

俺がよりあなたのおかげ 151



いろいろな人との集まりで、自分の自慢話をする人がいる。

- 俺が頑張ったので、仕事が進んだ。
- 俺のアイデアが、とても役に立った。
- トラブル対応は、俺だから上手くやれた。
- 商談がまとまったのは、俺のプレゼンが良かったからだ。

このように「俺が、俺の、俺だから」と言って自慢話をする。自慢話も少しなら皆耳をかしますが、いつもであれば、しだいに不快感を抱く人が多くなります。

どうして不快感を抱くのでしょうか。
自慢話をする人の「我」が出過ぎているのです。
聞かされる側の存在感や自尊心が傷つけられ、嫌気がさすのです。

**「我」を抑えてみて下さい。
聞かされる側の存在感や自尊心を高め、相手を爽快な気持ちにしましょう。**

そのためには、「あなたのおかげで」を入れて、話をするをお勧めします。

- ☆ あなたのおかげで、仕事が進んだ。
- ☆ あなたのアイデアのおかげで、仕事の役に立った。
- ☆ トラブル対応が上手くやれたのは、あなたのおかげです。
- ☆ あなたのプレゼンのおかげで、商談がまとまった。

人間関係が良好になるためには、自慢話を控えめにして、常に相手を尊重する言葉を使って相手に感謝しましょう。



目の前のあなたが一番 152



自宅に訪問者があり、二人でゆっくりと話をしています。
そんな時に、急に電話がかかってきたり、別の誰かが訪ねてきたりした時に、あなたはどのような対応をしますか。

- 訪問者に少しの間待ってもらい、電話での用件を済まして、また二人で話をする。
- 別の訪問者が来たので、話を止めて待ってもらい、別の訪問者への対応をして、また二人で話をする。

このような対応に、違和感を感じませんか。
今多くの人が、このような対応に、なっているように感じます。

目の前のあなたが一番でなく、かかった電話の相手や別の訪問者が、一番になっています。
それでは、目の前のあなたに対して、失礼ではないでしょうか。

- ★ 電話には、出ない。電話に出ても、後でこちらから連絡しますと伝え、すぐに電話を切る。
- ★ 別の訪問者を、二人の話が終わるまで、待たせておく。

このような態度こそ、大事ではないでしょうか。
また、電話の相手や別の訪問者が、たとえ偉い人であっても同じです。

目の前のあなたが一番という温かい気持ちが、相手に確実に伝わります。
逆に、他の人をすぐ一番にする態度は、冷たい気持ちが、相手に確実に伝わります。

今目の前のあなたが一番です。目の前のあなたを最高に、大切にしましょう。



辛い仕事こそ将来の礎 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。



自分の世界から飛び立とう 154



あなたの今の世界は、あなただけの世界に、なっていませんか。
毎日が、家と職場の往復で、単調な毎日になっていませんか。

それでは、あなたの人生は、変化がないものとなってしまいます。
自分だけの世界に閉じこもっているので、頭が固定概念で凝り固まってしまいます。

新しい発想や画期的なアイデアは、どう頭をひねっても出てきません。
社会の変化や時代の潮流に、自分自身が乗り遅れてしまいます。

自分だけの世界に閉じこもってでは、飛躍するためのチャンスは、やってきません。
あなたに合ったいろいろな方法で、自分の世界から飛び立って下さい。

- ☆ 毎日新聞を読む。
- ☆ ニュース番組・世界情勢番組等の学習を深める番組を見る。
- ☆ 書店に行き、いろいろな本を購入して読む。
- ☆ セミナー・講演会等に行き、学習を深める。
- ☆ 会社以外のいろいろな人と会い、話をする。
- ☆ 行ったことがない場所に、旅行する。

このようなたくさんの方があります。

狭いあなたの世界から飛び出し、大きな世界へ変化を求めて、飛び立ちましょう。
自分の世界を積極的に広げる活動が、あなたを大きく成長させ、飛躍するチャンスをもたらすでしょう。



もっと人を好きになろう 155



もしあなたが結婚したいと願っているとしたら、
そんな時に、心の中にピタッとくる人と出会ったとしたら、あなたはどんな行動を取りますか。

まずは、もう一度会うことにするでしょう。そこでは、楽しく話せるような内容の話をします。
次に2回、3回・・・と、どんどん会う回数を増やしていきます。
回数が増えるごとに、はじめはただ楽しい内容の話が、しだいにお互いの仕事のこと、家族のこと、将来のことなど、個人的な内容の話をするようになります。

