

良いこと・悪いことは半分ずつ 41 (354)



皆さんは、こんな人を見たり、聞いたりしたことは、ありますか。

- 人生において、良いことばかりで、それがずっと続いている人
- 人生において、悪いことばかりで、それがずっと続いている人

おそらく良いこと・悪いことが、ずっと続いている人を見たり聞いたりしたことは、ないと思います。

今社会で活躍している人やお金持ちになった人でも、それまでにたくさん悪いことは、あったと思います。

今会社が倒産して困っている人やとても貧乏な人でも、それまでにたくさん良いことは、あったと思います。

☆ 人生は、山あり谷あり

☆ 人生は、悪いことがあれば、良いこともある

☆ 失敗があるから、成功がある

良いことと悪いことは、表裏一体かもしれません。

そう考えると、誰でも良いことと悪いことは、あるのです。

人は、人生を誰でも平等に生きられると、考えましょう。

誰でも、良いことと悪いことは、半分ずつ与えられるのです。

そう考えると、気持ちが楽になりませんか。

今悪いことばかりのあなたは、きっと良いことが起こります。

今良いことばかりのあなたは、きっと悪いことが起こります。

誰でも一生の間に、良いことと悪いことは、半分ずつなのです。

自分も他の人も、同じなのです。



人生を楽しく遊ぼうよ 42 (388)



仕事は、お金をもらうために、頑張らなければならない義務です。
だから、真剣に仕事に取り組んで、責任ある結果を、残さなければならない。

このように考える人は、多いと思います。
確かにそうでしょうが、そのように考えれば、仕事が上手くいくのでしょうか。
仕事に対して、苦しさやキツさは、生まれないのでしょうか。

私は、人生は楽しく遊ぶことが、基本だと思います。
何かに興味を持って遊んでいるうちに、好奇心が高まり、「おもしろい」「何故だろう」「どうしてかな」「こんなことしてみたいな」と感じ、工夫や想像が、必ず生まれてきます。
楽しく遊ぶことで、足下からなんでも発見ができます。

自分にとって、楽しい遊びを大きく広げていくといいのです。
そして、できるだけ楽しい遊びを、長く続けることが大切です。

仕事は、遊びの延長上にあって、自分がしたい仕事に就き、したい仕事をする事で、仕事を楽しむことができます。
できるだけしたくない仕事は、避けるようにしましょう。
したい仕事だと工夫や想像が生まれ、意欲的に仕事ができ、いい仕事ができるのです。
仕事が楽しくなくても、遊びだと思い、仕事を楽しくするアイデアを出して、楽しめばいいのです。

定年退職になったとたんに、それまでの張り合いがなくなって、体調を壊したりする人がいます。
定年退職後は、仕事で楽しかった遊びを、遠慮なく継続していいのです。
小さい頃の楽しかった遊びをしていいのです。
楽しい違った遊びを見つけて、楽しみ、さらに充実した人生にしていけるのです。

オランダの歴史家ヨハーン・ホイジンガが、「人間の本质は、遊びにある」と言っています。
これは、遊びから好奇心が生まれ、人格も人間社会も形成されているということです。

今あなたがしている好きなことや仕事などは、おそらくあなたが、小さい頃に楽しく遊んだことが、つながっているかもしれません。

人生を楽しく、遊びましょう。
遊びが、あなたの人生を充実したものに、してくれることでしょう。



人生の時間を大事なことに使おう43(420)



今のあなたは、自分の人生の時間をあなたの大事なことに、使っていますか。
大事なことに使っている人は、充実感があり、幸せでしょう。
あまり大事なことに使っていない人は、時間配分を考え直したほうがいいかもしれません。
あなたの人生の時間は、百歳まで生きたとしても、限界があります。

寓話の「大きな岩と小さな岩」を紹介します。

「クイズの時間だ。」

教授はそう言って、大きな壺を取り出し教壇の上に置いた。

その壺に、彼は一つ一つ岩を詰めた。

壺がいっぱいになるまで岩を詰めて、彼は学生に聞いた。

「この壺は満杯か？」。

教室中の学生が、「はい」と答えた。

「本当に？」。

そう言いながら教授は、教壇の下からバケツいっぱい砂利を取り出した。

その砂利を壺の中に流し込み、壺を揺すりながら、岩と岩の間を砂利で埋めていく。

そしてもう一度聞いた。

「この壺は満杯か？」。

学生は答えられない。

一人の生徒が「多分違うだろう」と答えた。

教授は「そうだ」と笑い、今度は教壇の陰から砂の入ったバケツを取り出した。

それを岩と砂利の隙間に流し込んだ後、三度目の質問を投げかけた。

「この壺はこれでいっぱいになったか？」

学生は声を揃えて、「いや」と答えた。

教授は水差しを取り出し、壺の縁までなみなみと注いだ。

彼は学生に最後の質問を投げかける。

「僕が何を言いたいのか分かるだろうか」

教授は、大きな岩を入れない限り、それが入る余地は、その後二度とないことを言いたいのです。

後から大きな岩を入れようとしても、決して入れることはできないのです。

大きな岩とは、何でしょうか。

それは、仕事であったり、志であったり、愛する人であったり、家族であったり、自分の夢であったりなど、自分にとって一番大事なものです。

それを最初に入れないと、一番大事なものを永遠に失うことになります。

壺の容積を自分の人生の持ち時間だと、考えて下さい。

誰もが限られた時間しか、持っていません。

自分にとって、大事ではないもので時間を埋めていくと、自分にとって、大事なものに割くべき時間を失ってしまいます。

結果として、大事なものを手に入れることができないまま、人生を終えることになります。

自分にとって、大事なものが、壺の中に入っているでしょうか。

大事なもののために、人生の多くの時間を有効に使いましょう。

そして、大事なものをいつまでも、大切にしていきましょう。

人生は流動的なもの 44 (443)



人生は、良いことがあれば、悪いこともあります。
人生は、このように流動的なものです。

良いと思っていたことが、後で悪い結果になることがあります。
悪いと思っていたことが、後で良い結果になることがあります。

ここで、寓話の「人間万事塞翁(にんげんばんじさいおう)が馬」を紹介します。

昔、中国北方の国境近くに住む老人(塞翁)の馬がいなくなった。
人々が気の毒がると、老人は「なに今に良いことがあるよ」と平気だった。
やがて、その馬は駿馬を連れて戻ってきた。
人々が「よかった、よかった」と祝うと、「今度はこれが不幸の元になり、何が悪いことが起きるかもしれない」と喜ばなかった。

案の定、その馬に乗った老人の息子が落馬して足の骨を折ってしまった。
人々が見舞いに行くと、老人は「これが幸福の元になるだろう」と平気だった。

一年後、胡軍が大挙して攻め込んできて戦争となり、健常な若者たちはほとんど連れていかれて戦死した。
しかし足を折った老人の息子は、兵役を免れたため、戦死しなくて済んだ。

この寓話の面白さは、馬が逃げる → 逃げた馬が駿馬を連れて戻ってくる → 息子が落馬して足の骨を折る → ケガのおかげで息子が兵役を免れる、というように、不幸と幸運が連続しているところです。

人生における幸不幸は、予測しがたいです。
幸せが不幸に、不幸が幸せにいつ転じるかわからないのです。
だから、安易に喜んだり悲しんだりする必要はありません。

状況が変化するたびに喜んだり心配したりして、心が落ち着かなくなることは止めましょう。
人生は流動的なものと思い、やるべきことを日々真摯にやっていきましょう。



変化があるからおもしろい 45 (473)



いつも家の庭にたくさんの花が咲いています。
私が、苗を買ってきて、土に肥料を入れ、植えたりします。

夕方になると毎日、花に水やりをしています。
毎日の熱い日差しのもと、花は水を喜んでいるように感じます。

花の中でも、ポーチュラカは、赤・オレンジ・黄色・ピンクなどの花の色があり、美しさで楽しませてくれます。
それにポーチュラカの花は、夕方は花が閉じているのに、朝の太陽の光が照り出すと、少しずつ花が開いていき、時間をかけて、完全に花が開きます。
太陽の光とともに、花が開いたり、閉じたりして、変化があることが不思議とおもしろいのです。

人間の世界には、変化があることばかりです。

- ☆ 人生には山あり、谷あり
- ☆ 運が良かったり、悪かったり
- ☆ 仕事が上手くいったり、上手くいかなかったり
- ☆ 入学試験で合格したり、不合格だったり
- ☆ 人から好かれたり、嫌われたり
- ☆ 友だちとけんかしたり、仲良くなったり
- ☆ お金が増えたり、減ったり
- ☆ 健康だったり、病気になったり
- ☆ 人が生まれたり、死んだり

このように変化があるから、おもしろいのです。
変化があるから、毎日楽しいのです。

仏教の言葉に、「無常」があります。
これは、「この世の中の一切のものは常に生滅流転（しょうめつるてん）して、永遠不変のものはない」という意味です。

言葉のように、どんなものも変化をします。
その変化をおもしろいと思い、ワクワクして楽しみましょう。
ますます日々の生活が、明るく楽しいものとなることでしょう。



焦らず自然に任せて生きよう 46 (503)



人は、どうしても目の前の今だけを、見つめてしまいます。
今だけを見つめすぎて、早急に結果を求めたり、成果を求めたりします。

目の前の今だけで見つめて、焦ってしまう人もいます。
今を大切にすることは、大事なことです、焦る必要はまったくありません。

**人生は、長いのです。
焦らず自然に任せてみては、いかがでしょうか。**

中国の思想家(道教の祖)に、老子がいます。
人の生き方は、わざとらしくこしらえたものではなく、ありのままの自然(無為自然)であるべきだと説きました。
彼の考えは、道教とよばれ、儒教とともに中国・日本の思想に大きな影響を与えています。

彼の教えに、「大器は晩成す」があります。
器をつくる時に、小さな器ならすぐできますが、大きな器は、作るのに時間がかかります。
人間もまた、大きな心を持った立派な人間になるのには、時間がかかるのです。

人間は、いろいろな経験をして、しだいに大人になっていきます。
少しの経験で早のみこみして要領よくふるまえる人間より、いろいろ悩みながら、少しずつ経験を重ねていく人間のほうが、最後には大きな人間になれる、と老子は言っているのです。

**だから、少しぐらい焦るようなことがあっても、心の中で「大器晩成」だと思って、自然に任せて、
努力を継続すればいいのです。
誰でも自然に任せて生きることで、無限の可能性が大きく広がってくるのです。**



失敗を生かす 謝罪力で無敵 47 (49)



テレビでのマスコミ騒動の中に、スポーツ界におけるセクハラ・不正判定・暴力試合などがある。企業においては、審査基準不合格の物を使って工事をしたり、大学においても、不正合格者を出している。どれも内容自体大変問題がある。マスコミ等で、問題が発覚し、責任者は謝罪をするが、マスコミ騒動は、すぐには収まらず、日に日に問題がエスカレートしてしまう。

マスコミは、追求の手をゆるめない。どうしてであろうか。おそらく、すぐに謝罪をしようとしなくて、社長や上司は知らなかったと逃げる、責任を現場や部下に押しつけようとする、謝罪の誠意が見られないなどの理由から、社会の怒りが爆発し、収まりがつかないのであろう。

社会全体が、なかなか自分たちの非を認めようとしなくて、謝罪できない傾向にあるように感じる。個々人においても、自分が悪かったり、迷惑をかけることがあっても、すぐに謝罪することはないように思える。責任を追及されるのが、怖いのかもかもしれない。

つまり個々人や個々企業等における謝罪力が弱いのである。人間の世界においては、何かを成し遂げようとする、失敗・過ち・迷惑など起こるのは、当然のことである。それ故、謝罪は必然的につきものである。謝罪をすることを遠慮することは、全くない。心の中で、謝罪の必要性を認めたらば、どんどん謝罪をしよう。

謝罪ができる人ほど、信頼できる人である。謝罪に当たっては、素早すること、情報公開すること、責任者・代表者がすること、誠意を持つこと、具体的な対策と今後の予定を明確にすることなどに、十分配慮できると、謝罪力が向上するでしょう。

謝罪力は、あなたを守り、無敵にしてくれます。強い人・年上の人に対してだけでなく、弱い人・年下の人にも、積極的に謝罪できる人になれるといいですね。



失敗よ、ありがとう 48 (82)



