



え・たむらかづみ

# 好き嫌いは 心の癖の反映

## 知

人に勧められて倫理法人会に入会したFさん。まだ半年ですが、毎週の経営者モーニングセミナー（以下MS）に参加すると、普段の生活では得ることができない様々な「気づき」があります。そして、すぐにできそうなのは、周りからアドバイスももらいながら行動に移し、仕事や家庭で活かしています。

ある日のことです。いつものようにMSに参加すると、講師から次のような質問がありました。

「皆さん、食べ物の好き嫌いはありませんか？ 好き嫌いの原因は、食べ物ではなく、自分自身にあります。自分の心が決めているのです。その心は人の好き嫌いにもつながります」

その日の講師は、保育園の経営者でした。長年、子供と接してきた経験からの話でした。Fさんは「なぜ食べ物の好き嫌いが、人の好き嫌いに関係するのだろうか？」と疑問に感じましたが、良い機会だと思いい、自分自身のことを振り返って見たのです。

Fさんにはどうしても口にすることができない食べ物有二つありました。それはキュウリとスイカです。その背景には、少年時代の体験があります。

カブトムシ採集が大好きだったFさん、そのカブトムシを飼う時のエサはキュウリとスイカでした。ある夏の日、暑さでキュウリとスイカを腐らせてしまい、その匂いを嗅いで、Fさんは気分が悪くなりました。その日以来、食べるのができなくなりました。

しかし、講師から「食べ物の好き嫌いは、人の好き嫌いにつながる」と聞いたことが気になります。

そこで講師に倫理指導を受けました。Fさんがこれまでの経緯を話すと、講師から「Fさん、あなたには二つの癖がありますね」と指摘されたのです。

「物事を第一印象で決めつける癖と、過去にとらわれる癖です。食べ物に限らず、人との接し方も同じではないですか？」  
たしかに、Fさんには思い当たることがありました。初めて会っ

た人に対して、「良い人そうだな」〈このタイプは合わない〉と判断し、苦手な人とは積極的に関わろうとしませんでした。また、過去に嫌な思いをさせられた相手や、言い争いをした相手には、いつまでも悪い印象を持っていました。

〈なるほど、こういうところに二つのつながりがあるかもしれない〉と考えたFさん。家への帰路で、キュウリとスイカを食べてみようと思いい立ちました。そして、すぐに実行するべく、近所のスーパーに立ち寄り、キュウリとスイカを購入しました。生まれて初めてのことでした。

数十年ぶりに口にしたキュウリとスイカは、頭の中にあるイメージとは違い、みずみずしく、おいしく感じました。むしろ、〈この味を知らなかったのは、何十年も損をした〉とさえ感じたのです。

この体験を通じて、人との接し方も見直したFさん。苦手な人も①先手で声かけ②相手の目を見る③話をよく聴く、これらを一所懸命実践しているところです。