このような過程を経て、お互いがもっと好きになり、愛がはぐくまれ、結婚というゴールにたどり着きます。

これは、結婚の例で、具体的な話をしましたが、人が人をもっと好きになりたいと願う時に、大変役立つ話なのです。

人が人をもっと好きになるための法則があります。それは、接触頻度が増えるほど、情報量が多いほど、好きになる可能性が高まるのです。

- あの人ともっと仲良くなりたい。
- あの人から、もっといろいろ教わりたい。
- あの子のファンになると、いいことが起こりそう。

このように今考えている人は、会う回数を増やす、情報量を増やす、このことにエネルギーを注いで下さい。おそらくもっと好きになり、願いが叶うことでしょう。



良書が幸せを運んでくる 156



書店に行き、一時間ほどいろいろな本を見て回りました。
気に入った一冊を購入し、今その本をじっくり読んでいます。
日頃から時間があれば、できるだけ書店に行くように心がけています。

- 課題に思っていることの解決方法を見つけたい。
- 今流行していることや情報をつかみたい。
- 今の自分の悩みをなんとか解決したい。
- 面白いこと楽しいことを見つけたい。
- 仕事や生活に役立つことを知りたい。
- 教えや指針を見い出したい。

こんなことを思いながら、自分だけでなく、多くの人が書店に足を運んでいます。
本を読むことによって、大きな気づきが得られるのです。
私も今までに読んだ、いろいろな本によって、どんなに助けられたことがあったか、数えきれません。

- ☆ 良書は、いっしょに幸せを運べます。
- ☆ 心に残る言葉や考え方が、自分の指針になり、生き方が変わります。
- ☆ たくさんの知識を与え、好奇心を高めます。
- ☆ 新しいチャレンジのための勇気を、与えます。
- ☆ 知らなかったたくさんの人との、出会いがあります。

良書を読めば、このような何らかの恩恵が得られるのです。
自分は、読書は嫌いだと言わず、月に一回は書店に行き、ためになる本、人生に役立つ本を読んでみてください。もちろん家にある本を、読んでも構いません。
きっと幸せのエネルギーがあなたに、降り注がれることでしょう。



ムダなことにも価値はある 157



仕事に一生懸命な人は、思考が仕事を向き、知らないうちに仕事に関することのみを、大切にす
る傾向があります。

そこで、これは仕事に関することだから、価値がある、あれは仕事には関係ないムダなことだか
ら、価値はないと、決めつけてしまう傾向にあります。

自分で価値を判断してしまい、価値があることだけを見て、価値があることしかしようとしません。

本当にこれで、価値がある仕事ができるのでしょうか。

会社や社会などで、成功している人の姿を見てみると、仕事のみを追求している人は、あまりい
ません。

もちろん仕事を追求しているのですが、それ以外のことにも価値を見いだして、大切にしていま
す。

- 休みをゆっくり取り、家でリラックスして過ごす。
- ゴルフ、ジョギング、ハイキングなど好きなスポーツをする。
- 一日中、家で読書をする。
- 家族サービスで、旅行したり、遊園地に出かける。
- 友だちと夕食会を開いたり、カラオケに行ったりする。

このように仕事とは、関係ないムダなことを進んで楽しんでいきます。

それは、何故でしょう。

老師の言葉に「無用の用」があります。

これは、「一見すると役に立たないと思えるものが、実は大いに役立つことがある」という意味で
す。

あなたには、ムダなことも価値があります。

価値の有無を判断することを止めましょう。

**仕事中心の生活から、家族を大切にしたり、余暇を楽しんだり、人との交流を深めたりなどを楽し
む生活に、変えたらいかがでしょうか。**

きっと心に余裕を与え、頭のリフレッシュになり、アイデアや人間関係が充実します。

そのことで、仕事のみならず、さらに人生が、大きく価値あるものになるでしょう。



やれば必ずできる 158



最近自分がやりたいことを、すぐ諦めてしまう人が、多いように思います。

- 自分は、高齢者だからパソコンなんて無理だ。
- 資格を取りたいけど、言葉が難しすぎて、合格できないだろう。
- 歌が下手だから、人前では恥ずかしくて歌えない。
- この大学は、偏差値が少し高いので、自分には合格できない。

このような人は、本当にできないのでしょうか。

本当は、できないのではなく、やろうとしない、やってもすぐあきらめてしまうのかもしれない。

思い切ってやってみる、体験してみると気持ちが変わるかも知れません。

すぐ諦めてしまうクセを変えるのも、いいかも知れません。

誰でもやってみて、すぐにできる人は、いません。

性格、才能、情熱、運などにより、できるようになる時間は違います。

しかし、どんな人でも、時間さえかければ、たいしてのことは、必ずできるようになります。

諺に「石の上にも三年」という言葉があります。この意味は、冷たい石の上でも3年も座りつづけ
ていれば、暖まってくる。がまん強く辛抱すれば、必ず成功することのたとえです。

