

清流

題 字 : 芳野 充

令和7年11月30日
第107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

素直に認め、改善していく

わたしはある時期から、「素直な人間になりたい」と思うようになりました。理由は、素直さが味わい深い人生や幸せな人生に直結すると実感するようになったからです。

どう実感しているのか、と問われると、素直とは逆の人物をイメージすると分かりやすいかもしれません。素直の逆を調べると、頑固、いじっぱり、強情、偏屈などの言葉がでてきます。

これらの言葉があらわす人物を想像すると、人のアドバイスや忠告に耳をかたむけることなく、「自分が正しい」と、己の道をつきすすむ人。あるいはアドバイスや忠告する人に対して、不満な態度や敵意をおける人もいます。また、己の「正しい」を絶対視するあまり、自分のモノサシからはみ出た人を責めたり否定するような人かもしれません。

おそらくこのような人物はまわりの人との関係は決して良好とは言えず、いつもイライラしたり、何か事がおこるたびに人やまわりの環境のせいにして、不安にかられたりする時間がおおいのではないのでしょうか。なにを隠そう、わたしはその経験があり、ずいぶんと苦しい思いをしました。

わたしが素直さを意識しはじめたのは、自分の至らない点や弱い部分、恥ずかしい部分を認め受け入れることができない自分に気づいたときです。至らない自分を認めることは、負けを認めることとイコールで、自分という存在が完全否定されるような恐怖さを感じました。

そんな自分を認め向き合うことが素直さの第一歩だと理解しはじめてからは、「日常の心がけ」(日常のなかで心がける思いやりの行動が書かれてあるもの)や「謙虚さがなくなる兆候」(傲慢になつてくるといつてしまいがち)の行動が書かれてあるもの)に自分の言動を当てはめ、就寝前にできたかどうか毎日振り返るようにしました。

自分のできていない言動一つひとつに意識を置いて行動しようとするのですが、そこにも頑固で強情な自分がいると、すぐにあきらめたり自分勝手な例外をつくったりしてふり出しにもどる日々です。しかし毎朝力ガミの前で笑顔であいさつをする練習や、カッとなってもすぐに口を開かないように気をつけること、「こんなの当たり前だ」と思うことに気づいたら感謝を胸に思うことなどを意識しはじめると、少しずつではありますが、良くない言動をとる前にブレーキがかかりだしました。

取り組みはじめてから気づけば十五年以上がたち、まわりとの人間関係も良好になってきたことを感じます。とは言えまだまだ胸をはって良い行動がとれている、とは言えません。ですがそんな弱い自分や至らない自分も素直に認め受け入れ、少しずつ改善していく。そうやって良い人間関係を築いて味わい深い人生をおくりたいと願っています。

加来 寛

