

# 人権コラム 心、豊かに

## ◆ 「忙しい」は心の一部

多くの用事に追われて暇がない、せかせかして落ち着かない、そんな状態が「忙しい」であり、忙しいがいっぱい詰まった状態が「多忙」です。「忙しい」は、日常社会のあちこちで使われていますが、時間的な状態より「心の状態」を表す言葉として使われることが多いようです。

例えば、「仕事が忙しく、他のことをする時間がない」といった話を耳にするときがあります。しかし、「仕事が忙しい」＝「他のことをする時間がない」の主張は、全面的に認められるでしょうか。すべての人がこの理論を押し通してしまえば、家庭はもちろん、地域社会は成り立たなくなってしまいます。「仕事が忙しいからできない」は、「仕事が何事にも優先される」といった凝り固まった心の状態が表れているような気がします。

また、多忙の訴えは人間関係や信頼関係を崩してしまうこともあります。自分が必要とされ貴重な存在であることをアピールする自己満足や自己陶酔的な心理、さらには「逃げる」口実に捉えられることがあるなど、「忙しい」の主張は対話をストップさせ、前向きな行動や社会の発展を封じてしまいがちです。

「忙しい」が、誤解を与えず綺麗に表現されるのは、相手を敬うときなどではないでしょうか。「お忙しいところ申し訳ありません」「多忙な折に来てくださってありがとう」など、相手に敬意を示し、相手との距離を近くする有効な使い方があるはずです。

本当に多忙な状況に苦しんでいる人がいれば、支えの手を差し伸べることは当然です。そのうえで、時と場合によって、人生の優先度を多様にコントロール（選択）できる柔軟な「心」を身につけることが大切ではないでしょうか。