

## 「私は何も知らない」

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2772号  
(2011年6月2日発行)より

ひとから、ちょっと耳の痛い話を聴く機会がありました。こちらに非があるのですから、何も言えません。

が、こころのなかでは、ついつい、「そうは言っても…」と、反論したくなる自分や、「そんな言いかたをしなくても」と、泣きごとを言いたくなる自分が、顔をのぞかせそうになります。

そんなとき、ふっと、このことばが浮かびました。  
「私は何も知らない」

これ、刑事ドラマとかで、「おれはやってねえ！」ってゆー、あれとはちがいます(笑)。ほんとに、生まれたばかりの赤ちゃんのように、「何も知らない」(すべてを学ぶ)っていう感覚でした。そして実際、そういう気持ちで、聴いてみたのです。

すると、びっくりするくらい、自分のなかの抵抗感が消えていくのがわかりまし

た。

いかに自分が、見栄やうわつらの自尊心などで、自己防衛していたかがわかりました。

ほんとは、ただ聴けばよかっただけなのです。自分はどうかあれ、目の前の相手はこう感じているのだと。自分では見えな

いけれども、相手からはこのように映っているのだと。ただそれだけを受け取ればよかったです。  
意識を変えた瞬間に、相手の伝えようとしていることが、わかるようになりました。いえ、本当の意味でわかったかどうかわかりませんが、少なくとも、言われたことをまっすぐに受け止めようという気持ちにはなれました。

そして、そのぶんだけ、相手のことばが、すっとしみこんでくるのでした。それについて、たいして、「ああ、そうか。そういうことか」「なるほど、そう見えるのか」と、うなずいている自分がいるのでした。

「私は何も知らない」  
ただそう思っただけで、見える世界が、これほどまでに変わってしまうことに、

自分でおどろいてしまいました。

知らないことを卑下するのでもなく、恥じたり、責めたりするのでもなく、ただ、純粹にそう思ったのです。ただ、純粹にそう思ったから、ただ、純粹に、相手のことばも入ってくるようになったのかもかもしれません。

さらには、私(私たち)が、無意識のうちに、そうだと信じている世界も、本当は、自分がそう思っているから、そう意識しているから、そう見えるものに過ぎないということもわかりました。

どちらが正しい・まちがいでではなく、そう見たら、そう見えるのです。そう見なければ、そうは見えないのです。そういう世界を生きていることに、私は、そのとき気づいたのです。

「私は何も知らない」  
しばらく、このことばを、こころに止めておこうと思います。

とりわけ、自分の思いの強いことに関しては、ついつい、自分で勝手にフィルターをかけてしまいます。

赤いサングラスをかけると、何もかもが赤く見えてしまうように、自分の思いこみが、そこに色をつけていないかを、少し気をつけて見てみるようにしたいと思います。

いえ、生きているかぎり、どうしても色をつけてしまうものなのですが、その色に、できるだけとらわれないようにして、見てみたいと思います。

そのためのキーワードが、「私は何も知らない」なのです。生まれたての赤ちゃんのように、まっさらなところで。一瞬、一瞬、世界をとらえ直していけたらと思います。

きっかけをつくってくれた(耳の痛いことを率直に伝えてくれた)相手に、感謝！  
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。2011年3月、  
2700号達成。3秒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/>