やれば必ずできる。やれば必ずできる。やれば必ずできる、と心の中で強く願いましょう。

そして、時間をかけ、三年一心不乱にやり続けましょう。

三年でできなければ、十年やり続けましょう。

やり続けることで、あなたの願いは、必ず達成することでしょう。



当てにしないで生きる 159



人の心は弱いもので、何か困ったことや心配なことがあると、誰かを頼ったり、相談したりします。これは、悪いことではありません。しかし、何時も何かあれば、誰かを当てにして生きるのであれば、自立した自分には、いつまで経ってもなれません。

- 仕事が上手く進まなかったら、上司にすぐ相談しよう。
- お金を使い果たしたら、友だちに借りればなんとかなる。
- 不健康な生活をしていても、具合が悪くなれば、病院の先生に診てもらえばいいや。
- 悪いことをして、警察にお世話になっても、親がなんとかしてくれるだろう。

このような姿勢でいると、人に対する依存心が、高くなってしまいます。依存心が高くなると、責任感がなくなり、仕事などいい加減に取り組むようになります。人間関係も悪くなり、人からの信頼がなくなってしまいます。結局仕事運や対人運が、悪くなってしまいます。

当てにすることは、自立心を低くします。
当てにしないで生きることが、自分自身の自立心を高めるのです。

当てにしないで、自立心を高め、自分自身を強くしましょう。
そんな人には、幸運の女神が、味方になってくれることでしょう。



負けるが勝ち 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。



他人の目を気にしない 161



自分がしていることに、他人の目が気になることは、ありませんか。

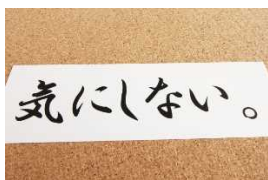
- 自分の考えを出すと、人から批判を受けるのでは、ないだろうか。
- 自分一人だけみんなと違う色の服を着ているので、周りの目が気になる。
- 休みの日に出かけると、近所の人から、どこに行くのか見られているように感じる。
- 自分のことを、あの人がいつも見ているように感じる。

このように、他人の目が、気になることがあると思います。
人は、不思議なもので、一度気になり出すと、いつも気になります。

他人の目が気になることで、素直な自分を自由に出せなくなります。
自分の言動が、他人を気にするあまり、制限されます。
心が、悩みやストレスを感じ、暗く憂鬱になってしまいます。

**私は、私、あなたは、あなた、でいいのでは、ないでしょうか。
いつも周りに同調しようと気を使わなくて、いいのではないのでしょうか。
多少他人から嫌われることがあっても、いいのではないのでしょうか。**

他人の目を気にしないで、堂々と、私は、私のために生きましょう。



地位や出世を追い求めない 162



他の人より優位に立ちたい。
誰からでも自分を認めて欲しい。
人は、このように願い、高い地位や出世をすることを追い求めます。

それが叶えば、優越感を感じることができ、昇進や昇給につながります。
周りの人や世間も今以上に、あなたを認めるようになります。

しかし、自分の実力以上に地位や出世を、追い求めるとどうでしょう。
自分が可愛いあまり、必要以上に求めると、心に迷いが生まれます。

心に迷いが生まれると、狡いことに手を出したり、他の人を陥れたりします。
地位や出世を得るために、どんな手段でも、使うようになります。

それでは、自分の心は、穏やかでないでしょう。
仮に高い地位を得たり、出世ができたとしても、今度は、他の人から狙われることとなります。
実力がないのに、高い地位を得たり、出世ができたとしても、いつも不安に駆られることとなります。

**地位や出世を求めたい気持ちを、自分でセーブをする心の強さが必要です。
無理に追い求めなくても、あなたの実力にあった地位や出世を、必ず得ることができます。**

多くの立派な人が、地位や出世を求めすぎたために、失敗したり敵を作ったりして、途中で挫折をしています。
欲望が、挫折を与えるのです。

**地位や出世を無理に、追い求めない生き方もいいのでは、ないでしょうか。
あなたの努力や頑張りに、結果として、地位や出世がついてくるのです。**



自分の中の才能に気づこう 163



誰でも他の人の才能は、よく気がつきます。

- あ的那个人は、歌が上手で、歌手になる才能を持っている。
- あ的那个人は、暗記力がよく、何でもすぐ覚えられる才能を持っている。
- あ的那个人は、運動の才能を持っていて、スポーツが何でも得意だ。
- あ的那个人は、人前で上手に話せる才能を持っている。

