

先日、自宅前を30℃を超える暑い中、両手杖をつきながらゆっくりゆっくり歩いていらっしゃるおばあちゃんを見かけました。両脚ともに不自由なご様子なのに、ひとりで歩いていらっしゃる姿に、とても頭が下がる思いで、「お散歩ですか？」と声をかけました。

「はい。暑いですねえ。」

「ホントに。朝は曇っていて過ごしやすいかったのに、今になって急に暑くなっちゃいましたね。大変ですね。」

「ホントにねえ。(笑)」

そして私が家に入ろうと玄関へ向かったとき、

「お声をかけてくださってありがとうございます。」とおばあちゃん。

とても胸が熱くなってしまう、「お休みしながらゆっくり行かれてくださいね。」とこちらもまた声をかけ、お互いに笑顔で別れました。

とてもすてきな心の交流が持てたひとときでした。おばあちゃんはきっと脚のリハビリの意味もあって歩かれていたんだと思います。声をかける前、近所の家のブロックに腰を掛けて休んでいるおばあちゃんを車の中から見ていたので、“あそこからここまで、両脚が不自由な状態をひとりで杖をついて歩いてこられたんだ”という気持ちが、“すごいなあ”という尊敬の念になり、自然におばあちゃんと言葉を交わしたくなってしまったんです。

心地よい交流ができているとき、お互いの心の中には相手を思いやり、尊敬（尊重）したり、感謝したりする気持ちがあるものです。裏を返せば、居心地の悪い嫌な気分になる交流が起きているときは、相手を見下したり、否定したり、拒絶したりする気持ちがあるということではないでしょうか。

心地よい交流をしたいと思うなら、まずは自分の側から相手を思いやり、尊重する気持ちを持つこと。これが大切なことだと私は思います。