

教 育

教育に関するご
意見や情報をお寄
せください
社会部教育班
電話
098(860)3552
ファクス
098(860)3483
※水・土曜日に掲
載します。



⑧

26歳で結婚してから、ずーっと専業主婦でした。ひたすら子育ての毎日。自分の殻に閉じこもり、洋服も黒と濃紺だけ。社会と全くつながりもなくて。今ならあの時の自分に「もっと、楽しもうよ」と言えますが、当時は、何かしたいとか、考えちゃいけないとも思っていました。

40歳くらいの時、新聞で「カラーセラピスト養成講座」の記事を見て、なぜだか、やってみよう。と。すぐ電話をかけたと言っていました。先生は「一度、説明を聞きますと即答でした。色の世界を学び、人生が変わりました。」

私に合う色が、それまで私の世界には存在していなかったフルーツやお花畑のような色だと知って、ショックでした。黒すくめの私なのにどうして、って。

豊見山喜美さん

カラーアナリスト

色の世界 心と共鳴



とみやま・よしみ 1964年、宮古島生まれ。2男1女を育てながら、カラーアナリストとして病院やがん患者会、子育てママのサークルや学校などで講演を行っている。「私は、心ほぐしのカラーセラピーです」

最後は笑顔に。いろいろな思いに寄り添いたい。

でも思い切って、ワゴンセールで、480円くらいのオレンジ色のタンクトップを買いました。すると知人が「あれ、いいね」って、びっくり。そんなこと言われたことなかったから、へー変わるんだなって、うれしかったですよ。それから、少しずつこういう色を着てみたい、こんな色もあるな、って。する

と嫌な自分、いい自分、いろいろあるけど、みんな私じゃないの、って思うようになっていました。色って心と共鳴しているんですよ。

ある日、がんの患者さんの集まりに行く機会がありました。最初は「私なんかいいの？」と戸惑いましたが、カラーセラピーやバスターアートといった色彩心理検査や、自分自身を理解するセラピーを学びました。

すると数日後、あの場にいた患者さんから「今、とても落ち込んでいるんだけど、あなたの声が好き」と電話があり、いろいろお話ししました。別の日にスーパーで買い物したら、患者さんがわざわざ外で待っていてくれて「この間はす

ごく楽しかった」と声を掛けてくれたんです。私も、とても救われましたね。父親の介護で疲れ果てていた女性に合う色を探していたら、きれいな色を探して顔色が明るくなった自分の顔を鏡で見て「私、こんなにいい表情ができるじゃない」とポロポロ泣いてました。そして「明日からまた頑張れます」と言ってくれて。

鏡に、その方らしい輝きが映し出されたら、表情も笑顔に変わる。無心になって、自分の気持ちと向き合うきっかけになるんですね。気持ちを共有しながら心を整理し、納得し、理解する。占いでもないでもない心の共鳴なんですよ。

親ががんで入院中の小学生にカラーセラピーをしたときは、「自分を後回しにしているの。」と聞いたら泣きました。10色のキューブから5色を選んで、好きな場所に置くという簡単なものですが、キューブを置く順番を見て、ああ、自分のことは最後なんだなあと思ったんです。病気の親に、周囲に気を使い、ずっと我慢してきた。そんな病気の親を持つ子どもたちや、いろんな立場の思いに寄り添っていきたい。色をきっかけに心の声を言葉にすると、最後は笑顔になる。そんな瞬間に立ち会い、笑顔のお裾分けをもらおうと、私もうれいんです。

聞き手 儀間多美子
第2、4土曜日掲載