このように、他の人に対する才能を見つけることは、簡単にできる人が多い。それでは、あなたには、どんな才能がありますか。

自分には、才能なんて全くないと思っている人が、多いかもしれません。どんな小さな才能でもいいのです。見つかりませんか。

人は、他の人の才能を見つけるのは得意ですが、自分自身の才能を見つけるのは、苦手みたいです。自分自身の才能を見つけようとしなからかも、しれません。

人間は、神様からあなた特有の才能を、必ず授けられているのです。自分の中にある宝に、気づいてください。

- ☆ 自分の得意なことをさがしてみる。
- ☆ 自分の好きなこと、楽しいことをさがしてみる。
- ☆ 他人に、自分にどんな才能があるか、聞いてみる。
- ☆ 今頑張っていることに、才能が潜んでいないか、さがしてみる。
- ☆ よくほめられることはないか、考えてみる。

探してみて、自分の中の才能に気づいてください。あなたの中に素晴らしい才能があります。

きっといくつかの才能に、気がついたことでしょう。気がついた才能を生かして、人生をさらに、充実したものにしてください。



あなたの使命は何ですか 164

使命感



自分は、何をするために、この世に生まれてきたのだろう。
神様から与えられた、自分の使命は、何だろう。

生きることが、不安になったりすると、このように考えることがあります。
あなたが生きていく上での使命とは、何でしょう。

私の場合は、教員をしていた時の使命は、子どもたちを幸せにすることでした。
教員を退職してからの使命は、全ての人を幸せにすることです。
そのために、しあわせ塾を立ち上げ、ホームページを作成したり、いろいろな活動をしています。

誰でも、あなたにしかできない使命があり、多くの人が必要としている使命があります。
ぜひ、自分の使命を考えてみて下さい。
自分の使命に、目覚めてください。

**あなたの使命は、あなたの喜びであり、他の人の喜びでもあります。
自分の使命に目覚め、活動に取り組めば、やる気が湧き、無限のエネルギーが出てきます。
もう悩んだり、不安になることは、ありません。**

あなたの使命を自覚し、その使命達成のために、力強く自分の道を歩んで行って下さい。
その先には、きっと多くの人の喜びがあることでしょう。



あなたがぜひ必要です 165



天台宗の開祖である最澄の言葉に、「一隅を照らす 此(こ)れ則(すなわ)ち国宝なり」とあります。

これは、それぞれの立場・持ち場で、精一杯、努力・精進している人達は、何ものにも代えがたい、大切な「国の宝」であるという意味です。

- 脚光を浴びる人、目立たない人
- 楽な仕事をする人、きつい仕事をする人
- 料理を作る人、皿洗いをする人
- プロ野球で試合をする人、試合会場を整理する人

どんな仕事をしている人も、大切なのです。

どんなにあなたが、ムダなこと、役に立たないことと思っても、そんなあなたが大切なのです。

新入社員が、入社してしばらくすると、会社を辞める人が多くいます。

自分が、希望する仕事では、なかったのかもしれませんが。

でも、どんな仕事であろうが、会社にとって必要な仕事です。

会社には、必要でない仕事は、一つもありません。

新入社員でも、あなたがぜひ必要なのです。

どんな状況であっても、あなたがぜひ必要です。

あなたは、間違いなく周り人や会社、家族の役に立っています。

どんなことがあろうが、自分は必要とされていると自覚し、自信と希望を持って、生きていきましょう。



今この瞬間を大切に生きる 166



日常の生活の忙しさ、仕事の忙しさで、毎日を慌ただしく生きている人が、多いように思います。時間が過ぎるのは早すぎて、気がつけば一分、一時間、一日、一ヶ月、一年と、過ぎていきます。

人は、普段時間をあまり意識していません。
そして、いつまでも自分は、生きていることができると思っています。

しかし、死を意識して時間を考えると、時間が過ぎるとともに、刻々と死に近づいています。

黒澤明監督作品に、「生きる」があります。
三十年間無欠勤の市役所の市民課長が、自分が癌に冒されていることを知ります。
暗い気分の中に、さらに息子夫婦から冷たい仕打ちを受けます。
その後、事務員の女性と知り合い、今まで、ただマンネリに仕事をしていた自分を、強く反省します。