友だちとの人間関係に失敗した。新しく事業を始めたが、上手くいかず失敗した。仕事のノルマを割り当てられたが、段取りが上手くいかず、ノルマを達成できなかった。体育の授業で、記録を目指して、取り組んだが失敗した。このように、失敗の経験は、誰でもあることだと思います。失敗がない人は、おそらくいないと思います。

失敗したことを悪く思うかもしれませんが、**失敗は、挑戦したことの証であり、成功のためのよき経験です。失敗を非難するのではなく、逆に「失敗ありがとう」と感謝する姿勢ことが大切です。**ことわざに、「失敗(しっばい)は成功のもと」があります。この意味は、失敗すれば、その原因を反省し、方法や欠点を改めるので、かえってその後の成功につながるという意味です。まさに「失敗は成功の母」です。

ここで、失敗に関する三つの名言を紹介します。

○ わたしは、今までに、一度も失敗をしたことがない。電球が光らないという発見を、今まで二万回したのだ。それは失敗じゃなくて、その方法ではうまくいかないことがわかったんだから成功なんだよ(トーマス・エジソン)

○ 世の中に失敗というものはない。チャレンジしているうちは失敗はない。諦めた時が失敗である。(稲盛和夫)

○ 失敗の原因を素直に認識し「これは非常にいい体験になった」というところまで、心を開く人は、後日進歩し成長する人だと思います。(松下幸之助)

失敗は、マイナスでは、ありません。果敢に新しいことに挑戦し、小さな失敗を積み重ねていきましょう。そして、失敗を恥じる必要はありません。失敗に感謝して、さらなる成功への道を切り開いていきましょう。



ビリでも笑顔 49 (94)



マラソン大会において、ビリでゴールした人に対して、あなたは、どのような感情を抱きますか。ビリの人は、恥ずかしい。ビリの人は、もっと頑張っただけだった。ビリでゴールする人を待つ時間がもったいない、などいろいろな感情があると思います。

あるマラソン大会において、ビリの人は、ゴール近くで、応援者に手を振りながら、笑顔でゴールしていました。そして、ビリでゴールした人には、周りにいた全ての人から、労いの大きな拍手が湧き起こりました。1位でゴールした人に対してより、大きな拍手でした。みなさんとっても温かかったです。ビリの人も日頃の練習の成果が出せて、大満足でした。ビリを気にしている様子は、まるでなく、最後まで完走できた喜びで、笑顔がいっぱいでした。

マラソン大会に出て、1位の人もビリの人も、全ての人が、最後まで精一杯頑張ったのです。自分のペースで、最後まで走り抜いたのです。ビリだからと恥ずかしがる必要は、全くありません。ビリだからと、冷たい視線で見たり、嘲る必要はありません。ビリでも何の問題もありません。自然のままのビリでいいのです。

人生においてもそうです。あなたは、ビリになることを恐れたり、気にしたりすることはありませんか。**ビリでもいいのでは、ないでしょうか。ビリを気にして、行動できないことの方が、心配です。人のことを気にする必要は、ありません。自分が、どれだけ行動できるかが、大切なのです。ビリでも頑張った自分をほめ、いつも笑顔でいたいものです。**



心の油断が大敵に 50 (101)



- 頼まれた物を、明日の朝一番で届ければ、予定の時間に、間に合うだろうと思っていたが、時間までに届けられなかった。
(交通機関が混んでいて、間に合わなく、先方に大変迷惑をかけた)
- 製品を出荷するのに、点検しなくても大丈夫だろうと思い出荷した。
(中に不具合の製品があり、その後の取引ができなくなった)
- 報告書を提出しても相手は、詳しく見ることはないだろうと思い簡単な報告書を提出した。
(再度詳しい報告書を求めてきて、信頼を失った)
- 友だちとの約束が守れなくても、相手は許してくれるだろうと思い約束を守らなかった。
(相手から嫌われた)

このような経験は、誰にでもあるかもしれません。何とかなると油断をしてしまい、何ともならないのです。そんなに世の中は、甘くはないのです

諺に【油断大敵(ゆだんたいてき)】があります。これは、注意を少しでも怠れば、思わぬ失敗を招くから、十分に気をつけるべきであるという戒めです。**心の油断は、どんなものより恐るべき敵になります。**では、どう気をつけたらいいのでしょうか。

- ☆ 心の油断が生まれないう、心の厳しさを求める
- ☆ 約束事や契約等を一つ一つ確実に守るようにする
- ☆ 何かあっても困ることがないよう、早め早めの対応をする
- ☆ 一つ一つの物・事に対して、確認・点検を怠らない
- ☆ もしも出来なかった場合、どう誠実に対応するか対策を考えておく

今国会では、厚生労働省の不正統計問題が議論されています。これは、決められたルールに従って、統計がなされていなかったからです。そのせいで、適切なお金の支給が、多くの方々になされてなく、多大な迷惑をかけています。これは職員が、真面目に処理すると大変だと思い、楽な処理をしてしまったせいです。まさに、心の油断が大敵になってしまいました。優秀な国家公務員の職員ですら、心の油断があります。皆さんも十分肝に銘じて、油断しないように心がけましょう。



濡れ手で粟にご用心 51 (127)



諺に、「濡れ手で粟」があります。この意味は、濡れた手で粟をつかめば粟粒がたくさんついてくるように、ほねをおらずに多くの利益を得ること。やすやすと金もうけをすることです。

世の中には、「濡れ手で粟」のようなことは、ありません。**お金とは、世のため・人のためになったことへの感謝として、いただくものです。決して楽をして、いただくものでは、ありません。**

しかしながら、世の中には、「濡れ手で粟」のような誘いがたくさんあります。

- 外国通貨を売買する投資
- 株に投資
- マンション購入で、賃貸経営
- 悪質な金融商品の勧誘や販売
- 産地・生産者・商品からなるオーナー制度の悪用
- パチンコ・競馬・競輪・競艇・カジノなどのギャンブル

あなたは簡単に、儲かる話に乗ったりしていませんか。**うまい話やうまい儲け話は、絶対に存在しません。世の中楽して儲けられることは、あり得ません。**心を成長させる自分磨きに、近道が存在しないように、お金を稼ぐことにも、近道など存在しません。

テレビである被害者の話がありました。「相手を信頼して、老後の生活費3000万円をオーナー制度の会社に投資しました。ところが、会社が倒産し、お金は、一切戻ってきません。これから、どうして暮らしていけばいいのか、困っています。」とのことでした。このようにうまい話に乗り、少しのもうけのために、生活が破壊されてしまいます。

私も若い頃、調子に乗って、ホテルの会員になりました。会員になると、ホテルに無料で宿泊できます。勿論元金は、必ず返金するとのことでした。しかし、突然ホテルの会社が、倒産し、会社更生法の適用を受けましたが、その後、一切返金はありませんでした。会社更生法の説明会に行きましたが、この時も高齢者の方々がかなり多くいました。この方々のこれからの生活を思うと、会社に対する憎しみが増しました。

この時以来、「濡れ手で粟」のようなことは、決してしないと誓いました。この世の中に、うまい話なんて、ないんです。皆さんも十分ご注意下さい。



頑張りすぎない 52 (128)



今の世の中、仕事・勉強・生活に頑張っている人が、多くいます。頑張っていることは、大変素晴らしいことです。頑張ることで、情熱が燃え、心や身体が元気になり、チャンスが訪れます。

しかし、頑張りすぎて、心と身体が、くたくたになっている人も多くいます。くたくたになり、身体を壊したり、精神的な病気になったり、イライラして、家庭が崩壊したりしています。

また、若い時は、頑張りすぎてもなんとかなったのに、年をとってから、心と身体が、急に異常を起こす場合があります。ツケが年をとってから、回ってくるのです。大変残念なことです。

心と身体は、頑張りすぎると、悲鳴を上げてしまいます。あなたの頑張りすぎが、しだいに心と身体を蝕んでいくのです。心と身体は、時々メンテナンスしないと壊れてしまいます。

どのようにメンテナンスすれば、いいのでしょうか。

- ☆ 十分睡眠時間を取り、しっかり疲れを取る。
- ☆ 時々会社・学校などを休み、家でゆっくり過ごす。
- ☆ 病院に行き、検査・相談等をする。
- ☆ 一日の中で、暇を見つけて、時々休憩を取る。
- ☆ 友だち・親など力になってくれる人に、相談する。
- ☆ 休みの日に、自分の好きなことをして、楽しむ。
- ☆ 頑張っている自分を認めてもらおうと、見栄を張らない。

目の前の事に、熱中しすぎて、気づいた時には、心も身体もボロボロだったということがないように、自分の心と身体を、自分自身で守ってあげましょう。心と身体も消耗品です。頑張りすぎて、使いすぎると、早めに使えなくなってしまいます。

頑張りすぎないで、心と身体のメンテナンスを上手にしながら、充実した人生を送りましょう。



負けるが勝ち 53 (160)



人は、誰かと競争し、勝つことが好きです。

- あの人より、今回のテストの成績は良かったので、勝つことができた。
- あの人より、今回は自分の方がボーナスアップの割合が高かった。
- この前は、自分の売上げがあの人より低かったけど、今回は自分の方が高い。

このように誰かと競い合い、勝ち負けにこだわります。

勝てば喜び、負ければ悔しがります。

例えば、会社の営業ノルマがあり、頑張ってノルマの成績が良い時は、他の人には勝っているので、喜びに溢れ、優越感に浸ることができます。

しかし、他の人のノルマの成績が良く、自分が悪い時は、他の人に負けたことになり、悔しがり、劣等感を感じます。

こんなことが、何回もあれば、そのうち身体も心も、くたくたになってしまいます。

相手と張り合い、一喜一憂を繰り返したら、いつまでも心が穏やかになりません。

相手との競争をしなくてもいいのでは、ないでしょうか。

競争しても負けてもいいのでは、ないでしょうか。

勝ち負けにこだわらなければ、相手に対してイライラすることもなく、気持ちが楽になります。負けた方が、相手から羨まれることはなく、周りから優しくしてもらえることもあります。

負けるが勝ちです。負けることで、心の穏やかさと余裕を大切にしましょう。



トラブルの時こそ知恵を絞れ 54 (193)



日常生活において、思いがけないトラブルが、起こることがあります。

- 買ったばかりの電化製品が、動かないと会社に苦情の報告があった。
- 順調に進んでいた仕事で、トラブルのために、進まなくなった。
- 車で会社に行く途中で、交通事故を起こした。
- 納品する約束の時間を間違えて、納品してしまった。

このようなトラブルが、起こることがあります。
そんな時こそ、次のような態度が必要です。

- ☆ トラブルの内容を的確に、把握する
- ☆ 自分で知恵を絞り、トラブル解決のための方法や手順を考える
- ☆ 他の人の知恵を結集して、考える
- ☆ 解決のために手順に従って、順序よく行動する
- ☆ 平常心で冷静に考え、行動する

このようなことができれば、必ずトラブルを解決できるでしょう。
トラブルの時こそ、自分や皆の知恵が活躍できる機会です。
トラブルを解決することが上手な人は、皆から尊敬され信頼されます。

トラブルの時こそ、自分や周りの人の知恵を絞り、英知を結集し、解決していきましょう。
ぜひトラブルに強い人に、なってください。
どんな時も動じない人に、なってください。
トラブルこそ、あなたが最高に輝くチャンスです。



失敗は学びのチャンス 55 (224)



人生は、学びの連続です。
学びを繰り返す中で、人は自分を大きく成長させます。

学校での学び、読書での学び、友だちからの学び、仕事での学び、旅行での学びなど、多くの学びがあります。

学びの中でも、大変貴重な学びは、失敗からの学びです。
失敗すると凄く悲しくなったり、ゆうつになったりします。
そういう時こそ、いい勉強になるのです。

失敗を二度と繰り返さないようにすることが、大切なことです。

○ パソコンのデータを一括で消してしまった。

☆ (データ管理を、徹底するようになった)

○ 軽い接触事故を起こした。

☆ (車間距離を取るなど安全に気をつけて、運転するようになった)

