



ポジティブな言葉でコロナ危機を乗り越えよう！

新型コロナウイルス感染の収束が見通せない中、感染者への誹謗、中傷だけでなく、医療従事者の方々への嫌がらせや差別が3か月で約700件にも上ったという報道がありました。

コロナ禍で不安が増す世相を反映してか、批判的な言葉やネガティブ（否定的）用語が蔓延しているようにも感じます。

さて、日本には、昔から「言霊（ことだま）信仰」があり「言葉には魂が宿っている」という考えがあります。また、聖書の中の創世記にも「はじめに言葉ありき。言葉は神とともにあり。言葉は神なりき。」という一節があります。

時代や国の東西を問わず、「言葉はとても大切である」「言葉には不思議な力が宿っている」と説かれていることが奇遇ですし、興味深くもあります。



人は、口に出した言葉について、脳が根拠付けを行おうとする習性があり、自ら発した言葉と矛盾しないような心持ちを無意識に抱くようになるそうです。たとえば、「ありがとう」と感謝の言葉を使っていると、平穏に暮らせる毎日がありがたく思えるようになるのは、そのためだそうです。

大正から昭和にかけて活躍した思想家の中村天風は、言葉の持つ影響を次のように述べています。

気高い言葉、勇気の湧く言葉、すなわち積極的な言葉を表現した場合には、生命のいっさいがきわめて状態のいい事実になって現れるが、消極的な言葉で表現される怒りや恐れ、哀しみや悶え、迷いや悩みが遠慮なく口から出される場合は、それで神経系統の生活機能まで影響を受けて、自分のもとより聞かされた相手まで、健康や運命のうえに恐ろしい結果をもたらすことになる。

私たちは、体調が悪いとつい「ああ、きつい」とか「・・・が痛い」とか口に出してしまいがちですが、それで症状が軽くなることはありません。その言葉を聞くと、聞かされた方も憂鬱になってしまいます。「ネガティブ（否定的）な言葉は、周囲まで暗くしてしまう」——このことを肝に銘じておきたいものです。特に、子どもたちの前で怒りや不満、愚痴など消極的で否定的なネガティブ言葉を使用することは慎まなければなりません。大人でも言葉の影響を受けるのですから、子どもへの影響は計り知れません。

コロナ禍で、ともすればネガティブ（否定的）な発言が多く聞かれる世相ではありますが、できるだけ前向きでポジティブ（肯定的）な言葉、元気が出る言葉、勇気の湧く言葉、励ましの言葉、優しく思いやりのある言葉などを使っていきたいものです。そうすることが、まずは自分に元気を与え、子どもたちや周囲の方々にも元気や勇気を伝えていけるのではないのでしょうか。

また、「言葉には力がある」とも言われます。

「こうなりたい」「きっとできる」と、いつも前向きな言葉を発して努力していると、夢の実現へ一歩ずつ近付いていける。——そう信じて夢をかなえた方々の体験談や実践談を、子どもたちにも伝えていきたいものです。

