

～輝きの子育て～

「ボー」とする時間をつくろう！

長い間、買って放置しておいた「人生の名言」というCDの封を切って聞いてみた。そこに心理学者の河合隼雄氏(1928年～2007年)の言葉がありました。

私はこの言葉を聞いて大いに反省しています。私は、生まれてこのかた、周囲の期待にこたえようと努力し、予定表がうまらないと落ち着かない生活を送ってきました。

このCDの内容を紹介します。

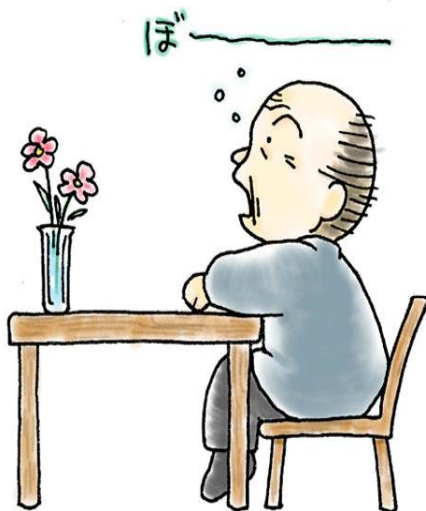
今の人には「何かしなければ」と思い過ぎる。時々は何もしないで「ボー」としている時間を持ったほうがよい。

現代では、何かしているのが当たり前で、何もしないとサボっていると思われてしまう。けれど、わざわざ時間をとって「何もしない」方がより人生が充実するのです。

人間を表す英語は、ヒューマン・ビーイングだが、ビーイング(存在している)に満足している人は少なく、ドゥー(何かしている)を気にするヒューマン・ドゥイングばかりである。みんな「何かしなくては」とあくせく動き回って「俺はこれをやったぞ」とアピールしている。

心理学者のユング(1875年～1961年)の話がある。ユングはアメリカで出会った先住民族プエブロ族の酋長に「白人は眼光するどく、にらみつけるように何かを求めています。白人はいつも何かをほしがっています。いつも落ち着きがなく不安定です。」と言われました。

この言葉にユングは、西欧人は発展を求める過程で心を失い、心で考え、魂で生きる能力を失った。本当に文明的なのは、プエブロ族の方だと思い至った。この考えはヨーロッパの文化を馬鹿にするのかと相手にされませんでした。現代では世界中で理解されています。人間で「ある」だけで、すごいことなのに「なにかしなくては」「よい人にならなくては」と焦ってしまう。これは、みんな間違っています。



人間であることが、どんなに素晴らしいことか、それを忘れてしまっています。そして、「何かしなければ」という考えにとらわれてしまうのです。

隼雄氏はこのように語っています。

日頃、忘れがちな「自分はただ存在するだけで価値がある」ということに気付かせてくれます。心も楽にしてくれます。

時には、何もせず「ボー」と過ごす時間を大切にしたいと思います。

これは、大人に限らず、何かと忙しい子供たちにも、大変必要なことと思います。

雲を眺め、川の流れに目をやり、ボーと見続けたら、森や山並みを見やる時間を作りましょう。