○ 商品納入までに、全ての商品が完成しなかった。

☆ (問題点を点検・改善して、納入期日までに商品完成が、確実にできるようになった)

○ 約束した話し合いの日が、間違っていた。

☆ (スケジュール管理を、徹底するようになった)

失敗は、誰にでも起こります。

失敗を反省し、学びのチャンスと考えましょう。

失敗から多くのことを、学びましょう。

失敗して、痛い目を合うのは、ありがたいことです。
あなたの学ぶべきことを、教えてください。

失敗から学び続ける態度が、あなた自身を鍛え、自己成長につながります。



悪いとすぐ判断しない 56 (269)



いろいろな物、出来事、状況、他の人などを、悪いとすぐ判断する人がいます。

- この野菜は、悪くなっている。
- あの人は、言うことを聞かないので悪い人だ。
- このままの景気の状態であれば、悪くなるばかりだ。
- 事故を起こしたのは、あの人が悪いからだ。

判断したように、確かに悪いのかもしれませんが。
しかし、悪いとすぐに判断して、いいのでしょうか。
いつも悪いことだけに目が行き、安易に悪いと判断していないでしょうか。

悪いとすぐに判断して、切り捨ててしまって、いないでしょうか。
すぐに悪いと言われた人は、あまりにも可愛そうです。

人は、いろいろな見方ができ、それに基づいた判断ができます。
あなたが、悪いとすぐに判断したことは、見方を変えると良いことかもしれません。

- ☆ テストの点数が、80点だったので、努力不足で、悪いと判断する人がいます。
- ☆ テストの点数が、80点だったので、努力が実り、良いと判断する人がいます。

- ☆ 今年は、どこの農家も野菜がたくさん収穫できたので、値段が下がり、悪いと判断する人がいます。
- ☆ 今年は、どこの農家も野菜がたくさん収穫できたので、消費者が喜んでくれるので、良いと判断する人がいます。

ある人にとっては、悪いことでも、別の人にとっては、良いことなのです。
どの視点で見るかによって、悪い面と良い面があります。

悪いとすぐ判断しないようにしましょう。
できれば良い視点から、良い面をしっかり見て、判断していきたいものです。



一瞬で未来を奪われる交通事故 57(287)



命がなくなること以上に、不幸なことはありません。

命は、かけがえのないものです。

一瞬で命を落とし、その人の未来を奪われるのが、交通事故です。

幸せに生きるためには、交通事故を起こさない、交通事故に合わないことが大事です。

あまりにも衝撃的な交通事故が起こりました。

2019年4月19日に東京都豊島区の池袋の路上で、男性(87)運転の乗用車が、時速100キロ以上のスピードで暴走し、ハンドル操作をせず次々と人間を轢き、2人の母子が死亡、8人が重軽傷を負った交通事故です。

妻(31)・娘(3)を亡くした夫が、会見を開き、次のように述べました。

「最愛の妻と娘を突然失い、ただただ涙することしかできず、絶望しています。娘がこの先どんどん成長し、大人になり、妻と私の元を離れ、妻と寿命尽きるまで一緒にいる。そう信じていましたが、たった一瞬で私たちの未来は奪われてしまいました。悔しくて悔しくて仕方がありません。この悔しさはどれだけ時間が経っても消えないでしょう。」

「それぞれのご家庭で事情があることは重々承知しておりますが、少しでも運転に不安がある人は車を運転しないという選択肢を考えて欲しい。また、周囲の方々も本人に働きかけて欲しい。家族の中に運転に不安のある方がいるならば、いま一度家族内で考えて欲しい。それが世の中に広がれば、交通事故による犠牲者を減らせるかもしれない。そうすれば、妻と娘も少しは浮かばれるのではないかと思います。」

痛ましい事故で、可愛そうでなりません。

交通事故に合われた二人のご冥福を、心からお祈り申し上げます。

そして、あらためて交通事故を起こさない、交通事故に合わないよう、日々努力していきたいと思えます。

交通事故を起こす要因を紹介します。

☆ スピードの出し過ぎ

☆ 一旦停止などの交通ルール無視

☆ あおり運転

☆ 飲酒運転

☆ 運転中の携帯電話使用

☆ 病気・治療中・服薬中の運転

☆ 高齢者の運転

このような要因で、交通事故が起こり、毎年多くの方々の方が亡くなられています。

平成30年中の交通事故による死者数は、3,532人でした。

車は、人を殺すことができる銃と同じです。

運転は、銃の引き金に指をかけて、動いているのと同じなのです。

交通事故による死者が減り、多くの方が幸せで、生きられる世の中にしたいものです。

失敗の数だけ幸せになれる 58 (304)



誰でも今までに、いろいろな失敗を経験しています。
自分の失敗の数は、多いでしょうか、少ないでしょうか。

少ない人は、失敗しないように、十分注意して、堅実な道を歩いて来たのでしょう。
失敗が多い人は、思いっきり取り組み、失敗が多くて、恥ずかしい思いを多々したことでしょう。

どちらの人も素晴らしい人生を、歩いてきたと言えます。
しかし、どちらが幸せかと言うと、失敗が多い人が、幸せなのです。

- ☆ 夢や目標を持っている。
- ☆ 実現するためのアイデアを考えている。
- ☆ 行動する勇氣を持っている。
- ☆ いろいろと行動を起こし、チャレンジしている。
- ☆ 予想外で、上手いかず失敗する経験をしている。
- ☆ 失敗の経験をもとに、改善の材料を得ている。

失敗の数だけ、このような貴重な経験をしています。
大変ありがたいことです。
お金にも換えがたい、素晴らしい経験です。

人生は、山あり谷ありです。
だから人生は、楽しく幸せなのです。
平坦な道ばかりだと、つまらない人生になってしまいます。

失敗の数だけ、幸せになれるのです。
失敗の数は、生き生きと、生きている証なのです。

失敗の少ない人は、今からでも遅くありません。
思いっきりチャレンジしませんか。



失敗した人に寄り添おう 59 (367)



仕事ができ、会社の地位も高い人がいました。
将来は、さらに会社の重要な地位に就きそうな人です。
周りの人たちは、その人を信頼し、仲良くお付き合いをしていました。

ところが、その人が重要な仕事で上手くいかず、大きな失敗をしてしまいました。
会社の地位も低くなり、将来がどうなるかわからなくなりました。
その人は、自信をなくして、仕事も思うように進みません。

このような人を見たことがある人は、いるかもしれません。
人生とは、本当にどうなるかわからないものです。
問題は、その人に対する周りの人たちの関わりです。
多くの人が、失敗した人から、去って行きました。
その人は、一人ぼっちになってしまいました。

このような周りの人の対応を、あなたはどのように思いますか。
これ以上関わり続けても、自分にとっていいことはない。
この人は、もうこれからの希望はなく、終わってしまった。
失敗したのは、その人のせいだから、私には責任はない。
このように、周りの人は思ったのかもしれませんが。
失敗をした人は、周りの人の対応に、深く傷つくでしょう。
似たようなことは、仕事や日常生活などで、多く見られます。

- 受験に失敗した。
- 恋愛・結婚に失敗した。
- 新しい企画に失敗した。
- 約束の期日を守らなかったで、相手からの信頼を失った。
- 予定した仕事が、上手くいかず、思った結果が出なかった。

このような場合に、失敗した人は、深く傷つきます。
失敗した人に対して、逃げずに、その人の気持ちになって、寄り添いましょう。

- ☆「辛かったことを話すと、気分が楽になるよ。」といっしょに、悲しみを分かち合いましょう。
- ☆「失敗したけど、今までよくやっていたよ。」と言って、よかったことをほめましょう。
- ☆「今度は、上手くいくように、私も手伝うよ。」と協力しましょう。
- ☆「何かあったら、私に相談してね。」と話し相手になりましょう。

失敗した人に、辛く接するのか、失敗した人に寄り添うのか。
あなたは、これからどちらの立場に、立ちますか。

失敗は、誰でもすることなのです。
失敗したことを非難せず、受け入れましょう。
すべての人を包み込み、愛せるあなたは、素敵です。

明るいあなたは輝きます 60 (356)



毎日を明るく生きたいものです。
明るく生きている人は、笑顔で生き生きして、元気があります。

苦しいことや悲しいことがあっても、いつも前向きで、クヨクヨしません。
明るい人は、周りの人から好かれ、みんなに元気を分けてくれます。

綾小路きみまろが、老人ホームに慰問に訪れた時の話を紹介します。

私は、おじいさんに聞きました。
「おじいさん、長生きする秘訣とは何でしょうか？」
「そりゃ決まっている。息をするのを忘れないことだ」
「なるほど。では、あの世とはどんなところでしょう？」
「あの世はいいところに決まっているじゃないか」
「それはなぜ？」
「だって、あの世から帰ってきたやつは、一人もいないだろ？」
「これは一本取られました。でも、おじいさんは偉いですね」
「どうしてだ？」
「体が動かなくなっても一日中狭いベッドの上にも、こうしてしゃんとしていらっしゃる。ご立派です」
「何言っているだきみまろ。あとちょっとしたら、もっと狭いところに入らなくちゃいけないんだぞ？」

棺桶に片足を突っ込んでいるのに、どこかのほほんとしているおじいさんの姿を想像します。
死が近づいているのに、いつも明るさを失わないおじいさんに、勇気づけられます。

毎日を明るく生きるためのポイントを紹介します。

- ☆ 睡眠時間を十分取り、熟睡する。
- ☆ 毎日元気な挨拶や笑顔を忘れない。
- ☆ ほんわかした気分を大事にする。
- ☆ 元気が出る楽しい話をする。
- ☆ 歌や踊りなど楽しいことをする。
- ☆ 遊び心を忘れない。
- ☆ 夢や目標を持って、生活する。
- ☆ ちょっとしたことにも喜んだり、感動する。
- ☆ 毎日感謝の気持ちで生きる。

このようなことを意識して、生活しましょう。
今まで以上に、あなたは明るくなることでしょ。

明るいあなたは、輝きます。

後悔しないで生きよう 61 (495)



「後悔」の言葉の意味は、自分のしてしまったことを、後になって失敗であったと悔やむことです。「今さら後悔しても始まらない」の言葉のように、失敗などしたことは、悔やんでも取り返しがつかないのです。

しかし、何か失敗や悪いことが起こると、自分の判断や行動の誤りに責任を求めます。そのようなことをしなければ良かったと、後悔し自分を責めてしまいます。

後悔も短時間で終わればいいのですが、いつまでも後悔を引きずってしまいます。これでは、元気が出ませんし、自分の判断や行動に不安が残り、前を向いて進むことができなくなります。

物事をくよくよ思い煩うことは、しない方がいいのでは、ないでしょうか。

江戸時代初期の有名な剣豪で、宮本武蔵がいます。小説や映画などで、あまりにも有名な巖流島での佐々木小次郎との決闘があります。数多くの剣の試合で、一度も負けることはありませんでした。

その宮本武蔵が、「われ事において後悔せず」と、名言を残しています。武蔵は、「自分は決して後悔というものをしないんだ」と言っています。

武蔵は、剣術修行のために、一生の間に六十回以上も命を賭けた立ち会いをしました。当時は、まだ竹刀というものがありませんから、固い木刀か、真剣で試合をしたのです。

このために武蔵は、相手の実力や流儀をよく調べ、自分のコンディションを最善にして、試合に臨んだことでしょう。

そして、自分の実力が劣っていて負けたら仕方がない、と覚悟を決めていたのではないのでしょうか。

武蔵のように、しっかり考えて、自分の判断や行動をするようにしましょう。そして、自分の判断や行動を信じ、責任を持ちましょう。

そうすれば、きっと良い結果が、ついてくることでしょう。もし悪い結果でも、今自分の持てる力は、出し切れたと考え、後悔しないようにしましょう。

**後悔しないで、生きましょう。
後悔しない生き方が、あなたの大きな力となるのです。**



挑戦や失敗に寛容になろう 62 (497)



今の社会は、挑戦しようとするより、無難にできることを求めています。
失敗に寛容でなく、失敗しないことを求めています。
マスコミでは、失敗や問題点を大きく取り上げ、追求・批判します。
私は、このように感じる時が、多々あります。
もっと挑戦することや失敗することに、寛容でいいのではないかと思います。
公園などで、小さい自分の子どもに対して、親が次のようなことを言って、叱っています。

