

心の内は 人に伝わる



え・古屋智子

九月のテーマ
心と形

建 設会社で働いているAさんは、数カ所の現場を受け持

っています。どの現場にも、様々な業者が出入りしています。

とあるビル建築の現場に入った際、一緒に仕事をする業者の中にどうしても苦手な人がいました。

その人はいつも仏頂面でした。表情が険しく、口を開けば嫌味を言います。何度か顔を合わせても、「ちよつと嫌なタイプだな」という第一印象は拭えません。一度苦手だなと思うと、することすべてが気になって、イライラは募るばかりでした。

それでも、自分から挨拶をするように心がけていたAさん。社長からいつも「挨拶は人間関係の基本。どこにいても明るく爽やかに挨拶するように」と教えられていたからです。

また、休憩時間には缶コーヒを持って話しかけ、打ち解けようと努力をするのですが、状況は変わらないままでした。

このままでは、肝心の仕事にも支障をきたしてしまいます。何と

か関係を良くしたいと思ったAさんは、次のように考えました。

「この人はずっとこうだったんだ。今さら変わるわけがない。ならば、そのままを受け入れよう」

そう考えると、吹っ切れたように心が軽くなったのです。

これまで、缶コーヒを差し入れていたのも、「相手に取り入りた」という心からでした。苦手意識はあるものの、「相手に自分のことを好きになってほしい」というのが本心でした。

それが、「この人はこのままでいい。仏頂面も個性なんだ」と考えると、顔を合わせることが苦痛ではなくなったのです。気軽に会話ができ、自然に笑顔がこぼれまわりました。すると、相手も笑顔を返してくれたのです。

相手ありのまま受け入れようと思った時、これだけ状況が変わるのかとAさんは驚きました。その後は苦手意識もなくなり、スムーズに仕事が進むようになりました。やがて、別の現場でも、その人から指名が入るほどの信頼関係

が生まれたのです。

人と人が対面する場においては、言葉以外にも、表情や視線、姿勢、動作など様々な要素が組み合わさって、コミュニケーションが取れます。表向きは笑顔で接していても、心の中では「何となく嫌だな」「苦手だな」と感じていることは誰にでもあるでしょう。

そのような心は、どこかに表われてしまうものです。心と身体はひとつながりだからです。

人間関係でうまくいかない時、その根本には、相手を避ける気持ちが潜んでいるかもしれません。たとえ「好き」にはなれなくても「嫌わない」こと、「相手をそのまま受け入れる心持ち」を人間関係の根幹に据えたいものです。

最後に、倫理運動の創始者・丸山敏雄の言葉を引用して、今月のテーマを締めくくります。

明るい心が、身体を健康にし、家庭を明朗にし、まわりを楽しくし、仕事を順調にする。心が先であり、心がすべてである。

（丸山敏雄著『人類の朝光』）