



相談室だより

エピソードII

発行所 第53号
佐藤 和弘

人の心はしゃれたことをする

～ やりたいことは 明確に意識できない?! ～

さまざまな情報を仕入れて、頭で整理して自分の仕事を決めつつも
になっても、それがすべてだと思えないほうがいい。ましてや「君の好き
なことをはっきりさせよう」とか、「あなたの個性に向いている仕事を
探そう」と周囲から詰め寄られても、無理やり答えを出さなくていい
と思います。なんとなくいやだと感じる心の動きを塗り込めてはいけ
ない。

仕事は自己実現であると言われるけど、私はひとつの大切な仮面
だとも思っています。つまり、本当の自分ができないことを仕事で実現す
ることだってできる。たとえば、医者仲間でも、個人的には人とコミュ
ニケーションすることが苦手で悩んでいるけれど、白衣を着て患者さんに
向き合くと、優しく根気よく話に耳を傾けることができるという。個人
的には人見知り、なのに仕事では本当に親身で世話好き。よくある
ことです。

だから人間は一枚の岩ではないということですね。あなたが頭で考えてや
りたいと選んだ仕事で、もし相当な努力をしても続けられないとしたら、こ
ちではないよと心がサインを出しているのだと思います。失敗するのは大切な
ことで、方向を見つめるチャンスだと考えればいい。揺れ動いて、寄り道
して歩く。心はそういうしゃれた働きで教えてくれます。

(平成18年8月27日(日)朝日新聞 精神科医 香山 リカさんのインタビュー記事より)

いずれにせよ自分自身の“心”としっかり向き合うことが大切だということだ
と思います。秋の夜長、ぜひ自分の“心”と「対話」してみてもどうでしょうか。