- それに上るのは、高いから危ない。止めなさい。
- 泥遊びは、汚れるから、着ている服が汚くなる。泥遊びは止めなさい。
- 知らない人とは、いっしょに遊んだらダメです。 ○ 恥ずかしいことをしたら、笑われるよ。

このように、子どもの自由な言動を、制限してしまうのです。
苦野一徳熊本大教育学部准教授は、くまにちの論壇で、次のように述べています。

「遊び浸るから学び浸るへ」これは幼児教育の基本である。
自由にたっぷり、自分の好きな遊びに熱中する。
その経験が、子どもたちの好奇心を育み、さまざまな課題に取り組む「探求」する力の土台になる。
そんな遊びの過程で、子どもたちはけがをしたり、けんかをしたりすることもある。
でもそうした経験を通してこそ、彼ら彼女らは、体の使い方を学んだり、人間関係の調節の仕方を学んでいったりするのだ。
「ダメ、危ない、やめなさい」。
そんなことばかり言われて育った子どもたちは、少し大げさに言うなら、自分の人生をたくましく切り拓く力を育む機会を奪われているのだ。

述べられていることは、子どもに限ったことではありません。
大人も次の様な言葉を、平気で言う人がいます。

- 無理なことは、しないようにして下さい。 ○ 新しいことの挑戦は、難しいだろう。
- 失敗したら責任はどうするのか。 ○ 全部自分だけの力で、最後までやりなさい。

このように、挑戦することや失敗することの不安をあおり、その責任を本人に、負わせようとするのです。
これでは、身動きができなくなります。
次の様な言葉をかけましょう。

- ★ 思い切って挑戦してごらん。 ★ あなたの挑戦をみんなで、応援します。
- ★ 挑戦に失敗はつきものです。失敗しても気にしなくていいよ。
- ★ 失敗した責任は、私がとるので、心配しないで挑戦して下さい。

このような言葉で、挑戦や失敗への不安が、なくなることでしょ。
人生は、挑戦と失敗の連続なのです。
挑戦や失敗に、寛容な態度こそ、大切なのです。

成功する 頼まれごとは、チャンスのプレゼント 63 (45)



人にいろいろな頼まれごとを、されることがあります。仕事が終わらないので、手伝って下さい。トイレの掃除を済ませて下さい。明日までに、プレゼンを仕上げてください。この問題を何とか解決して欲しい。もっと商品が売れるように、アイデアを出し、工夫して欲しい。このようないろいろな頼まれごとを、急にされたりします。

そんな時に、いつもどのような気持ちになりますか。自分も忙しいので嫌だな。難しそうなので、自分だけでは、できそうもない。他の人に頼んで欲しい。このようにあまり良い反応ができない人が、多いかもしれません。

しかし、よく考えてみると、頼む方は、あなただから頼むことができる、あなたならやってくれる、あなたしか頼む人はいないと思って、頼んでいるのかもしれません。つまりあなたに、大変期待をしているのです。

以前テレビを見ていて、有名な俳優さんが、「自分が好きでない役は、断りますか。」と司会者に聞かれて、「どんな役でもやらせていただきます。ぜひ自分を使って下さい。」と返事をされていた。その俳優さんは、その後いろいろな役で活躍されています。そんな人間性だから、チャンスが転がり込んで来るのかもしれません。

日々の仕事・生活は、頼まれごとの連続です。何事も断らない意識を持ち、一つ一つの頼まれごとを、丁寧にやり通していくと、頼まれごとからチャンスのプレゼントが、届くことになるでしょう。

頼まれごとは、信頼の証でもあるのです。チャンスのプレゼントが、さらにあなたを成長させてくれることでしょう。



身近な先生から学ぶ 64 (48)



人生は、学びの連続です。小学校・中学校・高等学校・大学を卒業したら、学びが終わるわけではありません。自分が知らないこと、できないこと、解決すべきことなど山ほどあるのです。特に今の時代は、変化が激しいので、学び続けることが、必要とされています。学び続けることで、仕事ができ、人間としての成長もできるのです。

では、どんな学びの方法があるのでしょうか。本を購入して読む、セミナー等に通う、インターネットで調べる、講演会に参加する、関係あるテレビを見るなど、たくさん方法があります。どれも素晴らしい学びではありますが、もっといい学び方があります。

それは、自分の周りにいる身近な人から学ぶことです。それが、学びの早道でもあります。私は、教員になってから、初めて赴任した学校の人から、算数指導を学びました。次の学校では、人権教育、次の学校では、デザイン、次の学校では、特別活動を学びました。行く先々で特技や実力がある人を見つけ出し、自分の先生として、多くのことを学ばさせていただきました。

とにかく時間があれば、教えを請い続けました。勿論自分の考えや思いをぶつけることもありました。身近な先生ですから、直ぐ具体的に、しかも直接学ぶことができました。学びが本物なので、確実に自分のものとなりました。身近な先生から学ぶ、これが学びの極意です。

身近な先生とは、同じ職場の人、職場が違う知り合い、近所の人、両親・兄弟姉妹、友だち、サークルの仲間など、あなたの近くにおいて、あなたが学びたいと思う人です。もし今身近な先生がいない人は、見えないだけかもしれません、ぜひ探して見て下さい。

身近な先生は、近くにおいて、きっとあなたが楽しいと思える先生です。気軽に分からないことを尋ねたり、自分の思いや考えを話したり、いっしょに食事をしたりなど、積極的にやってみて下さい。あなたの学びたい気持ちが伝わり、きっと多くの事を学ぶことができるでしょう。



三方良しで判断 65 (52)



人生において、進学・就職・結婚など大きな場面で、判断を求められる。それだけでなく、日常生活や仕事において行動する時も、自分で判断を下し、行動をしている。判断とは、とても大きな力を持っている。時に、大きな判断ミスをして、周りに迷惑をかけてしまうことさえある。

では、人は、どのような判断基準で、物事を決定しているのだろうか。あながち自分のみに都合が良いように、判断をする傾向にはないだろうか。また、場合によっては、周りに対する配慮を欠いた判断をしてしまうことは、ないだろうか。

昔の近江商人の心得に「三方良し(さんぼうよし)」がある。これは、「売り手良し」「買い手良し」「世間良し」の三つの「良し」であり、売り手と買い手がともに満足し、また社会貢献もできるのがよい商売であるということである。「三方良し」の商売をしないと信頼されないし、商売が繁盛しないのである。

日々の生活や仕事においても、判断する場合に、「三方良し」の考えを生かすことが大切である。常に自分のこと、相手や周りのこと、社会全体のことを判断基準におき、適切な判断ができるようになりたい。できれば判断する場合に、少し時間を取って、じっくり考える習慣を身につけたいものである。

また、自分一人だけの判断が難しい時は、多くの方の知恵を借り、判断するようにすると良いであろう。きつと的確な判断ができる人は、物事が上手く進み、道が大きく開けることだろう。



三位一体でパワーアップ 66 (54)



あなたは、人から「言うこととすることが違う。」と言われたことはありませんか。言うこととは、「言葉」です。することとは、「行動」です。つまり、言葉と行動が矛盾していて、統一していないということです。そのような場合は、なかなか物事が上手く進みません。

言葉と行動以外に、もう一つとても大事なものがあります。それは、「心」です。例えば、あなたは、人から「心にもないことを言うんですね。」と言われたことはありませんか。心もとても大切なのです。

ここで言う三位一体とは、「心と言葉と行動が一体」となって、統一性があることを言います。心と言葉と行動がバラバラでは、人から信頼されず、夢・目標の実現は、まず不可能になります。しかし、心と言葉と行動が、一体となり、統一性があるならば、夢・目標が、確実に叶うようになります。まさに、三位一体でパワーアップをするのです。

少し似た言葉として、「首尾一貫」と言う言葉があります。これは、初めから終わりまで、態度や方針が、ずっと同じで変わらなく、意見や主張などをひとすじに貫いて、矛盾がないことを意味します。このことは、とても大切なことです。

では、具体的に夢・目標を実現するには、どうするのでしょうか。まず「心」の中で、自分が実現したい夢・目標をハッキリし、夢・目標が実現したところをイメージします。そして、その時の感情をしっかりと味わって下さい。

次に「言葉」は、夢・目標を言葉として、自分や周りに伝えます。また、夢・目標実現のための具体的手立てを説明し、いろいろな方の協力が得られるようにします。少しでも実現へと進んだら、ありがとうと感謝したり、ほめたりします。このように、とにかく言葉として口に出すことが大切です。無口では、物事は先に進みません。

さらに「行動」では、悩まないで自ら行動を起こすことです。そして、小さなことでもいいので、行動を継続し続けることです。時には、多くの人といっしょに、行動することもあるでしょう。行動なしに成果はありません。行動で確実に変化が起こってくるのです。

このように「心・言葉・行動」のベクトルが同じ方向を向くことで、夢・目標の実現は、叶うことになるでしょう。



成功の方程式 67 (60)



素晴らしい人生を送るためには、元京セラ社長・稲森和夫氏の成功の方程式を活用することをおすすめしたい。

成功するためには、何といても人生や仕事のよい結果が大切である。そこで、次の成功の方程式を紹介する。

人生・仕事の結果＝考え方 × 情熱 × 能力

人生・仕事の結果は、① 正しい考え方を持つ ② 情熱を燃やす ③ 能力を磨く、この三つのかけ算で決まる。どんなに情熱があり、能力があっても考え方がマイナスであれば、悪い結果になる。また、どんなに正しい考え方をもち、能力があっても、情熱がなければ、前に進まない。さらに、どんなに正しい考え方があり、情熱があっても、能力がなければ良い結果は残せない。

具体的に数値でみていくと、次のようになる。

$$\text{考え方}(100) \times \text{情熱}(1) \times \text{能力}(100) = +10000$$

$$\text{考え方}(-10) \times \text{情熱}(100) \times \text{能力}(1) = -1000$$

$$\text{考え方}(100) \times \text{情熱}(0) \times \text{能力}(100) = 0$$

$$\text{考え方}(50) \times \text{情熱}(100) \times \text{能力}(50) = +250000$$

$$\text{考え方}(100) \times \text{情熱}(100) \times \text{能力}(100) = +1000000$$

数値でみていくと、どれが結果が良いか、はっきりしています。

今度は、車の例でいうと、考え方(運転者)情熱(ガソリン)能力(車)と考えてみて下さい。いい運転者がいて、車の性能が良くてもガソリンがなければ、全く前へ進みません。いい運転者がいて、よいガソリンがあっても、車がポンコツでは、なかなか前へ進みません。

しかし、運転者・ガソリン・車がそれぞれ良ければ、スピードが加速され大きく前進することができます。

考え方、情熱、能力の三つを意識して、それぞれを高めるように努力をすると、人生・仕事において、成功という最高の結果をもたらし、素晴らしい人生を送ることになります。

知恵の結集 68 (61)



慣用句に、三人寄れば文殊の知恵(さんになよればもんじゅのちえ)という言葉があります。これは、特別に頭の良い者でなくても三人集まって相談すれば、何か良い知恵が浮かぶものだ、という意味です。

悩みや課題がある時、自分一人だけで、知恵を出し、なんとか解決しようとしていませんか。もちろん自分一人の知恵だけで解決できれば、それでいいのですが、一人の知恵だけでは、限界があります。そんな時は、遠慮なく他の人の知恵を借りるようには、いかがでしょうか。一人二人でも難しい場合は、より多くの人の知恵を借りたらいいと思います。

不思議なもので、多くの知恵が結集し、同じ方向を向き、力を発揮すると、人数以上の凄い知恵の力が発揮できます。

戦争においては、戦の前に軍議を開き、知恵を結集して、戦い方を決定していました。会社でも会議を開き、知恵を結集して、商売の戦略を決めています。ロケット産業においては、数えきれない知恵を結集しないと、飛ぶロケットの開発は、不可能です。

自分一人だけの知恵より、多くの人の知恵を生かすことが、自分自身の成長にもなります。人の知恵だけでなく、インターネット・本などからの知恵も利用するといいいでしょう。

日頃から知恵の結集を意識して、よりよい解決ができるような人になって下さい。



逆算で考えるクセ 69 (80)



