潮流

鳥取大学医学部准教授　高塚 人志

あいさつは人の心をつなぐ心の懸け橋

なぜ「あいさつ」は大切なのでしょう？　私たちは、幼いころから「『あいさつ』はとても大切だよ」「『あいさつ』をしましょう」と言われ続けてきました。地域でも「あいさつ運動」は盛んです。企業の社訓でもあいさつの励行を掲げているところが少なくありません。

その一方で、なぜ「あいさつ」が大切なのかを考えることは、ほとんどないのが現実ではないでしょうか？

私は、大学のコミュニケーション授業で、「なぜ『あいさつ』をするのでしょうか？」と問いかけるようにしています。それに対して学生たちは、「正直、『あいさつ』について何をいまさら学ぶことがあるのかと思った。でも、あらためて理由を質問されるととても困ってしまった」とか、「いつも何気なくしていたので、理由を考えたことがなかった」という感想を寄せてくれます。それは学生たちだけでなく、大人対象の研修でも同じです。

しかし授業や研修を通して、学生や受講者たちはあいさつをする意義に気づいていきます。たとえば、「人と話をするきっかけになる」「相手に関心があることを伝えられる」「心を通わせることができる」「お互いの関わりを深め、相手といい関係をつくるきっかけになる」など。特に、体験学習を通して気づいたことをグループのメンバーとわかち合う時間をとることで、他者の考えに驚き、刺激を受けながら気づきを深めていくようです。

さて、仏教用語では「あいさつ（挨拶）」には「心を開いて他者に近づく」という意味があるようです。人が出会い、お互いに心を開いて相手に近づいていくことが「あいさつ」なのですね。たとえば「こんにちは」は、「今日はご機嫌いかがですか」を略したそうです。

大切なことは言葉にすることです。たとえ相手を思う心があっても、思っているだけでは伝わりません。それは「こんにちは」だけでなく、「おはようございます」や「ありがとう」も同じことです。朝の「おはようございます！」には、「昨日は遅くまでお仕事お疲れさまでした。今日もお互い元気で会えましたね。今日もお互いにいい仕事をしようね。がんばろうね」という気持ちを、相手の心に届ける力があります。

このように、あいさつは人と人との心をつなぐ心の懸け橋なのですね。では、実際に〝心に橋を懸ける〟ためにはどうしたらよいでしょうか？

まず「あいさつ」には懸け橋になる力があることを理解することです。その上で、相手のことを思う気持ちを込めて、目を見て伝えることが何より大切です。ただ形だけでは、他者に不快感を与えてしまうことがあります。

ACのコマーシャルの「あいさつするたび　ともだち　ふえるね」というメッセージを覚えている方は多いと思います。「あいさつ」を届けると、いい気持ちになる。さらに「あいさつ」を届けられると、もっといい気持ちになります。「あいさつ」によって、相手への思いやりと感謝の気持ちを伝え、お互いに気持ちよく生きていくことができます。だからこそ、あいさつは人と人との心をつなぐ心の懸け橋になるのです。

一日は「おはようございます」から始まり、「おやすみなさい」で終わります。そんな「あいさつ」があふれる毎日が送れたらいいですね。

（琴浦町）