

## Do CL Column

### ハロー！ハローワーク

K.N. (小木インストラクター生徒さん)



今日 11 時にハローワークで面談の予定が入っていたのですが、最近朝起きていなくて、午前中眠り続けてしまう日々だったので今日 9 時台に必死の思いで起きました。しかし、頭が呆然として泣きたいような気持ちになりました。次にどうすべきかは、心の隅では解っていました。顔を洗ってメイクをして朝ごはんを食べて服も着替えて用意すべき書類を確認してバスに乗れば良かったのです。泣きたいとか、眠いとか、怠<sup>たる</sup>いとか、コントロールできないことはそのままにして、行動することだけがコントロールできるのだと私は心の隅では解っていました。しかし母が仕事で居らず一人の家で私は（朝ちゃんと調子が良い時にハローワークに行った方が、良いんだ。今日の私は特別）と自分で自分に甘えてしまいました。私は自分に甘えるのが上手で気分がどんどん病人になります。

苦悩するうちにバスに間に合わない時間になってハローワークの担当の人にどう言い訳するか頭を働かせるのに必死になりました。言い訳をすることばかりに頭を働かせていると相手にも自分にも言い訳することが情けないですが本当に上手くなります。

ついにはハローワークに電話すると「どうしても今日は頭が痛くて…すみません」と言ってしまいました。登校拒否をしていた頃のようにだと思えます。別の日に予約をし直した私ですが今日の朝の私はとても恥ずかしいです。次からは行動することで前に進もうと反省しています…。

小木から応援メール：

あなたは次になにをすべきかわかっているはず。「失敗ばかりだったので続けられた。成功はその結果だ」と、誰かが言ってましたよ。

続きの報告です。私は朝起き、日中活動してハローワークに行つて（実は行けば適性検査というテストを受けるのです）やるべきことをやれるだけの努力をしました。まず働いていたレストランに少しの間また行かせてもらうことにして、朝起きて昼働き、そして夜眠ることが出来るようにしようと思いました。

しかし土曜日の書道教室のアシスタントの日、私は午前中自分の殻に閉じこもっているような、なんといたら良いかわからない気怠さに襲われて、また（私は病人…）と思い込む『病人病』とでも名付けたら良いのでしょうか、自分に対するそんな感じ方をしていました。


前日夜中まで眠れなかったのが、怠<sup>たる</sup>い原因なのですが、遅く起きたのだから問題は無いはずだったのです。もう少しで私は体調が悪い、休ませて下さいと電話してしまいそうでした。しかし CL では行動が人生を変えるのだ、そう頭をよぎり、更には浅田真央がオリンピックで前日最悪だったのに後日逃げずに素晴らしい成績をおさめたことを私はとてもかっこいいと思ったので、スケールが百万分の一も満たない程小さいけど自分も頑張つて成すべきことをやろうと考えました。

歯を磨いたり着替えたり、とにかくバスに乗ろうと思い行動しました。バスや電車に乗って（バスや電車は

私がるんるん気分でも恐ろしく落ち込んでいても、イライラしていても、いつも変わらず私を目的地まで送り届けてくれます。それにはバスや電車に関わり働く全て人のバックアップが有るおかげです。) 書道教室に行くときやるべきことが有るので家に居るときに感じていた気息さが一気に無くなり、ああ、やはり行動は大事なんだと感じると同時に感情に流されて感情中心に生きるのは怖いことだと感じました。

次の日の日曜日は明日が嫌でした。テストを受けることが頭の悪さを決定付けるようで嫌でたまらないのです。しかし母に励まされ月曜日には書類をキチンと用意してバスを乗り継いでハローワークまで行き、緊張しながらテストを受けることが出来ました。一緒にテストを受けていた隣の女の人が休憩時間に『本当は四人来るはずだったみたいよ』と言っていて、他の二人は来ることが出来なかったのか、私たちはまずは来なくてはいけないんだ。来ないと始まらないんだと改めて思いました。テストは二時間かかりましたが終わったあとは本当にすっきりとして学生時代の試験の後の感覚に似ていました。今後ハローワークで仕事を探すのですが、根気よく働こうと思います。

(茨城県取手市CLインストラクター/小木晴代：相談室パートナーズ [h-ogis8docl@tbz.t-com.ne.jp](mailto:h-ogis8docl@tbz.t-com.ne.jp))

 [目次へ戻る](#)