大学に合格したい。この夢を叶えるために、一日一日を大切にして、勉強を積み上げていく。これは、合格するために大変大事なことです。しかし、一日一日積み上げさえすれば、合格するのでしょうか。やみくもに継続的な勉強を積み重ねるだけでは、合格は厳しいかもしれません。このような考え方は、積み上げの考え方です。

では、どうすればいいのでしょうか。まず、いつまでに大学に合格するのか、期日を設定します。そして、合格した時の自分の姿や気持ちをイメージ化して下さい。

さらに合格するために、必要な教科ごとの点数を分析し、教科ごとの目標点数を設定します。教科ごとの目標点数をクリアするための自分の課題(弱い所等)を明確にします。

課題強化のための計画を立てます。1年間、1ヶ月、1週間、1日と具体的な計画を立てます。この計画に基づいて、勉強を継続的に積み上げていくのです。もちろん確実な積み上げができていないかの検証を諸テストで行い、問題点や課題があれば、計画を修正し、勉強を積み上げていきます。

このような考え方は、逆算の考え方です。**逆算で考える人は、ゴールを先に設定して、そのゴールのために必要な要素を分析し、具体的な計画を立て、その要素を一個ずつクリアしていくことで、ゴールにたどり着いていきます。まさに考える順序が逆なのです。**

多くの人が、夢・目標を持っています。その達成に向けて、必要と思われることを毎日しています。しかし、これではいつまで経っても、次の段階にあるゴールにたどり着けません。

ゴールから、計画を逆算で考えることが、何事にも必要なことです。逆算で考え、実行することで、夢・目標の達成は、確実に可能になります。

夢・目標だけでなく、ちょっとした計画も逆算で考え、実行するといいいでしょう。**逆算で考えるクセを身につけると、仕事や生活が充実します。**



チャンスの流れを生かす 70 (83)



テレビで、テニスの試合を見ていて、1セット目を簡単に取った選手が、明らかに強そうであった。そこで、試合が終わっていないが、この試合の勝敗が決まったように思えた。しかし、2セット目に入ると、徐々に相手選手が、チャンスを生かして反撃し始めた。そして、とうとう2セット目を奪い取り、3セット目は、簡単に取ることができた。予想していた勝敗が、逆になってしまった。これは、相手の選手が、自分のチャンスの流れを生かし、見事勝利を得ることができた例です。このようなことは、スポーツに限ったことではない。歌においても、長年下積みの努力を重ねてきたグループが、今年になって、チャンスの流れを生かして、曲が大ヒットし、紅白対抗歌合戦に出場できた。

誰でも、今チャンスが来ていて、その流れに乗ると、何でも上手くいくことがある。逆にチャンスから遠ざかり、何をしても上手くいかないことがある。

人生には、山あり谷ありと言われるが、チャンスの流れも山があり、谷があるように思える。チャンスの流れを上手く生かすとともに、チャンスがない時は、無理をせず我慢することも大事です。そこで、チャンスの流れを生かすには、次のことに気をつけるとよい。

- ☆ 日頃から、夢や目標等に向かって、努力を継続しておく。
- ☆ ちょっとした変化に気づき、良いことが起こったり、起こりそうなことに気づく。
- ☆ このチャンスをぜひ生かしたいと思う。
- ☆ チャンスを生かして、思い切っているいろいろなことに、挑戦してみる。
- ☆ 小さな成功を収めることで、チャンスの流れをさらに大きくしていく。
- ☆ チャンスの流れがなくなる前には、必要に応じきっぱり諦め、被害を最小にする。

チャンスの流れが来ていても、残念なことに、多くの人が気づかないで過ぎ去ってしまう。チャンスの流れを感じ、チャンスを生かそうと思う志を持ち、思い切って挑戦し、大きく前進できるようになりたいです。チャンスの流れに乗らなくて、大きな成功を納めることは、不可能でしょう。



イメージ力で差をつけろ 71 (113)



あなたの家族の10年後は、どのような生活をしていますか。あなたが、今している仕事は、今後どのように役に立っていきますか。あなたの夢が実現した場合、どのような姿になりますか。

あなたに、このような質問をした場合、すぐに返答できますか。すぐに返答できる人は、イメージ力が、ある人だと思います。すぐに返答できない人は、イメージ力が、あまりないのかもしれない。

イメージがぼんやりしていたら、「心」は、あなたをどこに連れていってよいか、わかりません。**イメージ力は、「ゴムひもの性質」があります。未来のイメージを現実とつなぐと、未来のイメージに引き寄せてくれるのです。**

朝ドラ(まんぷく)の主人公が、即席ラーメンの開発をしています。そのことを聞いた友だちが、主人公に「即席ラーメンのイメージが、分からない。それに、消費者からの需要が、まったくない。自分も即席ラーメンを食べようとも思わない。」と主人公に向かって、話をした。主人公は、「みんなが即席ラーメンを食べて、おいしくて喜んでいる様子を、ありありと思い浮かべることができる。君もおいしく、即席ラーメンを食べている。」と、言い返した。

主人公は、イメージ力があるので、自信を持って、批判に対して、言い返している。これは、主人公に限ったことではない。世界中で成功している人は、イメージ力がある人が多い。

多くの人は、今のことだけに没頭しがちで、未来や先のことをイメージすることを、なかなかしようとしないうように感じます。イメージすることが、暗くて難しいように思っているのかもしれませんが。イメージすることは、楽しく簡単なことです。まず、イメージしてみることが、大切です。

イメージ力を活用しないなんて、大変もったいないです。**イメージ力は、知識より重要です。知識には限界がありますが、イメージ力は、世界を包み込む、無限大の力があります。**

イメージ力で、未来のことや先のことだけでなく、すぐ目の前のこともイメージしてみてください。繰り返しイメージすることで、しだいにイメージ力が高まってきます。イメージ力に、使用料はいりません。いつでも、どこでも、どんなことでも、すぐイメージしてみてください。やがていろんな機会に、すぐイメージできる習慣が、身につくと最強になります。必ずあなたの大きな味方に、なってくれることでしょう。



いい方へいい方へ考える 72 (117)



交通事故を起こし、あなたも相手もケガがなかったものの、お互いの車に少し傷が付きました。こんな場合、あなたは、どう考えますか。

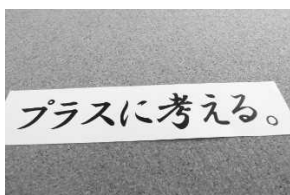
二人ともケガがなかったけど、車に少し傷がついて、腹が立つ。車に少し傷はついたが、二人ともケガがなく、運が良かった。どちらの方の考えに近いですか。

交通事故の状況は、同じなのに、考え方はかなり違います。前の考えは、悪い方へ考えています。後の考えは、いい方へ考えています。あなたは、どちらの考えに近かったですか。ひよっとすると、前の考えの人は、何かが起こった時、いつも悪い方へ悪い方へ考える人かもしれません。思考を悪い方へフォーカスするのです。後ろの考えの人は、何かが起こった時、いい方へいい方へと考える人かもしれません。思考をいい方へフォーカスするのです。

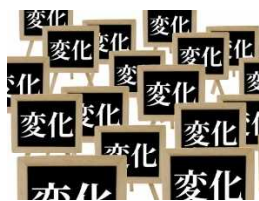
いい方へいい方へと考える人は、ポジティブであり、明るく、プラスに物事を考える人です。悪い方へ悪い方へと考える人は、後ろ向きであり、暗く、悲観的に物事を考える人です。**いい方へいい方へと考えて、行動できる人の方が、人生が充実し、幸せ感を持って、生活することができます。**

- ☆ マラソン大会は、今回雨で延期になったが、次回は、晴天で実施できそうだ。
- ☆ 売り上げが、目標に届かなかったけど、次回頑張れば、きっと達成できる。
- ☆ 生活のお金がなくなってきたが、来月真面目に勤務すれば、お金が必ず手に入る
- ☆ 会社をリストラされたが、次の新しい会社が自分に合っているように思う
- ☆ 実験は失敗したが、上手くできないことが分かったので、次の実験を工夫しよう
- ☆ 病気で入院したが、命の大切さが分かり、今後病気に注意をしたい

このように、**いい方へいい方へ考えるコツは、未来を明るくするように、考えることです。**本当に実現できるかどうかは、あまり気にしなくて構いません。いつも未来を明るく考えることが大切なのです。



臨機応変な対応 73 (172)



- あの人に、問題点を指摘しても、頭が固くて、対応を変えてくれない。
- あの方は、頑固な性格の人だから、別の方法を説明しても、変えようとしません。

このような人は、こうあるべき、こうするべき、から考えを抜け出すことができません。上手く対応できない時、身の危険を感じる時、危機的状況の時、困難な事が起こった時などは、いろいろな場の状況に応じて、適切な対応をしなければなりません。もし今までと同じようにやっていたら、大変なことになると思います。

四字熟語に【臨機応変(りんきおうへん)】があります。この意味は、その場のなりゆきに応じて、適切な手段をとったり対応を変えたりすること、融通がきくことです。

今の社会では、一寸先がどのようになるか見当が付きません。それだけ、社会の変化が早く激しいのです。そのような社会に対応できるように、臨機応変な対応が、できるようになりたいものです。

そのためには、次のことができるといいでしょう。

- ☆ いろいろな事態や状況をあらかじめ予想することができる。
- ☆ どんなことが起ころうが、柔軟に対応できる。
- ☆ トラブルやアクシデントに、落ち着いて対応できる。
- ☆ 他の人の意見ややり方を寛容に、受け入れる。
- ☆ 日ごろから、いろいろ違った経験を積んでおく。

何かが起こった時、臨機応変で、落ち着いて適切な対応ができれば、あなた自身が、進化することができます。

臨機応変な対応が、さらなるあなたの魅力を高めることになるでしょう。



1%の可能性を大切に 74 (183)



過去の大きな成功は、1%しか可能性がなかったのに、成功している場合が多いです。多くの人は、できないと思っているのに、1%の可能性を信じて、挑戦したのです。

1%の可能性があれば、成功する可能性は、あるのではないのでしょうか。ただ挑戦しなくて、できないと決めつけているだけです。

朝ドラ(まんぷく)の主人公は、即席麺づくりに挑戦しました。挑戦にあたっては、ほとんどの人が、そんなのは無理だ、できないと考えていました。それは、今まで世の中になかった物、全く想像できない物だったからです。

絶対できると信じていた主人公は、いろいろな困難を乗り越え、長い期間かかって、見事に即席麺づくりに成功しました。それは、1%の可能性を信じたからです。

人は、何か新しいことに挑戦しようとする時に、最初からできないと決めつけてしまいます。過去の失敗経験をもとに、不安がり、絶対不可能だと思って、やろうとしません。

**私たちの周りには、無限の可能性が、広がっています。
常識や先入観、ダメ意識に惑わされることなく、1%の可能性を大切にできる人になりましょう。
そうすれば、成功の可能性が、大きく高まることでしょう。**



自分と異なる人から学ぶ 75 (184)



世の中には、人間味がある人、心が大きい人、視野が広い人がいます。
このように、素晴らしい人が、多くいます。

この人たちは、どの人もはじめからそうだったわけでは、ありません。
いろいろな人からの出会いと学びで、成長してきたのです。

心を成長させ、運を呼び込むためには、自分自身が大きく成長することが大切です。
そのためには、自分と異なる人との出会いを大切に、いろいろなことを学ぶことです。

好きな人ばかり付き合っていたら、成長はありません。
異なる人の中には、自分が嫌いな人もいるかもしれません。
しかし、そういう人こそ、大きな学びがあるのです。

- ☆ どうしてあの人は、自分とは違う考え方をするのだろう。
- ☆ どうしてあの人は、自分の知らないことをたくさん知っているのだろう。
- ☆ どうしてあの人は、自分にできないことができるのだろう。
- ☆ どうしてあの人は、自分に比べ、いろんな人の話をしっかり聞けるのだろう。
- ☆ どうしてあの人は、自分とは違う行動を取るのだろう。
- ☆ どうしてあの人は、自分とは価値観が違うのだろう。
- ☆ どうしてあの人は、自分とは言うことが違うのだろう。

