

【私の実体験】大切な相手には向き合おう



知人とランチをしたのですが、その知人が異様にびりびりしていたので、かわすのではなく、聞いてみた例です。「私に原因があるのかな？」と悩むくらいなら、思い切って向き合ったほうが、こちらも相手もすっきりするかもしれません。

絶妙にかわす力を身につければ、もう悩まない

世の中には本当にいろいろな人がいます。そして真面目な人ほど、「この人がイライラと当たり散らしてくるのは、私のせい？」と、自分に原因があると考えてしまいがちです。

しかし、前述しましたが、こちらに原因があるわけではなく、たまたまその人が機嫌が悪かったり、誰にでも当たり散らす人だったり、相手に原因があることも多いものです。ですから、自分ですべてを受け止めて悩まずに、「やっかいだな」と思ったら、かわしてもいいのです。

カドが立たないよう、絶妙に相手をかわす力を身につけて、あなたの有限の時間や心のエネルギーは、家族や友人など、あなたにとって本当に大切な人たちのためにとっておきましょう。