

元陸上自衛隊陸将
第1師団 師団長

反怖 謙一



「短所矯正主義」と「長所伸展主義」

家族で、お互いの長所と思われる所を挙げ合いました。「へえー！ そうなんだ」と意外に思うものも飛び出し、お互い挙げ合っているうちに、何だか楽しくなり思わず笑ってしまいました。日頃何かと自分自身を持って余し、自分の短所ばかりが目について、自己嫌悪と自信喪失に悩まされることが多いものです。自分の内には、沢山の良い所・優れた点があることを知らない訳でもないのに、何故かマイナス面ばかりが目が行き、生真面目な勤勉さを発揮して、これを直さなければと躍起になっている。「短所矯正主義」の自分がいます。その一方で、そう目くじら立てずに気持ちを軽く持ちながら、明るく自分の長所を伸ばして行けばいいよと励ましてくれる「長所伸展主義」の自分もいます。その場の状況次第で、いずれかの自分が顔を出したり引っ込んだり、なかなか落ち着かない自分です。

最近こういう言葉に出逢いました。「善と悪、光と闇、生と死、陰と陽、全てのは相互対立する中に存在している。光溢れる世界も、闇の世界も、人間の目には何も見えない。光と闇が混じり合った世界でしか我々は存在できない。人生とは、対立と調和の微妙なバランスを楽しむことだ」。まさに人間は、長所と短所の両方が有つてこそその存在であり、問題はバランスに有るのであり、短所だけを切り出して思い悩むこと自体大きな誤りであることに気付かされます。

人間には長所と短所が同居している

長所と短所は本来別々のものではなく、人間という袋の中に紙一重で同居している同居人みたいなもので、意外に長所が短所となったり、短所が長所になったり、コロコロと入れ替わるもののようなのです。長所も過ぎれば短所となり、短所も極まれば長所となる訳です。例えば、謙虚という長所も余りを説きました。このうちの「礼」は、形を伴って「礼儀」とされ、人と人との間で守られる形の最たるものとされました。礼とは、人間の共同生活に秩序を与え、伸び伸びとした自然的調和を実現するため、これに節度を与えるものです。

内面世界を健全に保つ

では、何処にスクスク育てのポイントがあるのか、その本質の一端に触れたいと思います。そもそも人間は、長い歴史の中で、礼儀、作法、所作、マナーなどの形を作り、

これにより社会的絆を強めながら人類として発展してきました。大昔は、人間と書いて「ひとあい」と読み、人と人のお付き合いを意味していました。また「人間(じんかん)至るところ青山あり」のように、人間を「じんかん」と読み、世間や人間集団を意味していました。人間(にんげん)と読み、社会的存在を意味するようになったのは、比較的新しい時代といわれます。

文明が開け、食べ物保存技術や田畑の開発道具の進化に伴い、持てる者・持たざる者との格差とともに、支配・被支配関係が生まれました。法律などない時代のこと、何でもありの奪い合い、騒乱状態が続いた結果、人類は存亡の危機に瀕しました。その頃同時代を生きた、孔子、釈迦、ソクラテスという世界の三大聖人は、人間は形を整えると、それに相応しい心が生まれることに着目し、人と人との間に形を作り、これを守ること、人間の内面世界を健全に保つことを発想しました。当時はまだ外部から強制される法律などない時代ですから、人間が自己の意思で従う形の遵守により、社会に安定と秩序をもたらそうとした訳です。この形を守り、内面世界を保つてこそ「人間(にんげん)」と呼ばれる存在であり、形を守れない者は、人科の動物、孔子にいわせると「禽獣(きんじゆう)」と呼ばれました。孟子は、人間が守るべき徳目として四端(仁義礼智)

を説きました。このうちの「礼」は、形を伴って「礼儀」とされ、人と人との間で守られる形の最たるものとされました。礼とは、人間の共同生活に秩序を与え、伸び伸びとした自然的調和を実現するため、これに節度を与えるものです。

「礼儀」〜気配りや敬意、慎みの気持ちに基づく行動規範

和も大事ですが、それだけだと甘々で締まりのないものとなってしまったため、礼により節度を与え、心地よさのアクセントを実現するのです。この礼に形を与えたのが礼儀であり、人間が社会生活の秩序を保つため、守るべき一定の行動様式とされました。つまり、相手を思う心が形になって表されるものであり、形と心が一致して初めて価値が認められるものです。形ばかり丁寧で心が伴っていないければ、真に相手を思い、敬う態度や振舞いとは言えません。礼儀とは、対人関係における、相手に対する気配りや敬意、慎みの気持ちに基づく行動の規範です。規範ですから、法律のように守らないからといって罰がある訳ではありませんが、守った方が、人間関係は、円滑かつ良好、快適かつ心地よくなるという訳です。こう辿ると、礼儀中の礼儀が「挨拶」というのも納得できます。大昔、人類は獣の餌側で、逃げ回りながら生きてきました。その結果、不安や恐怖を司る脳内の扁

桃体に生命の危機が深く刻まれ、自分以外の相手に対しては、攻撃的、批判的、冷淡な生き物です。それ故、相手への警戒心や恐怖心を和らげ、人間的つながりをスタートさせる挨拶は、別格に重要です(挨拶により、脳内に安心ホルモンが生まれ、扁桃体をなだめて安心へと誘います)。礼儀に基づく一定の行動様式として作法が生まれ、やがて所作、マナーなどが、守った方がよい形として加わって行きました。本来人間は、誰からも導かれずに立派になる自然的能力は持っていません。となれば、まずは礼儀に照らしつつ、形を守り、内面を保つ導きを得つつ、長所の行き過ぎ防止と短所の飼い慣らしに努めて行くのが、スクスク育ての王道かも知れません。ご参考となれば、幸いです。

反怖 謙一(たんぷ けんいち)

1979年防衛大学校卒業、陸上自衛隊入隊。98年米国陸軍戦略大学留学、その後東部方面総監部防衛部長、北部方面総監部幕僚長兼札幌駐屯地司令を歴任。2012年陸将第1師団(司令部:練馬)師団長に就任し首都圏の防衛・警備、災害派遣、国家行事支援の任務に携わる。14年陸上自衛隊退官。その後(株)三井住友銀行人事部研修所顧問、銀泉(株)(三井住友銀行親密事業会社)研修所顧問に就任。自衛隊での経験を活かし、リーダーシップ・マネジメント・部下指導等、様々なテーマで研修講師として活躍している。著書:「職業人のABC:『本質』がわかると生きやすくなる」(2025年・金融財政事情研究会)