このような違いにこだわり、相手の立場になって、考えてみましょう。
多く交流をしていると、そのうちに少しずつ何故の理由が分かってきます。
なるほどと思えば、大きな学びがあります。

自分とは異なる人との出会いを大切に、自分にはないことを積極的に、学んでいきましょう。



小さい事にこだわろう 76 (187)



人は、小さい事にこだわる人を、あまり好きではないようです。
小さい事にこだわる人を、あまり良く言いません。

- そんな小さな事を、気にしなくてもいい。
- 小さな事は、心配しなくてもなんとかなる。
- もっと大きな事を考えて下さい。
- こんな小さな事より、もっと大事な事があるでしょう。

これでは、大切な物が見えなくなります。
アイデアやヒント、解決策等が見えなくなります。

学校で、算数の学力を上げたいと願います。
そこで、算数のテストの練習を繰り返します。
これだけでは、算数の学力は、上がりません。

もっとこだわりの必要です。
そこで算数の授業に、こだわります。
教師の学習の進め方、児童のノートの書き方、話し合いの仕方、最後のまとめの仕方などにこだわります。
さらに話し合いの仕方では、児童の考えやアイデアが引き出せる話し合いの仕方などに、深くこだわります。
授業だけではありません。
放課後のドリル学習、家庭学習などにもこだわります。

**大きな事だけにこだわってはいは、何も変化は見られません。
小さい事こそ、宝なのです。
小さい事にこだわってこそ、見えなかったものが見え出すのです。
少しずつ変化が見られるのです。**

- ☆ **これが関係がありそうだ。**
- ☆ **これが、解決への糸口になる。**
- ☆ **これを解決しないと先に進めない。**
- ☆ **もっと小さく見ると分かるような気がする。**

このように、どんな小さな事でもこだわり、深く追求しましょう。
小さい事にこだわるのが、多ければ多いほど、成功への大きな流れとなることでしょう。

素直にできる人に任せよう 77 (204)



自分のやるべきことが、なかなか進まないことがあります。
いろいろ勉強したり、人から聞いたりして、努力をしますが、進みません。
時間ばかり経ってしまい、非常に焦ってしまいます。

そんな時は、どのように対処すればいいのでしょうか。
自分には、どうしてもできないことを認め、素直にできる人に任せましょう。
そうするとやるべきことが、加速的に進むことがあります。

しかし、こんな人がいるかもしれません。

- 自分ができないことを、知られることが恥ずかしい。
- どんな人に任せればいいのか、わからない。
- 任せる人がいても、相手が嫌がると思ってしまう。
- 任せたい人に、依頼をする勇気がない。

このように、いろいろな悩みがあると思います。
しかし、勇気を出して、素直にできる人に任せることは、とても大切なことです。

- ☆ 自分ができることと、任せることを、適切に判断することができる。
- ☆ 人に任せることで、人を信頼することができ、人間関係が良くなる。
- ☆ やるべきことのスピードアップが図れ、よりよい方向に進む。
- ☆ 多くの人に任せることで、大きなことや組織的なことができる。

このように、大きなメリットがあります。
人に任せることは、あなたの恥でもなんでもありません。
素直にできる人に任せることができる人こそ、素晴らしいのです。

人間性が豊かな人は、任せることが、上手な人です。
これで、あなたのできる幅が、大きくなることでしょう。
安心して、頼れる人に任せましょう。



当たり前を当たり前 78 (209)



生きることは、簡単なことです。
それは、誰でもできるような当たり前のことを、当たり前にするばいいのです。

当たり前を当たり前でできる人は、強い人です。
未来が輝きはじめ、人として、大きく成長することができます。

それでは、当たり前のこととは、どんなことでしょう。

- ☆ おはようございます、さようなら、などの挨拶ができる。
- ☆ 何かをしてもらった時に、ありがとうございます、と感謝の言葉が言える。
- ☆ 人の話を、素直にしっかり聞くことができる。
- ☆ 掃除・洗濯・顔洗いなど、自分のことは、自分でできる。
- ☆ 他の人にウソをつかないで、自分に正直に生きる。
- ☆ 約束の時間、約束事など、人との約束を守る。
- ☆ モラルや法律等を守り、人に迷惑をかけたり、犯罪等を起こさない。
- ☆ 人に対して、優しくしたり、喜ぶことをしたりする。
- ☆ 夢や目標に向かって、向上心を持ち生活する。
- ☆ 毎日を楽しく、充実して生きる。
- ☆ 運動などをして、自分の体や心を健康に保つ。
- ☆ 毎日の睡眠時間を十分確保する。
- ☆ 読み書き計算など、生きていく上での基礎的な知識・技能を身につける。
- ☆ 毎日三食を、バランス良く食べる。

このようなことは、当たり前のことです。
しかし、当たり前のことが、少しできない人が、いるかもしれません。

当たり前のことを、当たり前でできるようになることは、人が生きていく上での大切なことです。
当たり前を人生の基礎・基本と思って、今後さらに徹底していきましょう。

あきらめの悪い人になろう 79 (226)



難しい仕事などを、精一杯頑張る人がいます。
しかし、精一杯頑張る人の多くが、次のような行動をします。

- ここまで頑張ったので、この辺でそろそろ止めよう。
- もう限界まで頑張れたので、この後はできない。
- これ以上は、自分の力ではどうしようもない。
- あと少しだが、難しいので、これからは他の人に、やってもらおう。

このように頑張ったけれど、あと少しなのに、途中であきらめてしまうのです。
難しい仕事なので、最後までできないのは、しかたがないのかもしれません。

しかし、このように、潔くあきらめてしまっただけでは、成果を得ることはできません。
おもしろい法則があります。
仕事などの成果は、あきらめの悪い人が、手にすることができるのです。
世の中の偉大な発見や発明は、全てあきらめの悪い人が、為し得たのです。

- ☆これでは、まだまだ完成ではない。
- ☆必ずもっともっとできることが、あるはずだ。
- ☆さらに問題点・改善点を探そう。
- ☆これぐらいで、あきらめたら、おしまいだ。

あきらめの悪い人は、他の人から嫌われたり、批判されたりするかもしれません。
気にしないで、いいのです。
悪く言う人には、言わせておきましょう。

あきらめが悪くて、徹底して粘り強く、前に進めることができる人は、確実に大きな成果を得ることができるのです。
あなたも、あきらめの悪い人になりましょう。



何事も二度目は簡単 80 (231)



初めてやることは、難しかったり、勇気がいったりします。
しかし、どんなことでも一度やってみると、二度目は簡単にできます。
これは行動だけでなく、何かを考える場合も同じです。

☆ 一度目の実験は、いろいろな試みをして、やっとできたが、二度目は、スムーズに実験ができた。

☆ 一度目の販売会は、予想もしないトラブルがあったが、二度目の販売会は、トラブルがなかった。

☆ 一度目の勉強は、覚えるのに時間がかかったが、二度目の勉強は、要領よく短い時間で覚えられた。

☆ 一度目の出産・育児は、分からないことだらけで、失敗の連続だったが、二度目の出産・育児は、あまり無理をすることはなかった。

☆ 仕事の工夫のアイデアを考え出すのに、一度目は、なかなか思いつかなくて、時間がかかったが、二度目は、要領が良くなり、早めにアイデアを考え出すことができた。

このように、何事も一度目は、難しかったり、時間がかかったりします。
二度目は、一度目の経験や考え方を土台にするので、簡単にできます。

一度目をなんとかクリアーして、二度目のチャレンジであれば、何事も上手くいく場合が多いのです。
二度目、三度目・・・と、さらに簡単になってきます。

何事にも自信をもって、二度目にチャレンジして下さい。



真心が人の心を動かす 81 (255)



国土交通省副大臣が、選挙応援演説中に、多くの人を前にして、下関北九州道路に関する調査費を、総理や財務大臣のお膝元であることに引っ掛け「忬度した」と発言し、大きな騒ぎとなった。この言葉を素直に受け取ると、総理や財務大臣のお膝元なので、調査費を計上したと言っている。

副大臣の権限で、偉い人の機嫌を取るために、調査費を計上していいはずがない。

調査費の計上は、副大臣の権限だけで、できるものではありません。それに、総理や財務大臣のために、調査費を計上するのは、大きな問題です。調査費は、国民や地域住民のために必要だから、計上すべきです。

すぐに国民からの批判を受け、副大臣は、言ったことは偽りであったと、撤回と謝罪をした。その後さらに、野党のみならず政権内部からの批判もあり、発言での騒動の責任をとって、副大臣を辞任することになった。

副大臣の辞任は、当然だと思います。このような真心のない言葉で、人の心は、動きません。人の心を動かすのは、その人の真心です。政治家は、国民に対して、嘘偽りでなく、真心から話をして欲しいものです。

**真心の意味は、真実の心、偽りや飾りのない心、誠意を意味します。
真心とは、ウソや偽りのない本当の心のことです。**

あなたが真心を持って、話したり行動したりすると、そのことが人の心を動かします。人は、あなた言動が真心からのものであるのか、敏感に分かるのです。真心からの言動は、人に感動、感謝、共感、情熱を与えます。そして、真心からの言動であれば、人の心を動かし、人が喜んで協力するようになります。

真心の言動ができない弱い心の人、うわべだけの言動で、さまざまな状況から、自分を守ったり、逃げたりします。これでは、人の心を動かすことは、できません。

**今まで世の中のすべての人々は、真心で、心を動かされてきました。
日々真心を持って、生きるようにしましょう。
あなたの真心が、周りの人の心を動かし、あなたのために、周りの人が動いてくれるのです。**



成長の三つの運 82 (261)



人は、人間関係の中で、成長します。
自分一人だけでの成長と、他の人の協力による成長は、大きな違いがあります。

自分一人だけで、どれだけ頑張ってみても、自分の成長の度合いは、限度があります。
他の人の協力による自分の成長の度合いは、限りなく大きな成長ができます。

仕事の場合で考えると、自分一人だけ必死に頑張っても、仕事の成果は、限界があります。
しかし、いろいろな人の協力による仕事の成果は、無限に大きなものになります。

成長には、三つの運が必要です。

- ① 上から引っ張り上げてもらう運
- ② 横から支えてもらえる運
- ③ 下から持ち上げられる運

この三つの運があなたにあると、あなたは大きく成長することができます。

① は、上司や目上の人に、可愛がられて、仕事などを任されたり、引っ張りあげてもらったりすることです。
こびるのではなく、任されたことに、真摯に取り組むことで、可愛がられます。

② は、友だちや同僚から、協力してもらったり、応援してもらったりして、横から支えてもらうことです。
同年代の友だちや同僚に対して、優しく、仲良く接するので、好かれていて、周りが放っておかないのです。

③ は、部下や目下の人に、尊敬され、信頼され、下から持ち上げてもらうことです。
後輩や年下の面倒見が良く、困ったことなどいっしょに心配し、助けたり、支えたりするので、持ち上げてもらえるのです。

**この三つの運があると、総合的に運が大きくなります。
人として、大きな成長を遂げることができるのです。**



さわやかな風が吹く 83 (281)



春になると、いろいろな場所に、さわやかな風が吹きます。

- 学校では、新入生が入学し、先生方も異動で、新しい学校勤務が始まります。
- 会社では、入社式があり、新入社員の勤務が始まります。
- 家庭においては、子どもの学年が一つ上がったたり、進学したりします。

今までマンネリとした環境に、変化が起こり、さわやかな風が吹きます。
さわやかな風が吹くと、みんなが元気になり、やる気に満ちあふれます。

さわやかな風は、この例のように、春だけに吹くのでは、ありません。
多くの人が、知恵を絞りながら、さわやかな風が吹くようにしているのです。

- ◎ 新装開店セール・バーゲンセール
- ◎ 会社等の勤務場所・勤務課等の異動
- ◎ 古くなった病院等の建物の建て替え
- ◎ 会社等の人事における昇任等
- ◎ 選挙や内閣の改造

このように、人々は、さわやかな風を吹かせています。
さわやかな風が、大切なのです。

もしあなたが、マンネリとした環境にいるのであれば、意識してさわやかな風を吹かせてみませんか。

- ☆ やりたかったことに、チャレンジしてみる。
- ☆ 家族で、行ったことのない所に、旅行に行く。
- ☆ 夫婦で、高級料理店で食事をする。
- ☆ 友だちといっしょに、思いっきり遊ぶ。
- ☆ 温泉に行き、体と心をリフレッシュする。
- ☆ 会社を辞め、起業する。

