

チーム力で勝利をつかめ 97 (423)



元テニス世界ランキング一位の大坂なおみは、ウィンブルドンで初戦敗退を喫しました。敗退後の会見で『もう出てもいい？ 私、泣きそうだから』と、途中退席しました。

大坂なおみのメンタルは、ボロボロのようです。もう長い間、そんな状態が続いているようにも感じます。

それまでは、前コーチ(サーシャ・バイン)などスタッフとチーム力で、勝利をつかんできました。しかし、大坂なおみは、前コーチとの個人的な感情で、前コーチとの契約を破棄し、別のコーチを選んだのです。

その後の試合は、まるで別人のような試合ぶりで、惨憺たる結果が続いています。弱かった大坂なおみを、世界ランキング一位にまで成長させた、前コーチの偉大さを強く感じます。

世界のレベルは、甘くありません。自分だけでやれるほど、簡単に勝てるレベルでは、なくなっています。ライバルたちはみな、選手一人の力でなく、メディア戦略、データ分析なども含め、総合的なチーム力を結集し、しのぎを削っているのです。

ところが今の大坂なおみは、自分以上のもの、自分以外のものを極力排除し、自分の感覚だけで、戦おうとしているように見えます。そうしたメンタリティーが、女王であり続けるための障害になっているように、感じます。

今テニスの世界は、決して一人では勝てないのです。

大坂なおみが、もう一度上昇気流に乗るために、こうした発想と志向性を変えることができるかが重要です。

また大坂の信頼を得て、それを助言できるスタッフやコーチに出会えるかどうか、打開への大きな鍵になるのではないかと思います。

このことは、テニスに限ったことでは、ありません。

他のスポーツや仕事など、多くのことでも、一人では勝てません。

自分の周りに、有能で信頼がおけるスタッフを集めましょう。

そして、勝利をつかめるように、全員で知恵を使い、行動を起こして、総合的なチーム力で戦っていきましょう。

☆ チームの仲間の話を、しっかり聞きましょう。

☆ チームの仲間で、言いたいことを言い合しましょう。

☆ チームの仲間を信頼し、尊敬しましょう。

☆ チームの仲間で、方向性と取り組みを明確にして、実践していきましょう。

☆ チームの仲間で、助け合い、協力しましょう。

このようにチーム力を、無限に高めさえすれば、勝利の女神が微笑んでくれることでしょう。

責任ある孤独を楽しもう 98 (429)



誰でも大きな決断をしなければならない時があります。
特に社長やリーダーなどは、たびたび決断をしなければなりません。

決断をする時は、多くの人の考えや意見を聞きます。
しかし、最終的には、自分で決断をしなければなりません。

決断を下すことは、その決断に賛同する人もいれば、反対する人もいます。
恨まれることも多くあり、判断を間違えた場合は、責任者として苦境に立たされます。

もちろん相談相手はいるでしょうが、最終的には自分一人で、悩み考え、自分一人で決断しなければなりません。
ですから責任ある立場の人は、強い孤独を感じるのです。

社長やリーダーだけでなく、どんなことであれ責任を持って引き受けた人は、同じように強い孤独を感じるに違いありません。
責任ある立場になれば、孤独は避けられないのです。

例えば登山を予定しているグループが、山の麓まで来て、天候が少し不安定になりました。そのまま登山を実施するか、中止するか判断をしなければなりません。

グループの責任あるリーダーが、情報を收拾するとともに、メンバーからの意見も聞きます。
そんな時は、リーダーは、強い孤独を感じます。
しかし、自分の信念に基づいて、正面から向き合い、最終的に判断をします。
判断を間違えると、メンバーの命が失われることになり、責任重大なのです。

ドイツの哲学者のショーペンハウエルは、「孤独は、優れた精神力の持ち主の運命である。」の言葉を残しています。

責任ある孤独をマイナスに考えるのではなく、プラスに考えてみてはどうでしょうか。
信頼あるあなただから、誰も引き受けたくない判断を、あなたに任せているのです。

責任ある孤独を暗く考えないで、責任ある孤独を経験できる喜びと、考えてみたらどうでしょうか。
思い切って責任ある孤独を楽しんだら、どうでしょうか。

楽しむとリラックスして、適切な決断が、きっとできると思います。
孤独を楽しむ回数が多いほど、あなたは知恵と勇気を手に入れることができるでしょう。

柔軟な思考を手に入れよう 99 (431)



アリストテレスは、天動説を唱えました。

地球が宇宙の中心にあり、太陽と月以外に5つの惑星が地球の周りを回っていて、遙か彼方の恒星天球がゆっくりと回っているという考え方です。

このアリストテレスの宇宙論は、2000年にわたって人々が信用したのですが、観察に基づいているのは事実です。

しかし、それを否定したのが、コペルニクスの地動説です。

コペルニクスの考え方は太陽が中心にあり、地球がその周りを回っていて、私たちはその回っている上にいるから、太陽が昇ったり、沈んだりしているように見えるという考え方です。

これは本当にコペルニクス的大転換です。

このようなことは、少し見るだけでは考えようがありません。

しかし、様々な運動を調べると、そのように解釈するのが自然であったので、地動説が出てきました。

地動説は次第に広がっていきましたが、その中でさらに大事な発見がありました。

それはガリレオ・ガリレイの発見です。

ガリレオは、皆さんがよくご存知のように、振り子の等時性を発見しました。

また、彼は地動説を信じていて宗教裁判にかけられた時も、判決が下った後に、「それでも地球が回っている」というように呟いたと言われています。

このように地動説を人々が信じるまでに、長い時間と人々の努力と苦労があったのです。

もっと人々に柔軟な思考があれば、地動説を受け入れることに、そんなに時間がかからなかったかもしれません。

賢い人は、柔軟な思考を持っています。

問題を解決する時も、周りの人たちとよく話し合います。

自分が気づかなかったことを指摘する意見に耳を傾けたり、自分の考えより良い意見があれば、柔軟に取り入れます。

ですから、問題を的確に解決でき、周りの人からの信頼があるのです。

愚かな人は、固執的な思考を持っています。

自分の考えのみにこだわり、周りの人の良い意見も「くだらない意見だ」と決めつけてしまいます。

自分の考えが、一番良いとうぬぼれ、独断で行動します。

当然問題を上手く解決することはできません。

周りからの信頼はなくなり、協力者も遠ざかってしまいます。

フランスの思想家のモンテーニュは、「愚者の最も確かな証拠は、自説に固執して興奮することである。」の名言を残しています。

心のドアをオープンにしましょう。

周りの人のいろいろな意見を、素直に聞き、積極的に吸収・活用しましょう。

そうすれば、柔軟な思考を手に入れることができ、「賢い人」として、成功を手に入れることができるのです。

小さな力がおおきなうねりに 100 (436)



