

“言い訳は逃げるため、人のせいは自分が楽になるため・・・”

皆さんは、今年度の初めに立てた目標を覚えていますか？その目標に向かって頑張れていますか？「毎日3時間勉強する」、「夜9時以降にスマホは見ない」、「自分から積極的に挨拶をする」などいろいろな目標を決めたのではないのでしょうか？今年度も2カ月以上が過ぎました。気が付けば、夏休みまであと1カ月です。皆さんは、今、目標に向かって頑張れていますか？もう挫折してしまっている人はいませんか？自分は、何かを決めてやろうとしてスタートしても何日か経つと「今日は、仕事が忙しかったから・・・」とか「今日は何となく体がだるいから・・・」などと言い訳を作ってさぼってしまうところがあります。よく“三日坊主”と言われるものです。人は弱いので、何かをさぼるとき、嫌なことから逃げるとき、上手くいかなかった（失敗した）とき、何かしら言い訳を考えて、自分を納得させることができます。また、上手くいかなかったときなどは、人のせいにして自分を守り、自分を正当化することができます。よく言われるのは、“言い訳”は、目の前のことから逃げるための言葉で、“人のせい”にするのは、目の前の良くない結果を振り返ることができず、自分の責任ではないということで安心するための言葉（行為）です。ほとんどの人は、この2つを使ってしまったことがあるのではないのでしょうか。もちろん自分も何度もあります。ただ、“言い訳”を言い続けていても何も変わらないし、やらなくてはいけないことがたまるばかりで、周りからどんどん置いて行かれてしまいます。“人のせい”も同様で、周りからの信頼をなくすだけなので、自身の成長に全くつながりません。そう考えるようになってからは、ずいぶん少なくなったと思います。そして、何よりも、“言い訳”を言い、“人のせい”にしている自分とこの先も一生付き合っていくのかと考えると嫌だなあと思うようになりました。自分の言葉や行動は、いずれ自分に返ってきます。言い訳をしないで、努力を続ければその結果が返ってきます。人のせいにしないで、良くない結果を自分の責任と受け止め、次どうしようかと考えることができれば、自分の成長につながります。自分もそうですが、皆さんも“言い訳”“人のせい”をできる限り失くして、今年度立てた目標に向かって頑張っていきましょう。これができれば“自律”することにもつながります。

最近のニュースでは、『誰でもいいから、傷つけたかった・・・』など無差別に人を傷つけ、命を奪う事件が増えています。その理由は『誰も自分のことをわかってくれない』『周りは何もしてくれない』『何もかもが嫌になった』で、親のせい、学校のせい、会社のせい、社会のせいだそうです。全てを人のせいにしています。いつも言い訳をして、逃げて、楽な道を選んだ結果がこういう事件を生んでいるような気がします。じゃあその人は他の人のことをわかろうとしたのか？自分の周りの人のために何かしたのか？・・・おそらく何もしていません。世界の中心に自分がいるのでしょう。何でも言い訳、人のせいにして自分は何もしない・・・そして人を傷つける。お互い、絶対にこうはなりたくないですね。