



夏見台幼稚園・保育園 ニュースレター 2024.4.10 号

園主の鳥居徹也です。夏見台幼稚園・保育園でのこだわりをニュースレターにまとめます。どうぞご覧ください。※配信停止の方はお手数ですがメールまたはお電話でどうぞ(info@trepont.jp まで)

〒273-0866 船橋市夏見台 2-16-1 夏見台幼保園
電話:047-429-7231

おさがせ”石田純一”の妻であること

昨年の5月、船橋駅北口に高級焼き肉店「ジュンチャン」がオープンしました。オーナーは芸人の石田純一さん。



その石田さんといえば、コロナ禍の真っ最中に、マスクなしで飲み会に参加しニュースになりました。その他にも、その自由(?)な言動でたびたび世間を騒がせています。

大変なのが奥さん。東尾理子さんは元プロゴルファー。お父さんは元プロ野球選手の東尾修さんで、石田さんとほとんど年齢がかわらない「年の差婚」として話題になりました。

私はある雑誌のインタビューを見つけました。「旦那が石田純一さんだと大変じゃないですか?」という問いへの答えが以下のものでした。

**過去と他人は
変えられない
私は未来と自分
を変える**

「今、ここ」



「自分を変える」とはネガティブな意味ではありません。相手の意見に押されてやむをえず自分の意見を変える、ではなく…

「心を変える」とは

心の「構え」の変換

~~他律~~ ⇨ 自律

心の「構え」の質的変換です。相手は石田純一、こちらが期待するような反応はしてくれない。そしてイライラする。これでは他律的な生き方になる。主導権は相手にあるから。

そうではなくて、自律的な生き方に変える。相手には期待せず、自分のやるべきことをやり、言うべきことをいう。「今、ここ」に注力する。その結果は…期待はしない。

そういう意味だと私は思いました。

東尾理子さんのこの言葉は、どうやら心理学者アドラーの言葉のようです。何年か前に『嫌われる勇気』（ダイヤモンド社）がベストセラーになりました。そのアドラーです。

アドラーはまたこうも言っています。

すべての悩みは 対人関係の悩みである



あらゆる悩みは「対人関係」に集約されるということです。私たちはなぜ悩むのか?それは、

**「こちらが望む答えを相手が返してこない」
「相手から期待通りの答えが返ってこない」**

それが対人関係の大きな悩みではないでしょうか？しかし、

「人の心はコントロールできない」

ものです。あるいは、人の心とは本来コントロールしてはいけないともいえます。

私たちが集中すべきなのは、相手からの反応ではなく、自分が今何を思い、発言し、行動するかです。それが「他人軸」から「自分軸」への生き方の変換です。それが主体的に生きる意味です。

そしてここが不思議なところなのですが、そうすると実は相手が自分の思うとおりにになってしまうというパラドックスです。芸能界の仕事をどんどん失っていった石田さんは、結果的に、家族を養っていくために慣れない飲食店の仕事に飛び込むことになりました。



「外か内か」。このテーマは私が好んで説明会で使うものです。外よりも内側が大事だと。そしてこれは、結果（外）とプロセス（内）の対立でもあります。

結果 **不安**

VS

プロセス

結果にはつねに「不安」がつきまといます。「失敗したらどうしよう」「ミスしたらなんて言われるだろう」。結果がよかったらよかったで「今度はうまくいくかな？」。

結果に主眼を置く限り、不安からは逃れられません。そしてこの「不安」とは現代の病です。SNSの普及により、若い世代のうつが増えていきます。他人の評価をつねに気にします。「外」が重要な価値基準になっているのです。

それを「内：プロセス」に引き戻さねばなりません。外の評価に振り回されず、「これが私だ！」と静かに宣言できる生き方が望まれます。

子どもたちが集中して遊び込んでいる姿は、まさに、今この瞬間を満喫しているといった感じです。「童心に帰る」とか「遊び心を忘れない」など、「結果」にとらわれず「プロセス」に集中する生き方ができれば、私たち大人の人生も変わってくるのではないだろうか、大変難しいことながら考える日々です。

（終）