

できるように  
なりたい!!



できあんだん!!



# ライの物言

認められる  
ために  
大切なこと

【第6弾】

じー  
澤  
田

## 登場人物

ライ : できない逆上がりを出来るようになろうと頑張る主人公。

赤リボン : ライの心に住み、時折、顔を出して、ライの悩みを一緒に深掘り、アドバイスをしてくれるとても頼りになる存在。

お父さん : ライのお父さん。心の深掘りが趣味で、ライの成長を常に見守ってくれている。

①

ライ 「赤リボン…教えてよ。  
どうやったら…僕…、  
逆上がりが…できるように…なれるのかな？」

赤リボン 「どうしたんだい、ライ？」

学校から帰ってくるなり、目に涙を浮かべて…」

注釈：「赤リボン」とは、ライにしか見えないが、ライの悩みの  
相談にのり、アドバイスをしてくれる頼もしい存在

ライ 「だって…みんなが笑うんだよ。  
逆上がりができないのは、ボクを含めてクラスで  
もう3人しか残っていないんだ。  
ちょっと前まで逆上がりができずに一緒に  
頑張っていた友だちまで、手をたたいて  
僕のことを笑うんだよ。ひどいたる。」

赤リボン 「そりゃ、つらいなあ〜。」

ライ 「他のことは僕、一生懸命に努力して克服して  
いるんだよ。苦手だったニンジンだって残さない  
ようになったし、掃除の時間も積極的にゴミ捨てに  
いくようにしているんだ。」

赤リボン 「えらい、えらい。

ライは本当によく頑張っていると思うよ。」

①

②

ライ「ありがとう、赤リボン。クラスみんな  
赤リボンだったら、僕の心は救われるだろうなあ。」

赤リボン「ホントにそう…かな。」

ライ「えっ?… どういうこと。

ニヤニヤして…、何が言いたいのさ。」

赤リボン「ライは、クラスみんなが俺になって欲しいと  
言ったよな。…というのは、クラスのみんなから  
認めて欲しい…ということだろ。」

ライ「いや、そういうつもりじゃないけど…。」

赤リボン「そうじゃないのか? じゃあ、認めてくれない奴が  
人数は少ないけど存在し続けて、いつもチクチク  
そのことを言ってくるのを想像してみな。  
それでもいい…って言えるかい?」

ライ「う〜ん、やっぱりそれは嫌だな。

そういう友だちに限って、しつこいからな。」

赤リボン「そうだろ。クラスみんなが自分の頑張りを  
分かってくれないから、現に今、悔し涙を流しているん  
じゃないか。そんな中で、俺のようにライのことを  
分かっている存在が増えても、全員に分かってもらえ  
ない限り、満足できないんじゃないか。」

②

③

ライ「そうか…、

まあ、そういうことになるのかな…」

赤リボン「そうだと思うぞ。それがライの本当の気持ちだということをライ自身が受け入れないと、ライの心が穏やかになることはないんだ。クラスの全員に自分の頑張りを分かってもらえなければ、ライは満足できないわけだ。」

