

## ほめ称えたときの 夫の笑顔が 「変わるべきは自分」 と気づかせてくれた。

鹿沼教会 谷中身奈さん

谷中身奈さんは、平成16年に結婚、すぐに長女が生まれ、栃木県鹿沼市で新たな生活をスタートした。しかしそれは、価値観の違う夫との葛藤の始まりだった。育児に専念したいと思っていたが、夫は「すぐに働いてほしい」という。そればかりか、生活のあらゆる場面で夫との意識のズレを感じるようになった。子育てで手一杯だった身奈さんは、夫と向き合うことから逃げ続けた。結婚から3年が経ち、二人目の子どもが生まれて間もなく、親身に相談のってくれる知人のアドバイスをきっかけに、夫との関係を見直し始める。ある日、自分の頼み事一所懸命取り組んでくれた夫に、「パパ、ありがとう。すごいね」とほめ称えると、夫は心底うれしそうな顔を見せた。その時、身奈さんは、「変わるべきは自分だったのだ」と気づく。しっかりと向き合うことで、夫との距離がどんどん近づいていった。いま、身奈さんは苦悩の日々を乗り越えて、ほんとうの幸せを手に入れた。



## ほめ称える

ほめられる——つまり人から認められ、肯定されてこそ人は前向きになれる、より持ち味が発揮できます。一方、人にほめられるとつい有頂天うちやうてんになります。また、誇そしられると落ちこむ人がいます。しかし、世の中には自分をほめる人と誇る人が半分ずついてちようどいい、という考え方もあります。ですから、ほめられたときには「自分を嫌う人もいるはずだ」と自戒じかいし、誇られても「足を引っ張る人がいてくれるから成長できる」と感謝していると、心がどんどん豊かになるに違いありません。そうして人と人が讃歎さんたんしあい、磨きあうことで自他ともに成長していけるのです。

# 立正佼成会