

清流

題字：芳野 充

令和4年8月30日

第68号

発行所 加来不動産(株)

発行者 加来 寛

北九州市小倉南区守恒本町1-12-23

穏やかに

静かに

清流のように

自己を正すには、自己を知ること

わたしたちは気づけば、自分のことは棚に上げ相手に変えよう、コントロールしようとします。たとえば、相手の欠点や未熟な部分に気づくと、それを正そうと指摘することがあります。それでも変わらない場合、心ない言葉をぶついたり怒ったり、場合によっては手をあげたりもします。あるいは、無視をしたり不機嫌な態度をとったり泣いたり、モノに当たったり、相手のいないところでその人をわるく言ったりします。

その行動の背景には、わたしは正しくて相手がまちがっている、との思いがあり、その行動をとおして何とか自分の思いどおりに相手をコントロールしたい、とする思惑が働いていたのだと、いまでは理解できます。わたしたちは多くの場合、無意識に相手を変えようとする言動をとってしまふ生き物ではないでしょうか。もちろんわたしも例外ではありません。

経験上、そのような言動をとったとしても、相手が自分の思いどおりの行動を取ることにはないどころか、相手との人間関係はより悪化してしまうことが多くありました。たとえその言動で相手が変わったとしても、おそらくそれは本心からではなく、仕方なく、あるいは逆らうのが面倒なので従っているに過ぎないことが多いと思います。それは家庭でも職場でも同じことが言えそうです。

自分が正しくて相手が間違っている、との思いが先行しすぎて周りとの人間関係に悩み苦しんだわたしは、何とかそんな自分の未熟な部分を正そうと試みました。その結果、相手を変えるのではなく、まず自己を知ること。そのうえで自己を正していくことだ、と気づかされました。

『「自己を知る」とは、自分の欠けているところに気づくこと。そして、「自己を正す」とは、その欠点を自分自身であらためていくことです。』
「他人の欠点に気づき、他人の欠点を正す」よりも、数倍むずかしく、大切なこととです。』(『素直な心に花が咲く』池田繁美著・モラロジー研究所)

わたしにとって「自己を知る」とは大変むずかしく、そして勇気と覚悟を必要としました。それまで気づけなかった未熟なわたし、欠点だらけで情けなく恥ずかしいわたしを知らなければ知るほど、いまでも自暴自棄になり落ち込むこともあります。ですが、日々反省をくり返し、できないわたしをあきらめることなくコツコツと行動してきた結果、以前に比べるとずいぶんと人間関係が良好になってきました。「自分が変われば相手も変わる」との言葉は知っていましたが、その通りだと実感します。自己を正すには、自己を知ること。これからも、自己を知り自己を正していきます。

加来 寛

