

「仕事」にも不思議な効力がある！

## 4 2. 仕事、発想、人間関係を変える心のトレーニング

職場の人間関係や男女の関係がうまくいかないのは、心理的な独り相撲が原因です。

---

目まぐるしく変わる世の中で、自分自身を変える必要があると思っている人は少なくないはずです。仕事も生活のあり方も発想も、何もかも従来の習慣的な方法では人生がうまくいかなくなってきています。でも、自分を変えることはそう簡単ではありません。

一人の女性が、仕事がうまくいかず、今の自分を変えたいと思っていました。毎日がイライラの連続で、少しも楽しめないからです。彼女は若く有能でしたが、感受性が強すぎ、周囲の人間とうまくやっていくことが苦手でした。

職場の同僚から先輩、上役までが自分を敵視して、自分の心を傷つけているとつねに感じていました。マーフィー博士は、彼女の話聞いて、原因は先輩にも同僚にも上役にもまったくないのだということを彼女に説明しました。

「あなたが腹を立てているのは自分自身に対してなのです。その気持ちが職場のほかの者たちに自分を傷つける力を与えてしまっているのです」

博士の勧めで彼女は次のように考えることにしました。

「私の上役、同僚、先輩のすべての言動は、神がその人たちを通じて私にくださるメッセージなのです。神は私を愛し、私のためを思ってくれているので、その人たちを通じてくださるメッセージもすべて私のためになるものばかりです」

こう思い定めるようになると、彼女は心が広くなり、つまらないことでいらだつことがなくなり、もとの愛らしくて評判のよい女性に戻りました。彼女は結局、独り相撲をしていたのです。

彼女は神の愛を信じることで、すべての人を神の代理人と解釈するようになりました。そうすると、それまでだったら腹を立てていたような言動も、素直に受け入れられるようになったのです。

職場の人間関係や男女の関係がうまくいかない人のほとんどは、心理的な独り相撲をしていると考えられます。実際に敵意を持つ人がいるかも知れませんが、その人も同じように独り相撲をしているのです。そう思えば、自分に向けられたイヤな言葉も、寛容に聞き流せます。神の愛を身近に感じると、内容に関わらず、すべてが楽しくなってきます。

---