

6月13日（月）

今日も心のお話をします。

みなさんは 目は、口ほどにものをいう という言葉を知っていますか。

目が、本当に言葉を話したら大変です。けれども、目で見ている様子や、見ている方向によって、口で話すのと同じくらいに、いろいろなことを相手に伝えることができます。

例えば、ないしょばなしをしながら誰かの方を見ると、見られた人は、「あの人たちは、自分のことを話しているのかな。悪口を言われていたらどうしよう。」と思うかもしれません。

特に、先週お話をした心の色や形の中にあっような「くしゃくしゃな心」だったり、「とげとげした心」だったりすると、誰かが自分の方を見ているだけで、心配になることがあります。

ないしょ話をしながらこちらを見ている、もしかしたら、「ねえねえ、今日の給食のおかず、なんだろうね。」とか、「今日、帰ったらどこで何をして遊ぼうか。」とか、まったく悪口ではないことを話しているかもしれません。

でも、人間は、気に入らない相手に向かって、強い視線でじろりとにらんだり、反対に、絶対にその人の方を見ないで無視をしたりすることができます。

「目は、口ほどにものをいう」

見るときの方向や、目のやさしさ・するどさ、見るスピードなどによって、相手に与える雰囲気が変わります。相手が、全然、怒ってもいないし、その人のことを気にしてもいないのに、勝手に自分で誤解をしてしまって、長い間、友達といっしょに遊べなかったり、口をきくことができなかつたりすることもあるかもしれません。

今週は、心の色や形に加えて、目で見るときの心についても、少し考えて見ましょう。

そして、少しでも心が疲れたら、誰かに相談できるとよいですね。