ライ「自分の本当のきもちかぁ…。」

赤リボン「クラス全員に自分のこと認めてもらうのは、可能だと思うか？」

ライ「全く無理だとは思いたくないけど、やっぱりかなり大変なことに感じるなぁ。」

赤リボン「そうだろ。  
誰が考えても、それは大変なことだよ。」

ライ「僕…、どうしたらいいのさ。」

赤リボン「ライの気持ちがラクになるためには方法が2つある。1つは、頑張って、頑張って…、努力して、みんなに認めてもらうことだ。」

ライ「でも、それは難しいわけだよな。」

③

赤リボン 「そうだ。」

ライ 「じゃ、もう一つの方法っていうのは？」

赤リボン 「それは、実践している人に聞いてみたらいいんじゃないか？」

ライ 「実践している人？」

赤リボン 「そうだ、もう既にそのことに気がつき、日々、行動に移している人だよ。」

ライ 「そんな人がいるの？ その人はどこにいるの？  
ぜひ、会ってみたいなあ。」

赤リボン 「いつも会ってるじゃないか。」

ライ 「えっ、誰？ 近くに住んでる人？」

赤リボン 「近くも近く・・・、同じ家に住んでるじゃないか。」

ライ 「えっ、お父さんのこと？」

赤リボン 「そう、ライの父さんだよ。」

ライ 「そうなの？」

赤リボン 「そうさ。聞いてみるといいよ。」

ライ 「うん、分かった。

今晚、お父さんに聞いてみるよ。

楽しみだなあー。」

## ～ その夜 ～

ライ「ねえ、お父さん。」

お父さん「うん？なんだい ライ。」

ライ「え～とさ、僕さあ、いろいろ頑張って・

みんなに認めてもらおうとしているんだ。」

お父さん「うん、えらいな。ライはよく頑張ってるもんな。」

ライ「でもさ、クラスのみんなに認めてもらうのって、  
とっても大変なことだと思うんだ。僕はこのまま  
頑張りを続けるしか方法はないのかな？」

お父さん「方法はないかって、どうなりたい・と  
思っているんだい。」

ライ「だからさあ・、みんなに認めてもらいたいんだよ。」

お父さん「認めてもらうと、どんな良い事があるんだい？」

ライ「えっ、そりゃー、みんなが僕のことを認めてくれたら、  
うれしいじゃない。みんなが僕のことを受け入れて  
くれる・ってかんじかな。」

お父さん「うん、そうだな。ライはみんなに  
受け入れてもらいたいわけだな。」

ライ「うん。そうだね。」

お父さん「じゃ、質問だ。まずは・、ライがみんなに  
認めて欲しいことはなんだい？」

⑥

ライ「それは・・・、逆上がりかな。  
逆上がりができるようになりたいんだ。  
逆上がりができるようになって  
みんなに認めて欲しいんだ。」

お父さん「じゃ、ライが逆上がりができるようになった  
時のことを想像してみよう。  
もうそれでみんなに受け入れてもらえて  
満足・・・ということになりそうかな？」

ライ「う～ん、そんなことはないよ。  
だって、できないことは他にもたくさんあるもん。  
みんなができてて、僕ができないことなんて  
山ほどあるんだからさあ。」

お父さん「そうだな。その通りだ。ライは素直だな。  
自分ができていないことを冷静に判断して、  
ちゃんと自分のことを把握する力を持っている。  
大したもんだ。」

ライ「そんなこと誉められても嬉しくないよ。  
できないことがどんなに分かったって、  
みんなができることが、同じようにできなきゃ、  
意味ないんだから。」

⑥

お父さん 「さて、本当にそうかな。」

ライ 「そうに決まってるじゃん。」

お父さん 「ライは自分ができないことをちゃんと分かっている。それはとても素晴らしい才能だと思うぞ。なのに、ライはそのことを認めていない。」

ライ 「だって、そんな・・・できないことを認めたらって、何にもならないじゃないか。」

お父さん 「それはどうかな。自分のできないことを素直に認めることが、今ライが欲しがっている、『自分を受け入れる』ということだとお父さんは思うぞ。」

ライ 「う～ん、 どういうこと？」

お父さん 「ライはみんなに自分を認めて欲しいわけだけど、どんな自分を認めて欲しいと思っているのか、分かるかな？」

ライ 「どんな自分か？」

お父さん 「そう。みんなと同じように逆上がりができることが重要だと、ライは思っているよね。」

ライ 「そうだよ。」

お父さん「だから、逆上がりができるようにならなきゃ、認めてもらえないと思っている。つまり、『逆上がりできる自分』なら、『認められる価値がある』と思っているワケだろ。」

ライ「うん、そういうことになるのかな。」

お父さん「でも、できないことは他にもたくさんある・・・って言ったね。そうすると、逆上がりができるようになっても、他にできないことがあるから、みんなに認めてもらえるようにはならない。いつまでたっても、『みんなに認めてもらえた!』・・・と、ライが満足する日は、来ないってことだよ。それでいいのかな。」

ライ「ヤダよ、それじゃあ。僕、どうしたらいいの?」

お父さん「『逆上がりができる自分』をみんなに認めてもらうのではなく、『何事にも努力して取り組んでいる自分』を認めてもらったら、どうだろう。」

ライ「でも、何を認めてもらうかなんて、ボクが決める事じゃないし、みんながそう思ってくれなきゃ、意味ないじゃん。」

お父さん「そのとおりだ。じゃ、聞くけど、ライはみんなに『逆上がりができる自分』と、『何事にも努力して取り組んでいる自分』のどちらを認めてくれるのか、確認したかい？」

ライ「いや、確認したことなんてないよ。」

お父さん「そうだろ。じゃ、誰が『逆上がりができる自分』だと認めてくれる…って、決めたんだらう？」

ライ「えっ、誰だらう？」

みんな、そう思っているんじゃないの？」

お父さん「そう。みんながそう思っているだらう…って、ライが思いこんでいるだけなんだ。そして、『逆上がりができる自分』じゃなきゃダメだ…って、自分で思いこんでいるんだよ。」

ライ「えっ、そうなの？ …」

お父さん「確かに、『逆上がりができなきゃダメだ！』って思っている友だちもいると思うよ。でも、そう思う友だちがいたっていいじゃないか。実際には、その人たちがどう思うかが大事なんじゃないか、ライが何を気にしているかが重要なんだ。」

