ待望の第3弾
『リレーの選手になりたい』

心育でのリアルアイセミナー <http://jikolize.com/>

小冊子ダウンロードページからダウンロードできます。(PDF データ)

※転載・複製可能です！ご家族、お友達にプレゼントしてください。