

第15回 発想の転換

真面目に努力して働いているのに、何故か息苦しさを感じて停滞することはないだろうか？ふと気を抜くと、漠然と不安が襲ってきたり、意欲をなくしていたり。そんな時に思う、「いったい自分は何のために働いているのだろうか？」を検証することが解決のヒントになるかも知れない。

「生きていくために必要だから」、「家族に対する義務だから」が理由だと、機械的に働いていて、あまり壁にはぶつからないかも知れない。けれど、もし「人に認められたいから」という一心で仕事を頑張っているならば、なかなか幸福にはなれないものだ。何故ならその背景に「自分が愛されたい。必要とされたい」という強い思いが存在するからだ。それは言い方を変えれば「人から奪う愛」とも言える。ベ

クトルの向きを自分に向かわせようとすることに集中し、思い通りにならないと焦り、苛立ち、自信喪失に陥って将来に不安を感じてしまう。

そうではなく、発想を変えて「自分から周囲に愛を与える」立場に立とうと決意することが大事だ。相手のことを考えて丁寧な仕事をする。相手の意表を突くような感動を与える。誰に評価されずとも、褒められずとも、人の役に立つような生き方を、身近なところからコツコツと実践していると、いつの間にか自分に向かうベクトルも増えていることに気づくはずだ。

医学博士 木村謙介

北海道大学医学部卒。慶應義塾大学医学部循環器内科専任講師などを歴任。米カリフォルニア大学サンディエゴ校医学部留学、最先端の基礎医学と豊富な臨床経験を持つ。「大きな病気を発症する前にその芽を摘み取る方が医療レベルは高いはず」の信念で2012年、きむら内科クリニックを開設。



きむら内科クリニック TEL 044(981)6617

麻生区片平5-24-15 きむら内科クリニック 麻生区 [検索](#)