お父さん「前にライ、話してくれたね。

セイちゃんが満点を取れなくて悩んでいるときに、ライが『98点なんてすごいね。』って言ったら、セイちゃん怒って帰っちゃった…って。

セイちゃんは『満点じゃなきゃダメだ!』って思っていたんだろ。だから、ライの言葉が皮肉にしか聞こえず、嫌な思いを抱いたんだと思う。

つまり、自分を苦しめているのは、自分自身なんだよ。」

ライ「あ〜、そうか。僕は何も悪気はなかったし、誉めたつもりだったんだ。」

お父さん「そうだろ。誉めたつもりという言葉でも、相手は気に障って嫌な気持ちになることがある。逆に、悪口のつもりで言っているのに、相手が喜ぶことだってあるからね。

つまり、喜ぶか嫌な思いをするかは、その人の気持ち次第なんだよ。だから、ライが今、みんなに笑われて嫌な気持ちがしているのは、『逆上がりをできなきゃダメだ!』と自分で決めつけているからなんだよ。

逆上がりできるようにになりたいからガンバっているんだ、という気持ちを大切に、こんな僕の努力も見ててね、って思えたらラクじゃないかな。」

ライ「そうか～。ボクは『**逆上がりができないなんてダメだ!**』って、心の中でずっと思っていたかもしれない。そして、自分を責めていたんだ。」

お父さん「**そうさ。努力している自分をまずは自分がちゃんと認めてあげることが大切だと** 父さんは思うぞ。

**少なくとも、お父さんはライの頑張りを認めているよ。」**

ライ「**ありがとう。なんか、気持ちが楽になってきた。」**

～ その夜 ～

赤リボン「**どうだったライ?**」

ライ「**お父さんと話をして、ものすごく気持ちが楽になったよ。」**

赤リボン「**お父さんはどんな方法があるって言ってた?**」

ライ「**みんなに認めさせようとするのではなくて、自分で自分の事を認めよう…ってことを教えてもらった。」**

赤リボン「**へ～、それは良いことを教わったね。」**

ライ「**うん、それから、逆上がりできることがすべてじゃなくて、逆上がりできるように努力している事がスゴイことだよ って 言われたよ。」**

**赤リボン** 「そうだね。結果だけじゃなくて、努力している  
プロセスを大切にすることが大事…って ことだな。」

**ライ** 「結局、自分が自分の頑張りを認めずに、逆上がり  
できるようにならなきゃダメだ…って 思って  
いたから、みんなの言葉が重く自分にのしかかって  
いたんだって、分かったよ。」

**赤リボン** 「よかったな、ライ。さすが、お父さんだ。  
いいこと言うな。」

**ライ** 「うん、ボクはみんなになんて言われようと、  
逆上がりができるようになりたい！ だから、  
頑張っているんだ。なんか元気が出てきたよ。  
ライも応援してくれるでしょ。」

**赤リボン** 「もちろんさ。俺はいつもライの味方だぞ。」

**ライ** 「ありがとう。」

ちよつと、公園に行って逆上がりの練習してくる！」

**おしまい。**

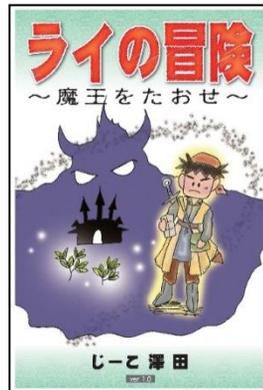
※コピー、配布に対する制限は一切ありません。

どうぞ、ご家族、お友達にプレゼントしてあげてください。

読んで頂き、感謝、感謝です。 作者 じーこ澤田

# これまでの作品一覧 (全11作)

## ライの物語



## 天使の悩み

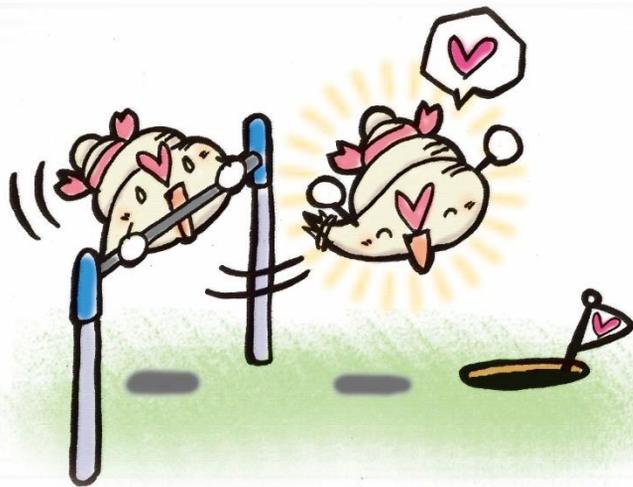


## ホームレス家族



## 人生の小道





歯と心と人生の専門家  
☆人生ドクター☆じーこ 澤田  
Koji Sawada

じーこの最新情報提供サイト  
<https://jikosky.webnode.jp/>  
心のケアのできる総入れ歯専門医  
<http://happykokoro.ji.com/>