昔子ども達の非行や問題行動が多く、大変荒れた学校がありました。先生や保護者などの力では、どうすることもできない学校でした。そんな状況の中で、ある生徒が、毎朝校門の前に立ち、笑顔で挨拶をする取り組みを始めました。

ある生徒は、楽しい学校にしたいという、強い気持ちがあったのです。

初めのうちは、ほとんどの生徒は、挨拶を返すことがありませんでした。

逆にある生徒をバカにしたり、止めるように言ったりしていました。

そんな状況でも、決して諦めることなく、毎日校門に立ち続けました。

ところが、しだいに他の生徒が一人二人と、いっしょに校門に立つようになりました。

その後生徒だけでなく、先生や保護者もいっしょに、立つようになったのです。

その頃から、少しずつ笑顔で挨拶を返す生徒が、多くなりました。

学校の雰囲気も変わり始めたのです。

ある生徒の活動に刺激を受け、生徒会が動き出しました。

生徒会が中心となって、すべての生徒に呼びかけ、みんなで楽しい学校にする取り組みを真剣に考え、一致団結して実行したのです。

時間はかかりましたが、大きく学校が変わり、落ち着いた楽しい学校に、変わりました。

ある生徒の小さな行動が、学校全体を生まれ変わらせたのです。

寓話の「百万分の一の命」を紹介します。

私の友人がメキシコを訪れたときの話だ。

夕暮れ時、人影の途絶えた海岸を歩いていると、遠くのほうに誰かが立っているのに気がついた。

近づいて見ると、メキシコ人の男が何かを拾っては海に投げ入れていた。

よく見ると、それはヒトデだった。

男は、引き潮で波打ち際に取り残されてしまったヒトデを、一つ一つ拾い上げては海に投げ入れていたのだ。

どうしてそんなことをしているのだろうと不思議に思った友人は、男に話しかけた。

「やあ、こんばんは。さっきから気になっているんだけど、何をしているのか聞いてもいいかね？」

「ヒトデを海に帰してやっているのさ。見ろよ、たくさんのヒトデが波で打ち上げられて、砂浜に取り残されてしまっているだろう。おれがこうやって海に投げてやらなかったら、このままひからびて死んじゃうよ」

「そりゃあ、もっともな話だが、この海岸だけでも、何千というヒトデが打ち上げられているじゃないか。それを全部拾って海に帰してやるなんて、どう考えても無理な話じゃないかな？ それに世界中には、こんな海岸が何百もあるんだよ。君の気持ちは分かるけど、ほんの一握りのヒトデを助けたって、何にもならないと思うがなあ」

これを聞いた男は白い歯を見せてニッと笑うと、友人の言葉などおかまいなしに、またヒトデを拾い上げて、海に投げ入れた。

「いま海に帰ったいったヒトデは心から喜んでいさ」

そう言うと、また一つヒトデを拾い上げ、海に向かって投げ入れたのだった。

最初の力がどんなに小さくても、多くの人の思いや努力で、どれほど大きな影響が現れてくるかは、誰にも分かりません。

ごく小さな変化がきっかけで、非常に大きな変化をもたらす可能性もあるのです。

小さなことこそ、大きな価値があると考えましょう。

小さな力の積み重ねが、大きなうねりとなるのです。

ヘッドピンを探そう 101 (453)



久しぶりに昔からの親友とお酒を飲みながら、楽しいひとときを過ごしました。親友は約四十年営業の仕事をしていて、営業のプロなのです。

そこで、営業で会社を訪問した時に、誰に営業の話をするのか、聞いてみました。すると、会社の様子を見ていて、誰に話をすれば、上手くいくかがわかるとのことでした。

その人に何とか話を聞いてもらえば、話が上手く進んでいく場合が多いのです。親友は、会社において、影響力のある中心的な人物を、見抜く力があるのです。

ボーリングにおいても、ピンが十本ありますが、一番重要なのがヘッドピンです。ヘッドピンにボーリングの球が当たると、ストライクになる可能性があります。

ヘッドピンに当たらないと、ストライクには決してなりません。ヘッドピンを外さないことが、高得点への近道になります。

諺で「画竜点睛を欠く(がりょうてんせいをかく)」があります。

高名な画家・張僧繇(ちょうそうよう)が、瞳のない二匹の竜を寺の壁に描きました。何故かと尋ねると「瞳を入れたら天へ飛び去ってしまうため」と答えましたが、誰も信じません。そこで、張が一匹の竜に瞳を入れたところ、壁から飛び出して飛び去ってしまったとのことでした。

諺の意味は、物事をりっぱに完成させるための、最後の仕上げを忘れること、また、全体を引き立たせる最も肝心なところが、抜けていることです。全体としてはよくできているが、最も肝心な部分が抜けているので、価値がありません。

影響力のある中心人物、竜の瞳は、とても重要なポイントです。ボーリングで言えば、ヘッドピンなのです。

- ☆ 何かを成し遂げたい時に、最重要な事項のヘッドピンを探し、トライをする。
- ☆ 多くの人を動かす時に、最重要な人材のヘッドピンを探し、協力を依頼する。
- ☆ 問題を解決するためには、最重要なカギのヘッドピンを見つけ、解いてみる。
- ☆ 機械を製造する時に、まず心臓部分になるヘッドピンを設計し、完璧に製造する。

ヘッドピンを意識すると、今まで見えなかったことが、見えるようになります。何が最も大切で、重要かが分かるのです。

何事にもヘッドピンを探し、取り組むと、良い結果がついてくるのです。

部分と全体を見よう 102 (454)



何かに必死になって、取り組む場合に、あなたはどこを見ていますか。
おそらく自分の目の前のことを、見ているのではないのでしょうか。

必死になればなるほど、視野が狭くなります。
気がつけば周りのことが見えなくなり、目の前のことしか視界に映らなくなるのです。

諺に「朝三暮四」があります。
これは古代中国の話です。

ある猿回しが餌代を節約しようと思い、飼っている猿に与える餌を、朝三つ、夕方四つに減らしました。
すると猿たちは、「少ない！」と怒ったそうです。
そこで男は「ならば朝に四つ、夕方に三つではどうだ」と提案したところ、猿たちは大いに喜びました。

