

## 過去と他人は変えられない。未来と自分は変えられる

2007年宮崎中央新聞に以下の言葉がでていました。「過去と他人は変えられない。未来と自分は変えられる」。飼料費の高騰、燃料の高騰、全ての生産資材が上昇する時、今何をすれば酪農家はよいのでしょうか。少なくとも他人が悪い、政府が悪い、農協が悪いなどと言っても何も変わりません。自分ができることを少しずつ行い、自分と未来を変えましょう。

気持ちを切り替えることで、今日しなくてはいけないこと、明日しなくてはいけないことが明確になります。できることできないことを明確にし、まずは1歩から。

この言葉は、本当は「ブッシュ」アメリカ大統領に贈りたい言葉です。イラクの武力行使、アフガニスタン、クエートの侵攻など、この8年間にどれくらい戦争を行い、どれくらいの人が死んだであろうか。アメリカは、自分たちが一番、自分たちが世界の標準などと思いがり、自分たちの価値観をアラブの人たちに押しつけようとする。それがアラブの人の反感を招き、ゲリラ作戦に出る。終わる事のない泥沼に陥る。最後には靴を投げ付けられる事になる。

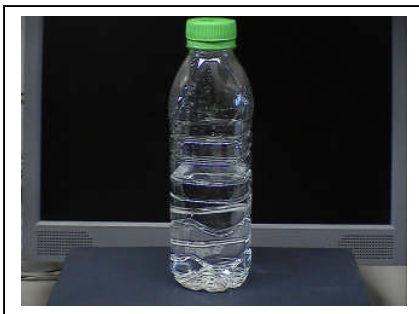
アラブ人を変えようと思ったら、まず自分たちアメリカ人がまず変わり、他人を認める事から始めて欲しい。武力を持って制すれば、出てくるのは反感だけである。9・11事件で死んだ人と、イラクの戦争で死んだ民間人は、同じである。アメリカだけが偉いのではない。

鯨の食文化を認めよ。犬の食文化を認めよ。牛を食べない文化を認めよ。

夫婦も、親子も同じである。変わって欲しいければ、自分が変わる事がどうも一番のようである。仕事をしない息子に、いくら言っても無理。仕事がおもしろい事を教える。何でも親が決めつけない。やらせなければ、いつまでも出来るようにはならない。第3者を交えての話し合いが必要です。当事者同士では、喧嘩になる可能性が高い。

自分が変わるための第1歩 「ありがとう」を言葉に出して発する。「どうも」は日本語からなくする。感謝の言葉が、一番人を変える力を持っているようだ。

自分の見方により相手はどう思うだろうか？



喉が渴いている時に、水が半分入っているペットボトルを渡された。その時あなたは思うか？

半分しか残っていないと怒る。(否定的な見方)

半分も入っていてうれしい。(肯定的な見方)

半分も残してくれてありがとう。(感謝的な見方)

ひすいこうたろう氏の著書「名言セラピー」より