医学博士のメディカル・コラム

病気が教えてくれるもの

第32回　人間関係の奥義

ある一面だけを観て評価し、そこに心の置き場所を決めてしまうと、可能性を狭める結果、大きなチャンスを失うことがある。特に人間関係においては、職場でも、あるいは長年付き合ってきた夫婦でも、相手を「こういう人」だと決め付けてしまうと、常にその見方で相手の心を読み解こうとするため、いつまでも相手が「こういう人」のままであり続ける。

外国人がたまたま長雨の続く梅雨の季節に日本を訪れたとしたら、日本に対してどのような印象を持つであろうか？「あんなジメジメした国に行くのは二度とご免だ」と考えるか、「別の季節にはきっと素晴らしさがあるはずだ」と考えるかどうかで、チャンスをつかめるか否かが大きく異なってくる。この違いはきっと、物事には必ず良い面があることを信じ、心を一点にだけ留めないで、柔軟に全体を評価しようとする意識の違いにある。

人間関係においては、自分が観た相手の人物像に対して、一方的にラベルを貼ってしまうことが多い。自分にとって良い人、悪い人、優しい人、怖い人、役に立つ人、立たない人のように二元論で判断してしまう前に、自分には見えていない相手の良さを信じる心や、それを見つけようとする努力、逆に自分は相手からどう見えているのか、自分が相手に求めている「理想」を、自分は相手に提供しているのかどうかの検証も必要である。

自分だけではなく相手もまた、様々な問題を抱えつつ、ひたすら幸福を求めて生きている存在である。変わらない相手に業を煮やすよりも、相手を観る自分の意識を変えるほうが、遥かに平和的で、効率的でもある。人は、人の存在があってこそ成長出来る存在なのだ。

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。

医療法人
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