猿たちは、目先のことにこだわるあまり、全体では変わらないことに気づかないのです。
このようにどうしても部分だけを見て、全体が見えないのです。

大工が家を建てる時に、部分だけを見て仕事をしていたのでは、しっかりとした家はできません。
部分を見て仕事を進めながら、全体も見て進み具合を調整します。
全体を見ると、部分の修正が必要な場合もあります。
そのようにして、図面に基づいた正確で、頑丈な家が完成するのです。

**何かに取り組む場合に、朝三暮四では、いけません。
常に部分と全体を見ながら、進めましょう。**

もちろん全体を直接見ることができない場合などは、図面・計画を見るのもいいのです。
何も無い時は、頭の中で部分と全体を想像しましょう。

夢中になればなるほど、簡単に朝三暮四を受け入れてしまうので、十分ご注意ください。



楽なことには罠がある 103 (461)



勉強や仕事の途中で、苦しいことや難しいことがあります。
そんな時に、周りの人が楽に見えてきます。
今の自分が、馬鹿らしく思えてくるのです。

自分が、少しぐらい楽をしてもいいだろうと、考え始めるのです。
そこで、楽な道を選び、途中で手を抜いたりします。

そうすると、勉強や仕事の結果は、悪くなるばかりです。
ここで、中国の昔話を紹介します。

農夫が畑仕事をしていると、一匹のウサギが走ってきて木にぶつかり、死んでしまいました。
農夫は、そのウサギを市場で売って、お金を得ることができました。
「汗水流して畑を耕すよりも、木にぶつかって死ぬウサギが現れるのを待っている方が、楽だし、
お金になる」と考えた農夫は、それ以来、まじめに働くことをやめ、来る日も来る日も、ウサギが
木にぶつかるのを待っていました。
しかし、そんなウサギは二度と現れませんでした。

この話は、「こっちの方が楽そうだ」と、自分に与えられた仕事や使命を投げ出してしまっても、結
局いいことはない、という教えが表されています。

人は、苦しみを味わうより、楽な方が好きです。
楽な方に逃げたいと思う、心の弱さがあるのです。

楽なことで、勉強や仕事の結果が出せることは、決してありません。
お金儲けなども同じで、楽をして、大金を得ることは、決してありません。

**楽なことには、必ず罠が潜んでいるのです。
その罠に入り込めば、大きな失敗や挫折を経験することになります。**

楽なことには罠があると信じて、愚直に自分が選んだ仕事、自分が信じる道を、地道に貫いてい
けば、きっといいことが起こるのです。



先入観なしに何でも見よう 104 (479)



国内旅行や海外旅行に行く人は、年々多くなっています。
未知なる場所で、初めての経験をしたり、新しい情報などに触れ、感動します。

私もタイ・香港・蘇州・グアムなど海外旅行の経験がありますが、はじめて見る物や美味しい料理、人々の温かさなど、感動でいっぱいになりました。
また、日本の国と大きな違いがあり、珍しさに興奮しました。

幕末から明治にかけて活躍した人物に、勝海舟がいます。
威臨丸という船の船長として太平洋を渡り、アメリカへ行ったことでも有名です。

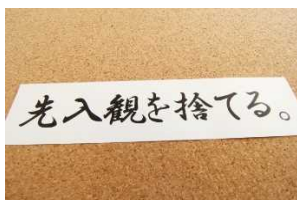
江戸時代末期は、海外との交流が盛んになり、欧米の産業や文化を学ぶために海外へ行く必要性を、だんだん日本人も感じてきた時代でした。
そんな中に、勝海舟は次の名言を残しています。

外国へ行こうという者が、「その国の事情をよく知ってから行こう」と考えるのは、よくないことです。
何も準備をせず、ふいと行ってきて、先入観なしに外国を見てくるのがいいのです。

現代にも、この勝海舟の言葉は参考になるでしょう。
事前準備の段階で誤った先入観を持ち、そのまま海外へ行ってしまうと、せっかくの海外での暮らしが、台なしになってしまうケースもあるようです。

これは、海外旅行だけではありません。
例えば、はじめての人に会った時も、あらかじめ得た情報をうのみにして、先入観を持って対応したら、大変なことになるかもしれません。
先入観なしで、あなたの直感と感性で、その人を見て対応することが、より人間味が伝わります。
予断や偏見のない正直な目で、見ることができます。
驚きや感動、喜びが伝わります。

このように、先入観なしに、何でも見ようとする姿勢が、日頃からとても大切なことなのです。



自分の出した結論は変えない 105 (482)



自分が出した結論を途中で、変える人がいます。
なかには途中で結論を変えたのに、しばらくすると、はじめの結論に戻す人もいます。

例えば、「上司が部下に、この仕事を明日までに仕上げてください」とお願いをします。
途中で、上司が部下に、「さっきお願いした仕事はしないで、別の仕事をしてください」とお願いをします。
さらにしばらくして、上司が部下に、「よく考えてみたが、やっぱりはじめに言った仕事をしてください」とお願いをします。

これでは、部下はどの仕事をすればいいのかわかりません。
仕事に対するモチベーションが下がり、上司に対する不信感が高まります。

物事を決断するためには、よく考えることが大切です。
時間をかけて出した結論は、正しい結論なのです。

途中で不安になり、考え直してみても、結局はじめに考えた結論になる場合が、ほとんどなのです。
一度決断した結論は、もう迷わず、果敢に行動すべきです。

アメリカの政治家フランクリン・ルーズベルトは、「あることを真剣に三時間考えて、自分の出した結論が正しいと思ったら、三年かかって考え続けても、もう結論は変わらない。」と名言を残しています。

十分考えて決断した、自分の結論は、やはり一番正しいのです。
迷う必要は、まったくありません。
自分の出した結論は、決して変えることなく、一貫して貫き通しましょう。



忙しい人ほど充実している 106 (483)



あなたは、毎日が忙しいでしょうか。

- 忙しくない
- 少し忙しい
- 忙しい

どれにあたるでしょうか。

忙しくない人は、時間的なゆとりがあって、自由なことができ、心も落ち着いていると思います。

忙しい人は、時間的なゆとりがなく、自由な時間も限られていて、落ちつかない日々を送っていると思います。

一見忙しい人は、可愛そうにも思えますが、はたして本当にそうでしょうか。

人にものを頼む時には、忙しい人に頼んだほうが良いと思います。

もちろん、本人がその忙しさに振り回されていれば、頼めません。

忙しくても、きちんと自分の仕事を次から次へと確実にこなしている人は、気力も体力も充実しています。

短い時間でも上手に使って、新しい仕事でもきちんとやってくれるものです。

「あの人は、ひまでブラブラしているからいいだろう」と思って、ひまそうな人に頼むと、不慣れで簡単な仕事でも進まなかったり、怠け者だったりして、結局、頼んだことが間に合わなかったりします。

