

(1) 講話概略【`聴く耳、と`受け止め方、の大切さ】

今日から早いもので下半期となります。今日は、古代ローマの哲学者でエピクトテスという人が残された言葉に触れながらお話し致します。この人は、奴隷の家に生まれたため、奴隷として生きた方ではありますが、その中に生きながら哲学を深めていき、後に多くの人たちから`先生、先生、と呼ばれていった偉人です。彼の残された言葉の一つに、

『神が人間に1つの舌と2つの耳を授けしは、しゃべるより余計に聴くためなり。』

と言うものがあります。私は他人の話聴く時に、相手が話している途中で先回りしてしまって、`それはこういう事ですか？、`こういう事が言いたいのかな？、

と言ってしまふ事があります。それによって、その人が本当に話したい事、伝えたい事を汲み取れているのだろうかとはたと考えてしまいます。聴くよりもしゃべり過ぎてしまうのは、いかがなものかと…。(しゃべりたがる坊さんはたちが悪いのです…)

人は、誰かに`うんうん、`って、ただ悩みを聴いてもらうだけで解消したり、時には問題が解決することがあります。愚痴を外に出すことで気持ちのモヤモヤが解消する効果が一つ。そして、もう一つ大事な効果としては、悩みや不安を誰かに聴いてもらうことで、`あれ!?`なんか解決しちゃった!、`なんて事が起きる事があります。これは頭を悩ませていた事柄を口(言葉)にする事で、漠然と積み重なっていた不安の正体が見えてきて、向き合うべき事が整理されていくという効果です。途中で忠告や助言をする事が勿論必要な場面もありますが、黙って聴いてあげられるだけで、どれだけ相手の気持ちを楽にする事ができるか…私の課題です。

さて、エピクトテスは、他にもこんな言葉を残しています。

『人々は、物事の事実そのものに苦しむことなく、その事実の受け止めに苦しんでいる』

例えば、西和賀の「雪」。雪自体は私たちに苦しめよう、悩ませようとして降っている訳ではありませんよね。それでも、真冬に毎日豪雪なんかになってしまうと、嫌な気持ちや下向きな気持ちになってしまうのが私たちです。でも逆に、今年の冬みたいに「雪あかり(雪のイベント)」の前日まで積雪が足りないと、雪あかりを断念した地区もあるなど、逆にお祭りが開催できずにガックリしてしまうことだってあります。普段なら、雪が降らなければ喜んでいるはずの私が、この時はやはり喜ばないでいるわけです。どこまでも、事実そのものではなくて、自己都合の受け止め方で、良い悪いと捉えて苦悩している。苦悩の根源は、人間の受け止め方そのものにある事を見抜いたエピクトテスは、だからこそ、`この受け止めの感覚を磨きなさいよ、`と伝えたのだといひます。

下半期、職場でも、家庭でも、地域でも、起こっている事実の中で、自分自身の事実の受け止め方をその都度点検しながら、進んで参りましょう。まずは今日1日、宜しくお願ひ致します。

(2) 連絡事項 【講話+③+※ 理事長、①~② 生活課長】

- ① 本日のショートステイは、Sさんが10時苑迎えていらっしやいます。
- ② 本日の面会ですが、Tさんに息子さんご夫婦が15時に来苑されます。
- ③ 今月の行事予定ですが、14日祝日は『敬老を祝う友愛訪問』が15時からあります。22日は岩手県実地指導が1日あります。27日はオカリナ演奏者が10時30分より来苑されます。

※ 追伸：今月より、リフレッシュ休暇対象職員数名ずつ開始しています。