令和 5 年 1 月のおたより

新年明けましておめでとうございます。本年もまた互いに励まし合いながら、皆様とともに一歩一歩確実な歩みを進めていきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

年の始まりには希望を感じさせる何かがあります。その根拠を問われても示すことは難しいのですが、今より「よりよいもの」にあこがれるという人間的な感情（本能？）と言ってよいかもしれません。ですから誰しもが、ささやかであっても「始まり」においては何かを決意するのでしょう。希望のある生き方を「楽観主義」と言う人もいます。「悲観主義は気分のものであり、楽観主義は意志のものである」（フランスの哲学者）、「自分中心の人は、悲観主義におちいる」（アメリカの心理学者）、「頭では悲観主義者であれ。心では楽観主義者であれ」（平和哲学者）、「母という太陽がある限り、風雪の暗夜があろうと、希望の夜明けは必ず来る」（桂冠詩人）。

心理学者フランクルは『夜と霧』の中で、ナチスの強制収容所で、自分が生き延びたのは、身体が健康であったためではなく、ひたすら未来を信じ、希望をもち続けたからだと述べています。希望を捨てた人は、早く内的に崩壊し、死んでいったとも。希望は身体を強化し、寿命を延ばす力があると述べています。

最近言われる言葉に「ウェルビーイング」（well-being）があります。身体的・心理的・社会的に良好な状態にあることを意味する概念で、「幸福」とも翻訳されます。人間社会にあっては一人だけの幸福は望めませんし望むべきでもないでしょう。心を開いて互いに支え合う働きかけがとても大切です。ですから助けを求める行為は尊重されていいのです。お互い様の精神で、“今・ここで・自分が”できることを精一杯やっていく、これを年頭の決意としたいと思いますが、皆様はいかがでしょうか。　（K）

記

＜1 月度学習会＞

・日時：1 月 28 日（土）13：30～　（菜の花ホール）

・体験：「父親が語るわが娘のひきこもりから現在まで」

講師　井上庫男（くらお）さん 1940 年生まれ、長年石油精製工場の設計に携わり、退職後は趣味で農作業やそば打ちで後進の指導に当たる。一昨年に妻を亡くされ、現在は長年ひきこもる娘（50 才）と千葉市に在住。KHJ 千葉なの花会理事、KHJ ピアサポーターとして「おやじの会」を担当、20 年以上ひきこもりの支援活動をしている。

・グループミーティング

当日のご出欠をあらかじめご連絡ください。090-2335-1338 加藤＝ショートメール可

特定非営利活動法人あわの風　千葉県館山市北条 1170-3　電話：0470-22-1390