スイスの神学者・文芸評論家のアレクサンドル・ビネは、「いちばん忙しい人間が、いちばんたくさん時間を持つ」と名言を残しています。

毎日が忙しいほど、生きることに於いて、充実しているのです。

忙しいを暗く思わず、明るくプラスに考えて、楽しく活動しましょう。

時間を、有効に活かす人と、ダラダラと無駄づかいしてしまう人とは、生きる価値や成長に大きな差が出てきます。



本質を見抜けばよく見える 107 (492)



立派な格好をしている人が、実はお金に大変困っていたりします。
いかにも怖そうな人でも、とても優しくったりします。

人は、外見から受ける印象と、その人自身が一致するとは、限りません。
第一印象で、その人を決め込んでしまって、失礼なことを言ったりなど、失敗をする人も多いと思います。

相手がどんな人かは、何回か会って話をする中で、少しずつその人の特徴がわかってきて、相手のことが理解できるようになるのです。

電話による詐欺事件なども、声だけ聞くと優しい人で、相手に対して親身になって話をしてくれます。
口が上手いので、簡単にだまされてしまうのです。

小説家の夏目漱石は、「形を見るものは質を見ず」と、名言を残しています。
これは、外側の形ばかりにこだわるものは、ものごとの本質を見抜けない、という意味です。

物事を、外側や表面上だけを見て、すぐに判断をすると、とんでもない間違いを起こしやすいのです。
常に外側や表面上だけでなく、必ず内側や本質を見抜くようにしましょう。

形や形式的なことだけでなく、本質をしっかりと見抜き、適切な判断をする習慣が、とても重要なことです。
世の中には、悲しいことですが、ごまかしやウソが溢れています。

日ごとから本質を見抜く習慣を身につければ、物事がよく見えるようになるのです。



変化を見極めよう 108 (506)



お互い愛し合っていた二人なのに、いつしか片方の人に心の変化が起こり、とうとう別れざるを得なくなるということが起こります。

もう片方の人は、その心の変化に最後まで気づくことがなく、困惑してしまうのです。

人の心は、変わりやすいものです。

お互いが、心の変化に早く気づき、適切な対応ができれば、結果は変わっていたかもしれません。

変化は、人の心だけではなくあります。

世の中も絶えず変化しています。

例えば、買い物をする場合に、レジでお店の人に、現金で支払うことが当たり前でした。

今では、スマホで決済が、できるようになってきました。

もうすぐ現金がいらない時代に、なってしまうような勢いです。

夏の甲子園の高校野球は、目に見えない「試合の流れ」が、展開を左右すると言われます。

一進一退の攻防戦は、戦う選手だけでなく、人と人の心理戦なのです。

勝ち越しの点をもぎ取れるかの緊張場面では、三塁ベースコーチの役割が重要です。

コーチは、打球の速さ、外野手の肩の強さ、走者の足の速さ、風向き、試合展開などの情報を集めます。

それをもとに、ホーム突入への一瞬の判断を、しなければなりません。

変化を見極め、自らの責任で、大事な決断をするのです。

決勝戦においても、三塁コーチの手がグルグル回りました。

変化を見極め適切な判断を下すことは、これからの時代に求められる能力でもあります。

☆ どのような変化があるのかに気づく

☆ それぞれの変化の特性やスピードを分析する

☆ 変化にどのように対応するのか考える

☆ 考えたことを決断し、行動に移す

人の考え方・興味関心・働き方・心など刻々と変化します。

情報・文化・経済・政治なども著しいスピードで、変化し続けています。

もっと変化に、敏感になりましょう。

変化を適切に見極め、変化の波を生かしたいものです。



思考の三原則で問題解決 109 (508)



安岡正篤(やすおか・まさひろ)は、昭和 20 年 8 月 15 日、昭和天皇によるいわゆる「玉音放送」で発せられた「終戦の詔勅」の草案作成にかかわりました。

また「平成」の元号の考案者でもありました。

昭和の名宰相とされる佐藤栄作首相から、中曽根康弘首相に至るまで、昭和歴代首相の指南役を務め、さらには三菱グループ、東京電力、住友グループ、近鉄グループ等々、昭和を代表する多くの財界人に師と仰がれました。

安岡正篤は、その東洋学に裏打ちされた該博な知識と人物としての魅力によって、日本のトップ・リーダーたちに、わが国の進むべき道を、常に指し示しました。

ここでは、『安岡正篤 一日一言』より、問題解決の「思考の三原則」を紹介します。

私は物事を、特に難しい問題を考えるときには、いつも三つの原則に依る様に努めている。

第一は、目先に捉われないで、出来るだけ長い目で見ること。

第二は、物事の一面に捉われないで、出来るだけ多面的に、出来れば全面的に見ること。

第三は、何事によらず枝葉末節に捉われず、根本的に考えること。

難しい問題を考える際には、成り行き任せの考えだけでなく、いろんな考え方ができるといいのだと思います。

このように問題解決の方策として、長期的・多面的・根本的に思考することです。

長期的とは、目先のことに捉われずに長い目で見ることです。

人生という長い目で見れば、この問題は「小さいことだ」と気づけることがけっこうあるでしょう。

一時の悪い状況を怖れずに、先の先を考えることができれば、決断できることもあるでしょう。

長い目で見れば、無理をせずに一步引く考え方をしたほうがいい場合もあるのです。

また、どんな問題も人生の中では、いい経験と考えることができるのではないのでしょうか。

多面的とは、物事の一面に捉われずに、多面的・全面的に考えることです。

そうすれば、「××もあるけど、○○もある」と考えられることが多いでしょう。

一つの方法がダメでも、「道は一つではない」と考え、他の方法を考えることもできるでしょう。

たとえば、ヒントを探しながら考える、相手の気持ちを考える、人に相談するなどできるでしょう。

根本的とは、物事を根本的・本質的に考えることです。

そのためには、自分にとって何が大切なのか、自分が心から望んでいるのは何か、などと自分の気持ちを大切に考えることが大事です。

例えば、仕事で大きな失敗があったとします。

長期的には、このような失敗は起こって当然と考えられ、焦らずに時間をかけ、先のことを想定しながら解決方法を考え、解決することができるでしょう。

多面的には、いろいろな方法を考え、解決に取り組むことができるでしょう。

根本的には大きな失敗の根本的な原因を見つけ出し重点的に解決を図ることができるでしょう。

このように、特に難しい問題が起こった時は、「思考の三原則」を思い浮かべ、解決にあたり、上手く解決できるのです。

行動する

今日できることは今日中に 110 (103)