自分のやりたいことで、思いっきりさわやかな風が吹くようにしましょう。
きっと面白い変化が起こり、物事が良い方向へと進むことでしょう。



問題を隠さない 84 (298)



日本人は、いろいろな問題があっても、そのことを隠してしまう傾向にあります。問題を隠さないで、オープンにすることが、自分たちの恥と考えるようです。

それでは、問題の解決にはなりません。時が経てば経つほど、雪だるまのように、しだいに大きくなります。最後には、大きな問題となって、多くの人に知られてしまう結果になります。そうなれば、かなり問題の解決は、難しくなります。

例えば、学校でいじめが起こったとします。早い段階で、いじめのことを他の子ども達、親や教師に知らせ、オープンにします。すると他の子ども達、親や教師が働きかけ、当事者の子どもとともに、いじめの早期解決を図ることができます。深く心が傷つくことが、避けられるでしょう。

しかし、いじめを隠して、長く誰にも知られないようにしていたら、どうなるでしょう。いじめられた子は、死へと追い詰められるかもしれません。そうすると、いじめの解決どころか、取り返しのつかないことになってしまいます。

いじめだけではありません。

- ☆ 企業による不正行為
- ☆ セクハラ・パワハラ行為
- ☆ 薬物依存
- ☆ 事件・事故等
- ☆ 不祥事
- ☆ 金銭トラブル

このような問題を、意図的に隠す傾向にあります。これ以外にも、私たちのほんのちょっとした日常生活の問題なども同じです。

これからは、解決と未来へ目を向けましょう。問題を隠さないで、オープンにすることで、問題から逃げず、真剣に向き合しましょう。



物事に動じない心 85 (317)



誰でも心が動揺して、困ったことがあると思います。
予想外の物事が起こり、驚きで心がふらつきます。

驚きのあまり、怖くなったり、悲しんだりして、心が萎縮します。
それでは、冷静な判断や挽回のための適切な行動ができません。

- 車での家族旅行中に、突然の交通事故に合った。
- 順調に仕事が進んでいたのに、大きな失敗が起こり、仕事が頓挫した。
- 健康に過ごしていたのに、病院の検査で悪い結果が出た。
- 友だちとちょっとしたことから、大げんかになった。
- 投資していた会社が、急に倒産になった。

このような場合は、心が動揺します。
わずかな刺激に反応して、すぐびくびくします。

神経が、過敏になってしまいます。
神経が過敏になると、一の刺激を十にも百にも増幅してしまいます。
その後の判断・行動が、誤ってしまう可能性があります。

物事に動じない心を持ちましょう。

- ☆ 起こったことを、深刻に考えない。
- ☆ どうにかなると、楽観的に考える。
- ☆ 平常心を強く持つ。
- ☆ 慌てずゆつくりと、時間を取る。
- ☆ 大丈夫と、気持ちを落ち着かせる。

どんな物事が起ころうが、必ず何とかなるのです。
起こった時の対応が、あなたにとって、貴重な経験なのです。

物事に動じない心で、冷静に判断・対応しましょう。
あなたなら、必ずできます。



成功への最短距離にご用心 86 (324)



車で目的地に行く場合に、時間がかからないように、無理して最短距離で行こうとします。最短距離を選んで行くと、車が混んでいたり、道が狭かったり、危険だったりすることがあります。

意外と行くまでの時間が、予想以上にかかってしまいます。後で少し遠いけれど、広くて安全な道を選べば良かったと、反省します。こんな経験をしたことがある人は、多いのではないのでしょうか。

仕事においても同じです。新商品開発・販売において、時間・お金・人材をできるだけかけずに、最短距離でやろうとします。最短距離では、いい新商品の完成は、大変難しくなります。新商品が完成したとしても、トラブルや苦情が起こるでしょう。

成功には、次のことが必要です。

- ☆ 安全を十分配慮する。
- ☆ 必要な予算を確保する。
- ☆ 時間を十分確保する。
- ☆ 必要な人材をそろえ、知恵を結集する。
- ☆ 問題やトラブルなどに、適切に対処する。
- ☆ アイデアや技術を生かす。

最短距離が、楽でいいかもしれませんが、最短距離は困難を生じます。成功へは、いろいろなことに十分配慮して、地道で確実な道を進んでいきましょう。

成功への最短距離の誘惑に、負けないように十分ご用心して下さい。
成功への最短距離は、本当はないのです。



上手いかわない時は我慢しよう 87 (331)



今あなたの運は、上向きでしょうか。
それとも下向きでしょうか。

運が上向きであれば、いろんなことが上手いっているでしょう。
運が下向きであれば、いろんなことが上手いっていないでしょう。

バスケットボールの試合で、勝つための秘訣があります。
運が上向きであれば、どんどん積極的に攻めていき、シュートを多くして、得点を多く取ります。
運が下向きであれば、攻めるより守りに重点を置き、相手のシュートを防ぎ、相手に得点を取らせないようにします。

このような試合運びが、試合に勝つための秘訣なのです。
そんなことは、わかっている人が多いのですが、実際の試合では、なかなかこの通りには、できない場合が多いのです。
それは、運が下向きの時の守りが、徹底できないのです。

このことは、人生や日常生活においても、同じことが言えるのです。
運が上向いている時は、自然と積極的になれます。
しかし、運が下向きの時にも、今の運の状況がわからず、積極的になり多くのことが、上手いかわなくなりします。

運が下向きであれば、次のことに取り組みましょう。

- ☆ 運が下向きであることを、認識する。
- ☆ 積極的な行動を、一時止める。
- ☆ イライラしないで、気持ちを落ち着かせる。
- ☆ しばらく時間が経つのを、我慢して待つ。
- ☆ 運が下向きな原因をつかみ、改善できるようであれば、改善する。

運が下向きで、上手いかわない時に、どう対処するかが、とても重要です。
上手いかわない時は、なにかしらそれなりの理由があるのです。

上手いかわない時、無理をすることを止めましょう。
じっと運が向いてくるまで、我慢して待ちましょう。

我慢した分だけ、運があなたに近寄ってくるかもしれません。



困難は人を育てる宝 88 (340)



簡単なことは、人の力・知恵がいりません。
自分だけで考えて、すぐに解決できます。
心や思考に負担がなく、労力や工夫が必要ありません。
簡単なことでは、人が成長しないのは、当たり前です。

困難なことでは、どうでしょうか。
困難なことは、すぐにはできません。

- ☆ 必死に考え、知恵を使います。
- ☆ たくさん悩みます。
- ☆ 人にも相談します。
- ☆ 人と協力して考え、行動します。
- ☆ いろいろチャレンジしたり、失敗を繰り返します。
- ☆ 長い時間が、かかります。
- ☆ 強い心でないと、最後までできません。

このような経験をしないと、困難を乗り越えることはできません。
困難を乗り越える過程を通して、たくさんのことを学ぶことができます。
困難を克服することができれば、大きな喜びと自信を得ることができます。

人生には、たくさんの困難があるのが、当たり前です。
困難は、人を大きく育てる宝なのです。

困難がたくさんある人は、幸せです。
困難を楽しんで、喜んで困難に立ち向かって、生きていきましょう。



用が先か欲が先かの判断は 89 (344)



母親から、今日の夕食の材料の買い物を、お願いされました。
しかし、友だちといっしょに遊びに出て行きたいと、思っていました。

このような場合に、どうしたらいいか、迷ってしまうことがあります。
これは買い物と遊びの例ですが、あなたは、いつもどちらを先に考えるでしょうか。

この場合に、買い物は「用」です。
遊びは、「欲」です。

用(よう)の意味は、必要にこたえる働きのあること、役に立つこと、なすべき仕事です。
欲(よく)の意味は、ほしがること、自分のものにしようとする熱心に願うことです。

買い物を先に考える人は、用を先に考える人です。
遊びを先に考える人は、欲を先に考える人です。

このように用が先か、欲が先かの判断で悩む場合が、仕事や日常の生活、人間関係において、たくさんあります。
その度ごとに、どちらが先かを考えるのも、いいかもしれませんが、どちらかを先にすると決めておいた方が、悩む必要がないかもしれません。

基本的に、用を先にすることが、いいと思います。
用は、あなたがすべき義務と考えたら、いいでしょう。

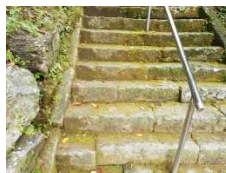
欲は、あなたがすべき義務では、ありません。
我慢して欲を抑えさえすれば、しなくても困ることはありません。

用を先にして、欲を後にすれば、気持ちが明るくなります。
欲を先にして、用を後にすれば、気持ちが暗くなります。

用を先にするように、日頃から判断していきましょう。
いつも判断がぶれないことが、大事です。



石段登りから学ぶ成功の秘訣 90 (366)



皆さんは、日本一の石段を知っていますか？

場所は、熊本県の美里町にあります。

この日本一の石段は、釈迦院御坂遊歩道です。

もともとあった遊歩道(御坂)に、町の活性のための観光スポットとして、この日本一の石段が昭和63年に作られました。

私は、若い頃に、一回登りましたが、大変見晴らしがよく、少しキツくはありましたが、なんとか登ることができました。

六十一才で、再度三千三百三十三段の長い石段登りに挑戦しました。

二百段登ったところで、急に足が重くて、動かなくなりました。

こんな調子では、最後まで登ることはできません。

登るのを止めたい気持ちになりましたが、我慢してまた登りはじめました。

しかし、少し登ると足が重くなり、なかなか先に進めません。

しばらく休んでみると、不思議なことに、足が軽くなるのです。

足が軽くなると、また登りはじめました。

これの繰り返しですが、間違いなく少しずつ前に進んでいきました。

どのくらい登ったかがわかるように、百段ごとに目印がありました。

これがとても役に立ちました。

今は千五百段目だ、何とかさらに百段登るぞ、と目標になりました。

百段ずつ先に進むのがわかるので、元気を与えてくれました。

半分ぐらい登ると、もう半分も登ったと、嬉しくなりました。

登る途中で、多くの方が、私に優しく声をかけてくれました。

ある青年は、「飲み物を持っていますか」と私を心配してくれました。

人との出会いで、なんだか足が軽く感じられました。

残りが少なくなると、登るのに慣れ、最後まで登れそうだと感じました。

頂上に近づくとつれて、あと少しだと、希望と喜びがこみ上げてきました。

頂上まで登り詰めた時は、満足と幸せいっぱいになりました。

頑張ったと、自分をしっかりほめました。

石段登りの経験は、夢や目標、成功の実現の秘訣を教えてくださいました。

☆ 夢や目標、成功の達成の願い・意志を強く持つ。

☆ とにかく行動する。

☆ 途中で苦しい時も諦めず、少しずつでも前進する。

☆ 達成までのステップを小さく分けて、クリアしていく。

☆ 十分な睡眠を取り、時々休憩もする。

☆ 一人だけでなく他の人といっしょにしたり、協力してもらったりする。

☆ 前進することを喜び、自信とする。

☆ 達成が近づいても、気を抜かず最後までやり遂げる。

残念ながら途中で、登るのを諦めている人も、見かけました。

私に最後までやり遂げるという、強い意志があったから、最後まで登り切ることができたのかもしれません。

頑張る人には応援あり 91 (376)



運動場が、梅雨が終わり、草だらけになってしまいました。
このままでは、草の上を走ったり、遊んだりすることになります。
いつも以上に梅雨が長く、このようになったのかもしれませんが。

そこで、朝学校が始まる前に、草取りをするようにしました。
もちろん私一人です。

毎日、三十分間程草取りを、黙々と頑張っていました。
一週間ほど経った時に、一人の先生が、いっしょに草取りをしてくれるようになりました。
特にお願いしたのでありませんが、自主的に協力してくれました。

