

胸の鼓動をきいてごらん





神である主(しゅ)は
深い眠りをその人にくださったので
彼は眠った。
それで、彼のあばら骨の一つを取り、
そのところの肉をふさがれた。

こうして神である主は、
人から取ったあばら骨を、
ひとりの女に造り上げ、
その女を人のところに連れてこられた。

すると人は言った。
「これこそ、今や、私の骨からの骨、
私の肉からの肉。
これを女と名付けよう。
これは男から取られたのだから。」

それゆえ、男はその父母を離れ、
妻と結び合い、
ふたりは一体となるのである。

旧約聖書 創世記 2 章 21-24
新改訳 日本聖書刊行会

はだかの胸にそっと耳をつけてみて

彼もあなたも全身の力を抜いて
リラックス

とくとくとくとく
とくとく
とくとくとく…

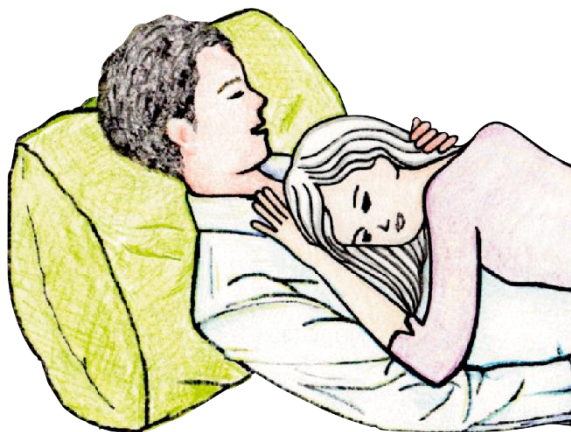
からだのぬくもり

力強い心臓の鼓動

髪の毛をなげる手のやさしさ
ぬくもり

背中にふれる手

両腕の中にある安らぎ



深い呼吸

何も話す必要がない空間

朝からの
ごたごたした日常

心を乱す出来事

いらだち

いかり

かなしみ

くやしさ

言い返せなかった思い

伝わらない気持ち

話さなくてもよくなった

あたたかい胸と
腕のなかに守られて

ゆっくりと呼吸をしながら

もう何も言わなくても

何も説明しなくても

これまでの思いがすべて溶けていく

この瞬間があれば

だいじょうぶ

だいじょうぶ

ずっとこうしていたい

「彼は何も聞いてくれない」

「わたしのことをわかってくれない」

ただ、ただ、聞いて欲しいだけ

解決策とか指導は要らない

テレビを見ないで

新聞は横において

スマホから目を離して

うなずきながら聞いてほしい



「がんばってるね」

「えらかったね」

「大変だったね」

その言葉がほしいだけ

彼も同じかも……

朝から、とても大変な会議があって

頭の中はそのことでいっぱい

自分には大きすぎる課題で

やっていけるのか……

会社のために、家族のために

失敗なくやり遂げなければならない

「もう、くたくただよ」

「消えてしまいたい」

誰か、そっと寄り添ってなくさめてほしい

家に帰ると

彼女はとても不機嫌そうで

親の介護をめぐるストレス

近所の住人とのいざこざ

子どもの塾のこと

毎日変わるからだの不調

古くなった冷蔵庫の買い替え

口をはさむ余地もない

そして

あきらめたようなまなざし

深いためいき

家庭の中に

相手の中に

やすらぎを求めることが無理

昔はあんなに楽しかったのに

満面の笑顔で

迎えてくれたのに



胸のなかの満たされない空洞

ふたりで過ごす苦痛な時間

こんな毎日は

もう耐えられない

高校時代の同級生のあの人は

じっと話を聞いてくれて

すごくうれしかった

浮気ってどうかな？

一線を越えなきゃいいよね・・・

そうかな？

その相手のパートナーも

同じことを考えているかもね

この人は話を聞いてくれないって



ただ、抱かれていたい

ことばよりも胸の鼓動を聞いて

ぬくもりを感じて

規則的な胸の動きを感じて

腕のなかに抱かれていたい

ただ、それだけ

アクロバティックな動きや

挿入・射精よりも

女性が求めているのは

ただ、抱きしめてもらうこと

自分のすべてを受け止めてもらうこと

からだが語る魂の言葉が

セックス

アダルトビデオの映像は

すべて消し去りましょう

あの映像のなかには

相手へのリスペクトや愛は無い

相手のからだを使った

マスターベーションにしかすぎない

セックスの目的は射精じゃない！

疲れているから

セックスはしたくない？

疲れているから

話を聞くのも無理・・・？

疲れているからこそ
おたがいの胸の鼓動を聴き合って
勃起・挿入・射精にこだわらず
肌と肌をふれあって
充電してみませんか？



神様が男性の肋骨で
女性を作ってくださったこと
うれしい

男性の手足で作っていたなら
自分の手足のように働かされる

そうではなくて
男性の肋骨だからこそ
胸のなかに女性を抱きしめることで
からだもこころも満たされる
男性にも同じようにしてあげられる

胸の中で聴く鼓動は

母親の胎内で聴いていたものと同じもの

あたたかな羊水が満ちていて

完璧な愛で満たされた場所

危険なものから完全に守られて

不安もなく

心配もない世界

パートナーの腕の中で

もう一度安らいでみませんか？

不安だらけで

パニックになって

機関銃のようにしゃべらなくてもいいの

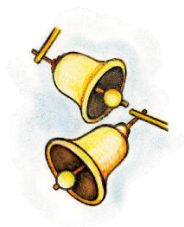
言葉で語りつくせない思いも

言葉にならない思いも

からだを寄せ合うだけで

ぜんぶ

ぜんぶ伝わるから



わたしがいつも

しあわせでありますように

あなたがいつも

しあわせでありますように

佐保美奈子 プロフィール

「助産院くろねこ」助産師

大阪母子医療センターのオープニングスタッフとして創立から16年間周産期部門で勤務。

大阪府立大学大学院看護学研究科准教授として母性看護学・助産学を担当しながら、エイズ看護、排泄・性機能障がいのある女性の支援、男性セクシュアリティ教育についての研究をおこなう。

高等学校・大学にセクシュアリティに関する出前講義を年間約15校に実施している。

趣味はフルート・ギター・チェンバロの演奏、書道
Facebookで情報発信中。

連絡先：midwifeminako@yahoo.co.jp

2021年12月4日 新月

作者:佐保美奈子

イラスト:ななかずら松下貴美子

この冊子は、【科研】「基盤研究C 思春期・青年期男子のセクシュアリティ教育の課題を克服する研究」により作成いたしました