幸せな人は、今日を精一杯・大切に生きています。過去や未来に思いをはせながら、今日を生きているわけではありません。過去から繋がって来た今日を、精一杯・大切に生きています。その事が未来に繋がっていくことを、知っています。だからこそ、今日を精一杯・大切に生きています。

今日やることは、これぐらいやっとけばいいや。明日も時間があるから、今日しなくて、明日しよう。これは、難しそうだから、今日は無理だ。このように時々思ったりしませんか。それでは、今日を精一杯・大切に生きているとは、言えないでしょう。

では、どうすればいいのでしょうか。それは、あなたの今日一日の使命・役割を、必ず今日中にすることです。つまり、**今日できることは、必ず今日中にすることです**。それが、今日を精一杯・大切に生きることなのです。具体的にどうするのかを紹介します。

- ☆ 今日できることを、朝、頭の中に思い描く
- ☆ そのための計画を立て、時間を確保する
- ☆ 計画に従って、確実に処理をする
- ☆ 必要に応じて、工夫したり、協力を得ながら進める
- ☆ きついこと・難しいことから逃げず、挑戦する
- ☆ 今日中に、最後までできたか確認する

今日を精一杯・大切に生きることが、毎日当たり前になるようにできると、スピード・パワーがつき、チャンスが広がります。きっと思い描く未来へと道が切り開かれていくことでしょう。



行動が願いを叶える 111 (178)



多くの人が、願いを持っています。
その願いを叶えるために必要なことは、何でしょうか。

願いを心の中に秘めているだけでは、願いは叶いません。
願いを言葉に出して言うだけでは、願いは叶いません。

自分の仕事の技術が高めることが、あなたの願いだとします。
そのためには、次のことが必要です。

- アイデアを工夫し、技術を試す。
- いろいろなことを経験する。
- 高い技術を真似て、やってみる。

友だちをたくさん作ることが、あなたの願いだとします。

- 友だちに会い、いろいろな人を紹介してもらう。
- いろいろな集まり、サークル、イベントに参加する。
- 出会った人と楽しく話をする。

このように、願いを叶えるためには、あなた自身の行動が必要です。
頭の中だけでは、願いが叶いません。
勇気を出して、一歩踏み出して、行動しましょう。

あなたの積極的な行動が、あなたの願いを必ず引き寄せてくれるでしょう。



自分の目で直接確かめよう 112 (181)



日常生活や仕事において、どちらがいいか判断したり、どうするかを判断したりします。そんな時、人からの話をそのまま信じて、判断したり、人の判断を頼りに、判断したりする人がいます。

それで、正しい判断、適切な判断が、できるのでしょうか。

中古の家を購入する時に、販売店の言うことをそのまま聞いて、購入することはしないでしょ。おそらく実際の家を見学に行き、詳しく家の内外の様子を見たりします。そうするとどれくらい古くなっているのか、修理力所はないのか、住みやすい造りになっているのかなど、具体的に分かることが、たくさんあります。このように自分の目で直接確かめて、購入するかどうかを判断すれば、住む人の側に立った、良い判断ができるでしょう。

学校でいじめがあり、先生方からだけの話で、生徒に処分を下すことは、しないでしょ。おそらくいじめに関係した生徒から、直接話を聞きます。そうするとどうしていじめになったのか、生徒がどのような行動をしたのか、どの程度いじめの継続があったのかなど、具体的に理解できることがたくさんあります。このように自分の目と耳で直接確かめて、生徒をどう処分するか判断すれば、生徒の側に立った、良い判断ができるでしょう。

判断する時は、必ず自分の目で、直接確かめることが、大変重要です。
面倒で時間がないと言う人もいます。
そう言う人にこそ、日常生活や仕事において、現場を大切にす気持ち、持って欲しいと思います。

ぜひ自分の目で、現場を直接確かめて、判断するように心がけたいものです。



チャンスは今、行動せよ 113 (192)



あなたは、チャンスに関して、どのタイプの人ですか。

- チャンスがあっても、全くそのことに気がつかない人
- チャンスに気がついて、自分には関係ないと思い、知らないふりをする人
- チャンスに気がついたら、行動しようと思うが、なかなか行動まではいかない人
- チャンスがあることに気がついたら、自分から積極的に行動する人

チャンスがあることに気がついたら、自分から積極的に行動する人が、チャンスを生かすことができます。

チャンスは、はじめは皆に与えられます。
それを生かすか、生かさないかは、あなた次第です。

長い人生において、チャンスに気づかなかったり、チャンスを生かそうとしない人には、チャンスは、なかなか巡ってこなくなります。
チャンスを生かす人には、次から次へとチャンスが舞い込んできます。
チャンスが多く、生かす人が、自分の人生が、より豊かなものとなります。

- ☆ チャンスが来ていることに、すぐに気づきましょう
- ☆ 気づいたら、どうしたらチャンスを生かせるか、考えましょう
- ☆ チャンスを生かせるように、直ちに行動しましょう

このことを実行すれば、チャンスを生かすことができます。
チャンスは、早い者勝ちです。
早く行動を起こした人が、チャンスを生かすことができます。

**まさにチャンスは、スピード勝負です。
チャンスは今と、的確に判断し、素早く行動しましょう。**

絶対今を、逃さないで下さい。



行動力

今からでも遅くはない 114 (196)



何かに挑戦しようと思っても、すぐに諦めてしまう人がいます。

- かなりの歳になったので、新しい仕事には、対応できないだろう。
- この歳からもう一度大学に行くのは、無理な話だ。
- 結婚したいけど、適齢期を過ぎてしまったので、結婚相手は見つからないだろう。
- 今から資格を取るのには、今の私の歳では、頭が上手に使えないだろう。

このように自分の歳を、挑戦しない理由にする人が、多いように思います。

しかし、本当にあなたの歳で、挑戦できないのでしょうか。
あなたの歳では、何をすることも無理なのではないでしょうか。

☆ 85歳の女優・タレントの黒柳徹子さんは、現在もトーク番組「徹子の部屋」を長きに渡り、続けられています。

☆ 77歳のコメディアンのかんざきあつしさんは、現在駒沢大学で、学生として学びを続けられています。

☆ 高齢者ですが、新しい職場で働いている人、新しい趣味をはじめた人、高校・大学で学んでいる人、新しい所に転居した人など、新しいことに挑戦し続けている、多くの人があります。

☆ 私も定年退職後に、しあわせ塾をはじめました。

歳を取ったと気にしているのは、あなたの心です。
あなたが、歳のことを気にしないなら、何歳になってもあなたは、若々しいのです。
高齢者の人の中には、今でも自分は、若いと思っている人が多いです。