すると日にちが経つにつれて、少しずつ協力する先生が、増えていきました。
また、その様子を見ていた子ども達が、手伝ってくれるようになりました。

自主的に協力してくれる姿に、感謝で一杯になりました。
さらに、そのことを聞いた保護者や地域の方も、協力していただけるようになりました。

たくさんの方の応援があり、運動場に草がなく、整備された美しい運動場になりました。
先生方、子ども達、保護者や地域の方みんなで、大喜びをしました。

都会のある救急病院が、予算の関係で、どうしても救急医療を続けることが、できなくなりました。
病院の先生方は、ぜひ救急医療を続けて、地域の方々の命を救いたいとの強い願いで、一億円の寄付を募りました。

一億円という大金ですが、寄付を募るとすぐに、一億円以上寄付が集まりました。
先生方の願いが、多くの方の賛同を得たのです。

このように、頑張る人をみんなが見ているのです。
いいことをしていると、わかっているのです。
頑張っている人のファンなのです。

必ず頑張る人には、応援する人が、多くいるのです。
あなたが、今頑張っているなら、たくさんの人から、応援のパワーをもらっていることでしょう。



雑にできる仕事はない 92 (382)



職場で、どうして自分には、こんな雑な仕事しか任されないのかと、考える人は多い。雑な仕事でも、真面目に取り組む人は、心配ないでしょう。

- 雑な仕事だから、雑に仕事をしてもいい。
- 雑な仕事では、自分の価値は、発揮できない。
- 雑な仕事を与える上司は、自分に意地悪をしている。
- 雑な仕事しかさせてくれないので、会社を辞めよう。

このように考える人は、とても心配です。

自分は、もっと高い価値がある人間だと考えて、会社を辞めた人がいました。いろんな会社が、自分の価値を認めて雇ってくれと、考えたのです。

雑な仕事ができない人を、雇う会社は、どこもありませんでした。収入がなくなり、夫婦関係が悪くなり、離婚になりました。その人は、最後には、とうとうホームレスになったそうです。

その人は、雑な仕事だと考えただけですが、結果は大変なことになりました。雑な仕事は、ひとつもありません。どんな仕事も、みんな会社の重要な仕事なのです。雑な仕事と考えるのは、明らかな間違いです。

- ★ 雑な仕事と思うのは、自分にその仕事の面白さを、見いだす力がないのです。
- ★ 意地悪な上司と思うのは、自分に上司の良さに、気づく力がないのです。
- ★ 会社が悪いと思うのは、会社の仕組みや組織の良さに、気づく力がないのです。
- ★ 自分の価値が高いと思うのは、他の人の価値を見いだす力がないのです。

豊臣秀吉がまだ木下藤吉郎という、信長の草履取りの時代のことです。ある雪の夜、信長が女部屋からの帰りに下駄を履くと、温かくなっていたので、「おまえは腰掛けていたな、不屈者め」と怒って秀吉を杖で打ちました。ところが、秀吉は頑として「腰掛けてはおりません」と言い張ります。信長が「温かくなっていたのが何よりの証拠だ」と言うと、秀吉は「寒夜なので、御足が冷えていらっしゃるだろうと思い、背中に入れて温めておりました」と答えました。「ではその証拠は何だ」と尋ねられると、秀吉は衣服を脱いだところ、背中に下駄の鼻緒の跡がくっきりとついていました。信長は感心し、すぐさま彼を草履取りの頭としました。

信長の足が、冷たく感じないように、秀吉は、知恵を使い真心を込めて、背中に入れていたのです。秀吉の最高の仕事ぶりだと、感動するばかりです。

どんな雑な仕事でも、自分の持てる力を十分発揮して、最高の仕事をしましょう。最高の仕事をすべきと考え、行動することが、あなたの成長と評価につながります。

ゆっくりすれば大きく見える 93 (393)



知らない多くの人々が、集まりました。
そこで、自己紹介をすることになりました。

自己紹介する時に、どうしたらみんなが聞いてくれるのでしょうか。
どうしたら自分を大きな人物に、見せることができるのでしょうか。

自己紹介の内容を工夫することは、大変いいことだと思います。
それ以外にも、とてもいい方法があるのです。

それは、自分の言動をゆっくりすれば、いいのです。
具体的に自己紹介の時は、次のようにしましょう。

- ☆ ゆっくり椅子から、立ち上がる。
- ☆ 話をする場所まで、ゆっくり行く。
- ☆ ゆっくりはじめのお辞儀をする。
- ☆ ゆっくり名前を紹介をする。
- ☆ ゆっくり自分のことを話す。
- ☆ ゆっくり終わりのお辞儀をする。
- ☆ ゆっくり自分の場所まで戻る。
- ☆ ゆっくり椅子に腰掛ける。

このようにゆっくりとした言動をすると、落ち着いていて、重要な人物に見られます。
ゆっくりと言動をすることで、思考も熟慮できるようになり、責任感を増します。

ゆっくりと自己紹介する人と、慌てて自己紹介する人では、ハッキリとした大きな違いになります。
名刺を相手に渡したり、相手から名刺をいただく時も、ぜひ名刺を大切に、ゆっくりと名刺を渡したり、いただいたりしましょう。

日常生活や仕事において、特に重要な場面では、意図的にゆっくりとした言動をすると、あなたの信頼や評価が高まるでしょう。



ひらめきを味方にしよう 94 (400)



私が大好きな人の一人に、精神科医の故齋藤茂太がいます。
齋藤茂太は、歌人・齋藤茂吉の長男、作家・北杜夫の実兄です。
「脳を鍛える五十の秘訣」など多くの著書があり、亡くなられた今でも、多くの方々に愛されています。
齋藤茂太は、人から親しみやすいように、モタさんと呼ばれています。
モタさんの本は、ベストセラーになった本も多くあります。
どうして多くの本を書くことができるのか、本の中で紹介されていました。

新聞や本を読んだり、テレビを見ている時、パーティーでスピーチに耳を傾ける時など、気に入った言葉に出会うと手帳にメモをしておく。
そして移動の車中などで開いては反芻し、「うまいことを言うもんだなあ」などと感心している。

モタさんは、いろいろな機会に、いいなと頭がひらめいたことを、手帳にメモをして、それを味方にして、たくさん本を書くことができるのでしょう。
もちろん手帳に書くのは、ひらめいたアイデアや生き方のヒントになるようなこと、面白かったこと、感動したことなどもメモをされるそうです。
頭の中のひらめきを自分の味方にして、手帳にメモをして、楽しんでいる姿が、素晴らしい限りです。
私もモタさんのマネをして、いろいろな所に、手帳や付箋、白紙を置いておき、ふとひらめいたことを、その時に書き留めるようにしています。
そして、そのひらめきをもとに、ブログを書くようにしています。
ブログに書けるような材料はないだろうかと、常日頃から意識していると、ふとした時に、アイデアがひらめくので、自分自身に感心しています。
人を何かを成し遂げたい、成功したいと強く思うときに、どうしたらいいかアイデアや解決方法などを考えます。
考えただけで、すぐ出てくるようであれば、十分考えているとは言えないかもしれません。
もっと良い考えはないかと、いつも探し続けていると、ある時に、あなたの中にひらめくのです。

- ★トイレに入って、気持ちがいい時かもしれません。
- ★面白いテレビ番組を見ている時かもしれません。
- ★夢を見て、目が覚めた時かもしれません。
- ★お風呂にゆっくり浸かっている時かもしれません。
- ★知り合いと楽しい話をしている時かもしれません。

これだと思ったら、すぐにメモをするようにしましょう。
ひらめきは、不思議なもので、すぐ忘れてしまいがちなのです。
ひらめきは、あなたの頭の能力を十分活用して、導き出された結果なのです。
ひらめきは、大変役に立つことが多くあり、実行すると上手くいく場合が多いのです。

ひらめきを意識して活用している人は、日頃から物事を真剣に考えている人です。
ぜひひらめきを、自分の味方にして、人生を充実したものにしていきましょう。

備えがあれば心配なし 95 (415)



雨のことを心配している人が、多いと思います。
それは、朝は雨が降っていないなくても、いつ雨が降り出すか分からないからです。

今日は天気が良いと思っていても、仕事から帰る時に、急に雨が降り出す場合があります。
傘を持ってきてなくて、困ってしまいます。
雨がなかなか止まずに、とうとう雨の中を家まで濡れて帰る場合があります。

朝から傘を持って、家を出れば良かったと、強く反省します。
心配な時は、折りたたみ傘をバッグに入れておくと、安心です。

同じように、準備をしていなかったために、失敗したことがあります。

- 体育館に来場者分の椅子を準備したが、来場者が多くて椅子が足りなくなった。
- プレゼンの資料を準備していたが、数が少なくて、全員に配布できなかった。
- 夜に落雷があり、真っ暗になったが、懐中電灯やろうそくを準備していなかった。
- 買い物に行き、たくさんの品物を買おうとしたが、お金が足りなくなった。
- 山登りをしている途中で、足を草で切ってしまったが、薬などを持ってきていなかった。

このような失敗は、あらかじめ想定していて、準備をしていれば、防げたことでしょう。

諺に「備えあれば憂いなし」があります。
この意味は、普段から準備をしていれば、いざというときに対応がしっかりとできるということ、日ごろから準備や対策をしていれば、何かが起こっても心配いらぬということなのです。

いくつか似た言葉を、紹介します。

- ☆ 供給することは防止することである
- ☆ まさかのときに備えて貯蓄せよ
- ☆ 雨の日のために何かを貯えておけ
- ☆ 最善を願いながら、最悪に備えよ
- ☆ 後悔するより、安全な方がいい
- ☆ 最善を願いながら最悪に備える
- ☆ 転ばぬ先の杖

熊本地震があり、その後地震に備えて、防災グッズなどを準備している家庭が多くあります。
もちろん私の家も、いざという場合に備えて、防災グッズを準備して、袋の中を定期的に確認しています。

どんなことでも、あらかじめ準備をしておけば、心配なくて済み、いざという場合に、適切な対応ができるのです。
準備することの大切さを、肝に銘じて、生活したいと思います。

頼み上手になろう 96 (418)



自分の仕事で、必死になっている時に、隣の席の人から急に、この文書を五部コピーして、と言われました。

皆さんは、どうしますか。

○ どうして自分がしなければいけないの、私も今忙しいの。

○ そんなことなら、自分ですれば、私はしたくない。

このように思う人が、多いのではないのでしょうか。

しかし、相手の様子を見て、しかたがなくゆっくりとコピーを、してあげる人もいるかもしれません。

相手が気分を害するような頼み方は、あまりよくありません。

特に強制力を持った言い方では、相手から強い反発があります。

人を動かすことが上手な人は、頼み上手です。

頼みをどう工夫して伝えるかが、重要なのです。

イソップ童話の「北風と太陽」を紹介します。

北風と太陽が彼らの力について、言い争っていた。

議論ばかりしても仕方がないので、旅人を裸にしたほうが勝ちだということにした。

最初は北風の番だ。

北風は思いきり強く、「ビューッ！」と吹き付けた。

旅人は震えあがって、着物をしっかり押さえた。

そこで北風は、いちだんと力を入れ、「ビュビューッ！」と吹きつけた。

すると旅人は、「うーっ、寒い。これはたまらん。もう一枚、着よう」と、今まで着ていた着物の上に、もう一枚重ねて着てしまった。

北風はがっかりして、「君に任せるよ」と、太陽に言った。

そこで太陽は、ぽかぽかと暖かく照らした。

そして、旅人がさっき一枚よけいに着た上着を脱ぐのを見ると、こんどはもっと暑い、強い日差しを送った。

じりじりと照りつける暑さに、旅人はたまらなくなって、着物を全部脱ぎ捨てると、近くの川へ水浴びに行った。

これは「強制より説得の方が、有効なことが多い」という教訓です。

つまり、人に何かをさせたいと思ったら、腕力や権力によって、力づくでさせるより、相手その気になるように、言って聞かせた方が有効なのです。

コピーをさせる場合は、次のような言い方がいいでしょう。

今緊急の会議の最中で、この文書が五部不足していたので、困っているの。

忙しいと思うけど、大至急コピーを協力して欲しい。

今なら間に合いそう。

この次、あなたが何か困った時は、協力するから、お願い。

このように、目的や状況等を優しく説明すると、相手も協力してくれるのでは、ないでしょうか。

その人その人の性格等に合わせて、目的を明確にして、優しく頼みましょう。

きっとあなたに喜んで、協力してくれることでしょう。