

聞き上手の『ほうほう』

暗い道を、一人の男の人がとぼとぼ歩いています。自分の失敗にすっかり落ち込んでいました。すると突然、「ホー、ホー」という声に、ハッとしました。夜の静寂さの中に響くその声には不思議な包容力があります。まるで「ほう、そうなのかい。ほう、なるほど」と言ってくれているかのように…。それは、大木に止まっていたフクロウでした。

「あのフクロウ、俺の気持ちをわかってくれているのかなあ…」フクロウの「ホー、ホー」に励まされ、その人は再び頑張ってみようと思えました。

フクロウの聞き上手は昔から有名です。賢いフクロウは、おしゃべりするより、聞くことが大切だと心得ており、理解を示す優しさを持っていました。聞き上手の『ほうほう』を学びたいなら、フクロウの「ほう、ほう」を覚えて下さい。

人は普通、まず自分の必要を満たしたいと思うものです。その必要の一つは、『話を聞いてもらうこと』です。自分の気持ちを理解してもらいたいのです。ただ、「誰かに聞いてほしい」という気持ちにはなっても、なかなか「あの人の話を聞いてあげたい」とはならないのが人間性です。

その上、コンピューターや機械を相手にすることが増え、人と接する時間が減っているこの時代にあって、コミュニケーション能力が退化しているとしても不思議ではありません。職場でも学校でも家庭でも、「気持ちをどう表現したらいいかわからない」「どうやって会話を続けたいかわからない」「話せる相手がない」といった悩みを抱えている人が大勢います。

「私は誰とでも気軽に話せるし、恥ずかしがりやではないから大丈夫」と思う人もいることでしょう。けれども、多くの人は、聞き上手になることの大切さについて認識が薄いようです。コミュニケーションというと、『話す』ことを考えがちですが、『聞く』ことはそれに劣らず大切です。

「人はすべて、聞くに早く、語るにおそく、怒るにおそくあるべきである。」(ヤコブ1:19) これは、聖書の言葉ですが、ある人が次のようなことを言いました。「神様は、話すより聞くことが大切だと知っていたので、耳を二つ、口を一つにした。しかし人は、生まれて最初の2、3年は一生懸命話すことを学ぶが、残りの人生は、黙っていることを学ばなければならない」と。

これを笑い話として片付けることはできません。聞いてくれる人がいないことで、精神的に参ったり、孤独の世界に閉じこもったりしてしまう人が増えているのですから。しかし、ただ黙って聞けば問題が解決するわけでもありません。人が求めるのは、『心』を聞いてもらうことです。

多くの人は、忙しすぎるか話を聞くのに疲れ、『聞き流す』になってしまいます。それには、話す側の話し方や話題やタイミングにも問題があるかもしれませんが、それでも、相手が言わんとすることを理解しようという心の姿勢がやはり大切です。

『心』を聞く助けになるのは、あいづちを打ち、相手の気持ちを柔らかく受け止めたり、「どうしてそう思うの?」と優しく質問することで、さらに心の内にあるものを引き出してあげることです。また、相手が説明しようとしている事について、うまくいかないと思ったとしても、頭ごなしに反対したりせず、「ほう、なるほど」と言えるだけのオープンさを持つことです。また何よりも、自分の気持ちを相手に集中させること、それは大切な愛の表れです。

コミュニケーションの中に優しさがあり、愛が動機になっているなら、たとえ言葉が伝わなくても、また、時に誤解が生じたとしても、結局はうまくいくでしょう。しかし、ただ自分を満足させ、自分の目的を果たすためのコミュニケーションなら、話す場合にも、聞く場合にも、あまりうまくいきません。

だから、あなたの大切な友人や家族に対して、話すことに費やす倍の集中力を、耳を傾けることに使ってみてはどうでしょう? 賢いフクロウの『ほう、ほう』という聞き方をあなたのコミュニケーションの『方法』に取れ入れてみて下さい。