**歳を気にして、何かに挑戦しないのは、もったいないことです。
あなたなら、絶対出来ます。**

やりたいことがあれば、今からでも決して遅くはありません。
すぐに挑戦しては、いかがでしょうか。



フットワークを軽く 115 (278)



ゴミで散らかった部屋に、ある人を案内し、その部屋で待たせました。
しばらくして、ある人を隣の部屋へ呼びました。
待たせていたゴミの部屋の様子に、特に変化は、ありませんでした。

今度は、ゴミで散らかった部屋に、別の人を案内し、その部屋で待たせました。
同じように、しばらくして、その人を隣の部屋へ呼びました。
待たせていたゴミの部屋の様子に、大きな変化がありました。

それは、部屋のゴミがなくなり、きれいになっていました。
別の方は、部屋にゴミがあるのに気がつき、片付けたのです。

この二人は、どちらが運がいいと思いますか。
ある人は、おそらくゴミに気づいたと思いますが、何もしていませんでした。
別の方は、ゴミに気づき、片付けるという行動がありました。

運がいい人は、行動する人です。
運がいい人は、フットワークが軽いのです。

運は、動きの中にしか、起きません。
運が悪い人は、たいてい動きがなく、停滞している人です。

子どもを育てる言葉に、「気づき、考え、行動する」があります。
気づき、考えだけで終わる人は、運はやってきません。
行動するが伴って、運がやってくるのです。

- ☆ パット行動する。
- ☆ 口より先に行動する。
- ☆ 日頃から運動をして、素早く動けるようにする。
- ☆ 人に出会ったり、旅行に出かけたりして、リズムをつくる。
- ☆ 行動を継続する。

このようなことに、取り組みましょう。
あなたのフットワークが、軽くなります。

自分の行動の中にしか、運は生まれません。



誰であれ人前で自分らしく 116 (291)



人は、毎日いろいろな人と接します。
その時、誰であれ人前で自分らしい態度で、接しているでしょうか。

- 弱い子どもには、厳しく接する。
- お世話になっている妻には、優しく接する。
- いつも怒られている上司には、何も言えずに接する。
- 優しい部下には、言いたい放題で接する。
- 怖い人であれば、あまり関わらないように接する。
- 友だちであれば、なれなれしく接する。
- 強い人には、ペコペコして接する。

このように、自分がまるで七変化みたいに、誰であるかによって、接し方がくるくると変わっていないでしょうか。

もしそうであれば、日増しに神経がすり減り、ストレスがたまります。
体も心もくたくたになり、疲れ果ててしまいます。

多くの方は、自分は七変化みたいな接し方をしている、とは思っていません。
しかし、周りの人は、あなたの接し方が変わっていることを、よく理解しているのです。
あなたに、本当のことを知らせないだけです。
そうであれば、あなたに対する信頼は、低いでしょう。

もちろん相手の期待に応えるために、必要に応じて、接し方を変えなければいけない時があります。
そのことは、当然誰でもわかることです。

**さまざまな状況や相手によって、人前で無理に自分を変えるのは、止めましょう。
自分は、自分です。**

**信念を持って、自分の生き方を貫きましょう。
誰であれ人前で自分らしく接し、自分の個性を輝かせましょう。**



三忽三行で積極的に生きる 117 (312)



人生を豊かで実り多いものとしたいです。
そのためには、積極的に生きることです。

積極的に生きると、多くのことにチャレンジし、貴重な経験ができます。
人との出会いも多くなり、チャンスにも恵まれます。

積極的に生きるためには、どうしたらいいのでしょうか。
中村天風の教え、三忽三行(さんこつさんぎょう)を紹介します。

常に積極的であるための三つの戒め

- ☆ 怒らず
- ☆ 恐れず
- ☆ 悲しまず

この三つで、感情に溺れないようにしましょう。

積極的にあるために行うべきこと、奨励すべきことの三つの行

- ☆ 正直
- ☆ 親切
- ☆ 愉快

この三つの行を行動することが、積極的な心を保ちます。

次に、三忽三行を盛り込んだ誓いの詞を紹介します。

誓いの詞

今日一日
怒らず 恐れず 悲しまず、
正直、親切、愉快に、
力と 勇気と 信念とをもって
自己の人生に対する責務を果たし、
恒に平和と愛とを失わざる
立派な人間として生きることを、
厳かに誓います。

誓いの詞を唱えるようにしましょう。
必ずや立派な人間として、積極的に生きることができます。

考えずにまず行動しよう 118 (403)



諺に「思い立ったが吉日」という言葉があります。

諺の意味は、何かをしようと決意したら、そう思った日を吉日としてすぐに取りかかるのが良いということです。

つまり、何か物事を始めようと思ったら、日を選ばずにただちに着手するのが良い、という教えです。

何かを始めようとする時に、あれこれと考え、準備や構想を十分にして、始めるのが本当は良いのかもしれませんが。

しかしそれでは、始めるまでに、かなりの時間がかかってしまいます。

たくさんの課題や困難が見えてきます。

時間が経てば経つほど、意欲が薄らいでいきます。

せっかく始めようとしていたことが、とうとう何もできないで、終わってしまいます。

思い立ったその時が、一番大きなチャンスなのです。

私が好きな言葉に、「やってやれないことはない。やらずにできるわけがない」があります。

必ずやれるという強い意志を示しています。

何事もできるためには、やらなければならないのです。

まず行動しなければ、今までと何も変わりません。

行動しなければ、達成や成果を得ることは、できません。

何も考えずにまず行動を、起こしましょう。

行動こそが、とても重要なのです。

朝ドラ(なつぞら)の主人のなつは、アニメーターの道を目指して、北海道から上京しました。

凄い決心をして、夢のために、まず行動したのです。

試験に数回落ちましたが、決して挫けることなく、努力を重ねていきました。

多くの人の応援もあり、見事アニメーターになることができました。

思い立ってすぐ行動すると、行動に力があります。

力があると、上手く進むことができます。

そして、行動しながら、知恵を使って考えればいいのです。

失敗なんかを気にしないで、いいのです。

失敗しても、何も失うことはないのです。

きっと多くの人や神様が、あなたを応援してくれることでしょう。



今できることを精一杯しよう 119 (474)



未来に夢見る人がいます。

- 会社の社長になったら、みんなの給料を上げたい。
- お金持ちになったら、社会のために多くの寄付をしたい。
- 結婚できたら、部屋・家をきれいにして、快適な空間を作りたい。
- 今の自分より偉くなったら、自分がしたい仕事をしたい。

