

来週の聖句を紹介します。

「柔らかな応答は憤りを静め、傷つける言葉は怒りをあおる」箴言 15 章 1 節

私がこの聖句を見たとき、まず目に入ってきたのは聖句後半にある「傷つける言葉は怒りをあおる」という部分です。傷つける言葉が引き起こす感情が「悲しみ」ではなく「怒り」であるということが気になりなした。よく、「怒り」の感情は二次感情だと言われています。悲しみや寂しさ、心配など、最初に訪れる感情が一次感情であり、そのような気持ちに蓋をするために生まれる感情が二次感情である「怒り」なのです。例えば、映画やドラマのワンシーンで、帰りが遅くなった子供に対して「どこにいたのよ！」と家族が叱ったり、受験で失敗してしまったときに悲しみよりもむしろ、怒りや清々しいという感情が勝ってしまったりという場面を想像できると思います。これらはもしかすると、無意識的にその時の一次感情に蓋をするために引き起こされた行動なのかもしれません。この聖句は「怒り」という感情で置き換えられてしまった、言葉とは裏腹な相手を心配する気持ち、やるせなさや悲しい気持ちを汲みとろうとすることの大切さを教えてくれているのだと思います。「怒り」は衝撃的で強い感情のため誤解されやすいですが、本当は思いやりの気持ちが隠れていたり、だれにも相談できない痛みを抱えていたりするということを忘れてはいけません。痛みや悲しみが膨らんでいけばいくほど、怒りの感情は大きくなり、取り返しのつかない状況になるかもしれません。だからこそ、この聖句の前半部分で言われているように、柔らかな応答が必要になってくるのです。それでは、この「柔らかな応答」とはいったいどのようなことを言っているのでしょうか。単に優しい言葉を投げかけることだけが最善であるという意味ではありません。相手の感情の奥にあるものを感じ取ろうとする姿勢そのものだと思います。たとえ相手が怒りという形でしか表現できなかったとしても、「その言葉の裏にどんな思いがあるのだろうか？」と一歩踏み込んで想像することが本当の意味での“応答”なのかもしれません。私たちは普段、自分のものさしだけで言葉を発してしまいがちです。悪気のないその一言が相手を深く傷つけることもあります。心ない一言ほど破壊力があるのは、それがあまりにも無防備な状態で届いてしまうからです。私たちが少しだけ想像力を働かせ、丁寧に言葉を選ぶことで、誰かの心をそっと守ることができるかもしれません。しかし、誰もが不完全であり、時には心ない言葉を発してしまうこともあるかもしれません。けれど、そのことに気づき、次の一言を少しでも優しくできたなら、それはより良い関係やよりよい自分に近づけるのではないのでしょうか。

「柔らかな応答は憤りを静め、傷つける言葉は怒りをあおる」