

## 自分のところに正直になること。

まぐまぐ殿堂入り・日刊メールマガジン  
「今日のフォーカスチェンジ」第2344号  
(2010年3月30日発行)より

藤子・F・不二夫さんのまんがのキャラクターに、「小池さん」というひとがいます。このひと、インスタントラーメンが、三度のごはんより、大好きなんです。

その小池さんが、料理の得意なひとと結婚します。小池さんの家にやってくる、奥さんはびっくりします。「まあ、インスタントラーメンばかり食べて！ おいしいラーメンなら、私にまかせて！」。奥さんは、小池さんの健康を考えて、愛情たっぷりのラーメンを手づくりします。

ところが、小池さんは、どんどん元気がなくなっていきます。奥さんの手づくりラーメンは、もちろんうれしいけれども、小池さんは、「インスタントラーメン」が好きなのです。とうとうがまんしきれなくなって、奥さんに隠れて、こっそり、インスタントラーメンを食べ

てしまいます。

でも、それを知った奥さんは、はっと、気づくのです。小池さんの健康に気をつかうことも大切だけれど、自分にとっての幸福は、小池さんと一緒にいて、一緒に幸せを感じることもあって…。

奥さんは、小池さんと一緒に、インスタントラーメンを食べることにしました。二人で一緒に、インスタントラーメンを食べていると、小池さんも奥さんも幸せを感じるのです。一流のレストランのラーメンよりも、もっともっとおいしく感じるのです。

インスタントラーメンの是非は、まあ置いて、私はこのエピソードが大好きです。

子どものころ、このお話は、自分の好きなことを大切にすると幸せになれる、という意味に解釈していました。でも、おとなになって思い返してみると、そこには、もう一つ意味があるように思うのです。自分のところに正直に生きると、相手の正直なところとつ

ながれるということです。

もしも、小池さんが奥さんにあわせて、ずっとインスタントラーメンをがまんしていたら、どうなったでしょうか。きっと、奥さんが奥さんの好きなことをしているのを、ゆるせなくなっていくのではないのでしょうか。

「自分ががまんしているのだから、相手も…」。そして、お互いがお互いをしばりあって、二人とも不幸になってしまうような気がするのです。

まんがのストーリーは、そこで終わっていましたが、もしかしたら、その後の小池さんは、インスタントラーメンだけでなく、奥さんの愛情たっぷりのラーメンも、大好きになっていくのではないのでしょうか。奥さんも、インスタントラーメンを、もっとおいしくつくるワザを、みがいていくのではないのでしょうか。

自分のところに正直になることは、ひとりだけ好きなことをするというのではないのです。それでは、いつか、ひとりぼっちになってしまいます。

自分にOKをあげるぶんだけ、ひとにもOKをあげるということなのです。お互いにOKを出しあって、もしもそこで、ぶつかることが起きたときには、その、お互いの気持ちを尊重しながら、お互いが受け入れられるところを、探していくということなのです。

私もOK。あなたもOK。そしたら、私たちは、あらそうことなく、この世界に共存できるような気がするのです。

そのためにも、まず、自分のところに正直になること。自分が何をやりたのか、やりたくないのかを、きちんと見つめること。それを、しっかりと、伝えるべき相手に伝えていくということ。そこからすべてははじまるように思うのです。

●日刊メールマガジン「今日のフォーカスチェンジ」(かめおかゆみこ編集・発行)は、**2003年11月1日創刊。2010年2月、2300号達成。**3秒で読める携帯版もあり。無料講読は「かめわざ快心塾」から♪

<http://kamewaza.com/>