このような夢を持つ人がいることでしょう。

それは、素晴らしいことだと思います。

しかし、その夢の実現のためにも、ぜひ今できることを大切にしましょう。

中国に「オウムと天帝」という昔話があります。

ある時、オウムが住んでいた山で、火事が起こりました。

山には、オウムの仲間の生き物たちがたくさん住んでいました。

オウムは、自分の仲間を救いたいと、湖に入って羽を濡らし、火事の現場の上空まで飛んでいくと、必死に羽ばたいて水を振りかけました。

その様子を見ていた天帝が、「なんてオウムは愚かなんだろう。羽から落とす、わずかな水で、山火事を消すことなど不可能だろう」と思いました。

すると天の神様が、けなげな努力を続けているオウムを哀れに思って、大雨を降らせました。

すると山火事は、たちまち消えました。

この話は、「今自分ができることを、とにかく精一杯努力していれば、やがてチャンスはやってくる」という人生の教訓を示しています。

小説家の武者小路実篤は、「自分の力にあうことだけしろ。その他のことは自ずと、道が開けるまで待て。」と名言を残しています。

夢の実現のために、あせらず、無理せずに、今の自分ができることを一步一步確実にやっていたら、多くの人があなたの味方をして、成功へと近づいていくのです。



仕事を頑張る 仕事を楽しむ 120 (51)



毎日の仕事が辛い、苦しいと思っている人は、多いのではないのでしょうか。今の世の中において、働く人は、仕事に対するノルマや成果を求められるようになり、気持ちが落ち込むことが多くあるように思います。仕事ができる人もあまりできない人も関係なく、仕事が好きで楽しむという環境が薄らいでいて、少し残念に思います。

一日の中において、仕事が大部分の時間を占めている人がほとんどであり、人生においても、仕事を中心の人生であることは、間違いありません。仕事に対する自分自身の考え方により、生き甲斐や幸福感が大きく左右されます。楽しい仕事に就き、一生楽しい仕事だけをするのであれば、最高に幸せなのかもしれませんが、そんなことは、無理な話です。

楽しくても、楽しくなくても、やらなければならないのが、仕事です。辛くて苦しいことがあるのが仕事なのです。

仕事を楽しくなると、人生が素晴らしく輝いたものになることは、間違いありません。ぜひ毎日の仕事を楽しいと思い、楽しむ感性を徐々に育てて下さい。

では、どうすればいいのでしょうか。朝、今日の仕事の楽しみを思い浮かべる。少しでも仕事が進めば、その都度喜ぶ。職場の同僚と楽しく話をする。少しでもノルマ等の成果があったり、頑張った時は、自分をほめたり、自分にご褒美をあげたりする。上司などからの指導を拒否せず、素直にありがたく思う。働けることを喜びに思う。自分の仕事は、会社・社会に役立っていると自覚する。帰りに、今日の仕事で楽しかったことを振り返る。

このようにいろいろなやり方があると思いますが、自分に合った仕事の楽しみ方を、して欲しいものです。仕事を楽しむあなたの姿は、周りのみんなをきっと喜ばせることになるでしょう。



80%が満点 121 (95)



人生において、誰でも願いがあります。その願いのレベルが、高すぎるように感じる時があります。設定基準が、常に100%になっているのです。あなたは、いかがでしょうか。例えば、次のような例があります。

- 結婚相手を探しているが、自分が理想とする人に出会えない。
- 仕事を完璧に仕上げたいが、時間をかけても仕上がらない。
- 相手に自分の思いを伝えても、思った通りに動いてくれない。
- 陸上競技で、目標とするタイムが、練習をしてもなかなかクリアできない。
- 仕事で出世コースを歩きたい。

このような例は、何が何でも100%を目指していて、どれも達成するのは、大変難しいように感じます。努力することは良いことですが、なかなか達成できない状況が続けば、やがて自分を責めたり、責任を他の何かに転嫁したり、不平不満を口にしてしまいます。設定基準を100%にすることで、人生が暗くなってしまうのでは、ないでしょうか

レベルを落として、何に対しても80%に設定してみても、いかがでしょうか。100%設定は、もともと無理なのです。はじめから、80%にすると気持ちが明るくなります。あなたにとって、80%できれば、満点です。満点だと自分自身をほめることができます。

人生80%に設定し、気持ちを楽しんで、楽しく歩いていきましょう。



心をこめ仕事をする 122 (138)



中島 誠之助さん(なかじま せいのすけ)は、日本の骨董商・古美術鑑定家です。『開運!なんでも鑑定団』に鑑定団の鑑定士としてレギュラー出演していて、たとえ鑑定した結果価値の低い物であっても、意匠などを褒め「大切になさってください」と依頼者に語りかけるなど、細やかな心遣いを見せています。決めセリフの「いい仕事してますねえ」があり、鑑定品だけでなく、作者の仕事ぶりを高く評価しています。

いい仕事をするとは、**自分の心をこめ仕事をする**ことでは、ないかと思いません。心をこめ仕事をするとは、次のようなことでは、ないでしょうか。

- ☆ 仕事に対する愛情を持つ。
- ☆ 時間や手間暇をかけ、丁寧な仕事をする。
- ☆ 自分にできる最高のものを仕上げる。
- ☆ 仕事に対する思いや願いを持ち続ける。
- ☆ 誰が見ても恥ずかしくない仕事をする。
- ☆ どんなことがあろうと妥協しない。

現実はどうでしょうか。心をこめ仕事をするのが、できているでしょうか。

- 時間がないので、この程度で完成にしておこう。
- ノルマがあるので、ノルマさえ達成できればいいや。
- 予算がないので、簡単に仕上げておこう。

このような仕事をしては、いないでしょうか。

自分自身に常に厳しくあり、自分の心をこめ仕事をして、一步一步着実に前進していきたいものです。



辛い仕事こそ将来の礎 123 (153)



新入社員として、大きな夢を持ち入社した人は、多いのではないのでしょうか。

- 自分が予想していた仕事と、全く違う仕事をしている。
- この仕事は、小間使いのような仕事だ。
- こんな仕事では、将来自分の役に立たない。
- 何故自分は、こんな誰でも出来るような仕事をしなければいけないのか。

自分の思った仕事、自分が好きな仕事、自分の将来に役立ちそうでない仕事であれば、その仕事は、自分にとって辛い仕事になります。

辛い仕事だから、せっかく入社したのに、すぐに会社を辞めてしまう人が多くいます。本当に辛い仕事なののでしょうか。

今のあなたの仕事は、本意ではなく辛いかもしれません。
誰かの命令で嫌々、やらされているかもしれません。
しかし、それは決して無駄にはなりません。
いつか、形、姿を変え、必ず生きようになります。
ただ今のあなたには、そのことが分からないだけです。

