

~自分を知ること~

自分。半世紀以上生きてきた自分の事なのに、私は自分をよく解っていないかも……。

様々な人権課題解決のための仕事に携わるようになって3年が終わろうとしている。最近とみに他人を理解するのと同じくらい自分という人間を知り再確認しなくちゃいけないって、そう思っている。「自分を知ることによって人権感覚を磨く」ことは「すべての人のあらゆる人権に十分配慮でき、市民の気持ちに寄り添える存在」になるためには、忘れてはならないことだろう。

心理学……とか難しいことは解らないけれど『他人のことは見えていても自分自身のことはよく見えていない』という現実を、この歳になって改めて気づき真剣に考え出した自分。

人生100年時代と考えれば、自分はまだ折り返し地点。これからは気持ちを切り替え意識することで自分を客観的に見る努力を繰り返せば、おのずと自分という本質を認識できるようになる。いや、ならなければ……と真に想う。

そうすれば、他人に対しても『あの人は、きっとああいう人なんだ！』とか『この人は、きっとあれが得意でこれが苦手なんだな』って他人を責める前に自分もそういう所あるし仕方ないなって思える、寛容な人間になれるような気がする。

こんな50代半ばのおばちゃんでも「のびしろ」はあるのかな???

パートナーや家族、身近な人に対する愚痴が止まらなかった自分だけど、自分というものを知ることで少しでも寛大な心で人と接することが出来、相手の立場に立って物事を考えられる……そういう自分であり続けたいと素直に想う今日の頃である。

