

12/17(土) まっど！ 倫理講座 今年も残り少しあり僅か、亥年の最後を七夕の星を
乗り越えました

今週の

倫理

12月のテーマ | 自己との対話

幸せ運がアホ鳥

2022.12.17~12.23

1312号

一日を振り返ってみて「今日は明るい気持ちで過ごせた」と思う日が、年間を通してどれくらいあるでしょうか。

多くの人が、ちょっとしたことで腹を立てたり、ショックを受け落ち込んだり、一日明るい気持ちで過ごすことのほうが難しいでしょう。

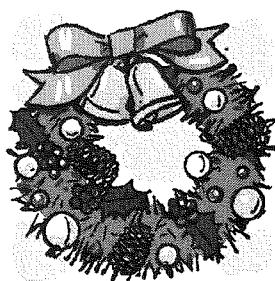
「笑う門には福来る」とは言うものの、自分自身に言い聞かせ何とか明るく振る舞おうと思つても、気持ちを明るい方向に転換することは難しいものです。

例えば、車を運転中に渋滞にはまつてイララしたり、割り込みをされて腹が立つたりして不満な気持ちを持てば、その日の仕事にも影響を及ぼしてしまうでしょう。

反対に今の自分を振り返る余裕を持てば、何か気づきが得られるのではないか。朝、早めに自宅を出れば道路が空いていて、快適に走行できると知るのも気づきの一つといえるでしょう。

自分の心持ちと、行動を少し変えるだけで、その後の展開はまるで違つてきます。そして「嫌な状況」というのは、案外自分が勝手に作り出していることに気がつきます。自分がどのように心を向け行動するかによつて状況は変わつていくのです。

Aさんは中学生になる長女が反抗期を迎え、悩んでいた時期がありました。当時は仕事にも身が入らず、このままでは大きなミスや怪我につながってしまうと思い、早く解決しなければと焦つていました。知人に相談したところ、地元の倫理法人



気持ちを切り替えて 事態を好転させる

会を紹介され、経営者モーニングセミナーに参加しました。初めて読んだ『万人幸福の栄』に感銘を受け、すぐに入会。週一回の経営者モーニングセミナーが待ち遠しく、そこで学んだ先手の挨拶やハイの返事など、少しでも家庭の雰囲気が良くなればとの思いから実践を始めたのです。

しばらく先手の挨拶やハイの実践を続けていると、長女の問題を通して、妻とよく話をするようになりました。夫婦で話し合いをしていくうちに、今までは長女の気持ちを理解しようと努めてこなかったことに気がつきました。さらに、これまでの自らの言動を振り返り、Aさんの一方的な考え方の押し付けが問題だつたと思い至つたのです。

長女が反発することに対し、Aさんはいつも腹を立て、生活態度に干渉しては口うるさくあれこれ言つていました。長女を自分の思い通りにしたいとの気持ちが前面に出た結果、家庭内の嫌な雰囲気や、長女が何も話せない空気を作り出していたのです。すべてはAさん自身の問題だったと深く反省したのでした。

その後、長女との話し合いの場を設け、これまでのことをお詫びました。長女を温かく見守り、考えを尊重していくうちに問題が解決していくのです。

自己の在り方をいかに見つめ、いかに対処するかでその後の結果が変わつてきます。