例えば、今のあなたの仕事は、商品のクレームに対する電話対応だとします。クレームに対して、どう対応するのかを、学べるチャンスなのです。真剣に取り組むことで、相手の話を真摯に聞き、知恵を絞って相手に対して、説明し理解を図ることができるようになります。そうすることで、いろいろな人とコミュニケーションが上手にできるようになり、自信もつき、将来的には活躍するチャンスがめぐってきます。

今の辛い仕事こそ、今までなかった自分を磨くことができます。
今の辛い仕事こそ、あなたの輝かしい将来の礎になるのです。



ちゃんと働けば報われる 124 (253)



幸せの法則に、自分がいいことをすれば、いいことが自分に返ってくる、があります。
これは、見返りを期待して、いいことをするものではありません。
見返りを期待しないで、いいことをすれば、後からいいことが、返ってくることを意味します。

働くことも、これと同じです。

朝ドラ(なつぞら)で、北海道の酪農家のおじいさんが、主人公(子どものなつ)に向かって、「ちゃんと働けば、報われる日が来る。報われなければ、まだちゃんと働いていない。」と話をします。おじいさんは、なつの日頃の酪農の働きぶりをよく知っています。そこで、これから来る冬の厳しい仕事のことを考え、それを乗り越えられるように、なつにその言葉を贈ったのです。おじいさんのなつに対する強いエールであり、愛情深い言葉です。

みなさんは、ちゃんと働いているでしょうか。
報われるぐらい、ちゃんと働いているでしょうか。

最近の若者は、仕事をすぐ辞めてしまう人が、多いようです。
これでは、報われることは、ありません。

- ☆ 休みなく毎日仕事をする。(休日・祝日等を除く)
- ☆ 数年くらい長い期間続けて、同じ仕事をする。
- ☆ 人から言われたことを素直に聞き、仕事をする。
- ☆ 自分から積極的に、仕事をする。
- ☆ 職場における人間関係が、良好である。
- ☆ 自分なりの創意工夫をして、仕事をする。

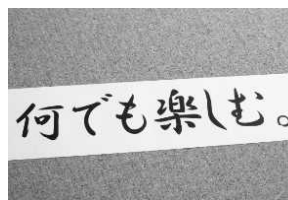
このような仕事ぶりは、ちゃんと働いたと言えるでしょう。
ちゃんと働くと、お金、社会的地位、信頼、健康な身体など、を得ることができます。

得られるのは、これだけではありません。
働くことで、自分自身が幸せになれます。
さらに、世の中の人々を幸せにし、社会を豊かにすることができます。

ちゃんと働けば、報われると強く信じ、仕事に真剣に、取り組みましょう。



ささいな仕事でも楽しもう 125 (266)



今の仕事は、毎日が楽しくて、自分にあっていると思っている人は、大変幸せです。仕事は、自分の生き甲斐でもあります。しかし、今の仕事を次のように、感じている人も多いでしょう。

- 仕事をするのが、苦痛だ。
- 仕事で楽しいと思うことがない。
- 仕事のことばかり考えてしまうので、心配事が多い。
- ささいな仕事ばかりを、させられるので嫌だ。

このように感じている人は、幸せとは言えないでしょう。

人の生活は、おおまかに仕事、遊び、寝るに分けられます。遊びは、楽しいものです。寝るは、ラクなものです。後は、仕事だけです。

仕事は、人の生活の大きな部分を、占めています。仕事を楽しめるのか、辛いのかで、人生すべてが決まると言っても、過言ではないでしょう。仕事を楽しめると、人生すべてが楽しくなります。

間違っではいけないことは、仕事自体に、楽しい・辛い・苦痛は、一切ありません。大きな仕事でも、ささいな仕事でも、リッパな仕事であり、人の役に立っているのです。

楽しい・辛い・苦痛は、すべてあなたの心が、決めているだけなのです。あなたが辛い仕事と思っても、他の人がすると、楽しい仕事と思うかもしれません。

せっかく仕事をさせていただいているのです。今のあなたの仕事が、あなたにとって、天職なのです。

例えば、アパートの掃除をするのが、仕事とします。

- ☆ 自分なりに、美しくするための工夫をして、掃除をする。
- ☆ 掃除にかかった時間を計り、短くなるのを楽しみにする。
- ☆ 掃除をすることで、住民の喜ぶ姿を想像して、掃除をする。
- ☆ 掃除が上手くいった時は、自分をほめる。

このような仕事の工夫をすると、仕事が楽しくなってきます。

仕事は、受け身でやるのではなく、率先してしましよう。ささいな仕事でも、楽しみましよう。あなたの人生は、楽しく幸せになることましよう。

生涯現役で働こう 126 (275)



働くことは、素晴らしいことです。

- 働くことで、体を動かし、頭を使い、心が楽しくなり、健康に大変良い。
- 働くことで、社会や人々のためになる。
- 働くことで、知識・技能が身につく、自分自身が成長できる。
- 働くことで、収入があり、自分や家族を養うことができる。
- 働くことで、多くの人との絆や信頼関係ができる。

このように、働くことは、良いことがたくさんあります。
人にとって、働くことは、幸せなことなのです。

働くとは、どんなことをすることでしょう。

- ◎ 会社・デパート・工場などに勤めて、働く。
- ◎ 商店・農家・漁業などをして、働く。
- ◎ 家庭で、家事などをして、働く。
- ◎ 自宅の畑で、作物を作って、働く。
- ◎ 家族の世話をして、働く。
- ◎ 親の介護をして、働く。
- ◎ ボランティア活動で、働く。

このように日常生活では、いろいろな働く場があります。
お金を得て働く場合もあれば、無償で働く場合もあります。
会社で働く場合もあれば、家庭で働く場合もあります。
体を使う場合もあれば、頭を使う場合もあります。

人生は、長い旅路です。
そのときどきに、ふさわしい働き方をすることが、大切な生きる知恵です。

- ☆ 若いころは、自分を鍛え、ひたすら必死で働きます。
- ☆ 中年からは、足取りをゆるめないで、今まで以上に頭を使い、努力を継続します。
- ☆ 老年からは、健康に気をつけながら、自分のペースで、できることをします。

生涯における健康の秘訣は、いくつになっても働くことを、継続することです。
できるだけ早く引退しようと、思わないで下さい。

生涯現役で、働きましょう。
多くの人が、生涯現役を続けています。

無理せず、節度を保って、働けばいいのです。
人生のゴールまで、ほどよいペースで頑張って、働き続けましょう。