初めて死と直面し、人間としての真の生き甲斐を悟るのです。
その後、市民課長は、仕事に没頭します。
なかでも公園建設に力を入れ、いろいろ困難な事が起こる中、願いを叶え、ついに公園を完成させます。
最後は、雪が降る夜、公園のブランコに座り、「ゴンドラの唄」を口ずさみながら、やすらかに息を引き取ります。

このように人は、死に直面しないと、なかなか今この瞬間を大切にすることが、難しいのかもしれない。
しかし、死と直面した時には、もう遅いのです。

**今この瞬間を大切にして、なすべき時に、なすべき事をしているという気持ちで、生きることができれば、毎日が充実したものとなるでしょう。
自分の命は、今日しかないという気持ちで、生きましょう。**

一分、一時間、一日、一ヶ月、一年の今この瞬間を大切にして、この瞬間を積み上げていきましょう。



徳を積むだけ輝ける 167



昔の人は、徳を積むことの大切さをよく知っていました。
子どもたちには、徳になることをするように、話をしていたように思います。

もちろん今でも、人にとって、徳を積むことは、とても大切なことです。

- 徳を積むだけ、人としての成長があります。
- 誰からも喜ばれ、感謝されます。
- いい事が、たくさん起こるようになります。
- 自分に自信が溢れ、輝けるようになります。

徳には、二つの徳があります。

一つ目の徳は、陰徳です。

陰徳は、簡単に言うと「人知れず」徳を積むことです。

誰にも感謝されなくても、褒められたりしなくても、その行いをやり続けることです。

二つ目の徳は、陽徳です。

陽徳は、よい行いが明るみに出て、みんなから感謝されること。表彰されるなど、多くの人に知れ渡る功績などもそれに当たります。

どちらも徳を積むことには、変わりはありませんが、どちらかという、陰徳を積むことこそ大切です。なぜなら、見返りを求めず、無意識でよい行いを継続できるからです。

徳を積むことは、決して難しい事では、ありません。

ちょっとした心がけでいいのです。

例えば、次のようなことです。

- ☆ 道路などに落ちている、紙くずを拾う。
- ☆ お年寄りや子ども連れに、席を譲る。
- ☆ 外食した後に、テーブルをきれいにして帰る。
- ☆ 忙しい人の手伝いをする。
- ☆ 落とし物を交番に届ける。
- ☆ いろんな人に、笑顔で話しかける。
- ☆ 困っている人に、優しい声かけをする。

このような無理のない範囲で出来る「小さな親切」を心がけましょう。

大切なのは、誰かを喜ばせたり、誰かから感謝されたりするように、行動することです。

きっと徳を積み積むほど、あなたの人生が、輝くことになるでしょう。

自分にプラスの暗示 168



自分に向けて、良い言葉を投げかけ続けると、意識が変わってきます。意識が変わると行動が変わり、行動が変わると人生が変わります。

自分が気に入っている、プラスの暗示を見つけましょう。そして、一日何回もその言葉を自分に、言葉に出して、言い聞かせましょう。

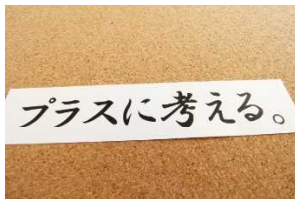
私の子どもが、よく言っている言葉は、「元気があれば、何でもできる。」です。毎日何回もよく言っています。自分にプラスの暗示をかけることで、自分自身元気を出し、やる気を引き出しているように感じています。おかげで毎日立派に仕事をして、元気に楽しく過ごしています。

そこで、プラスの暗示をいくつか紹介します。

- ☆ 私はできる。その気になれば何でもできる。
- ☆ 自分に、やってやれないことはない。必ずやれる。
- ☆ 感謝、感謝、感謝、いつでも感謝の毎日です。今日も感謝の一日に。
- ☆ 人生において、ムダなことは、何一つない。何でも大切なことだ。
- ☆ 私がやらずに、だれがやる。必ず自分がやり遂げる。
- ☆ 見ようとしなければ、何も見えない。必ずしっかり見て行動する。
- ☆ 全ての出来事には意味がある。意味を考えて生きよう。

自分の気に入った暗示を見つけたり、考えたりして下さい。

プラスの暗示を一日何回も聞くようにすれば、自己暗示の効果で、意識が変わり、前向きに行動できるようになります。



忙しいが口癖の人にはチャンスはない

169



チャンスというのは、人からやってきます。
あなたにチャンスを持ってくるのは、あなたの周りの人たちです。

あなたの職場の人、友だち、家族・親戚、今までお世話になった方々など、いろいろな人が、あなたのために、チャンスを運んできます。
チャンスをつかむためには、日ごろからの人間関係が良好である必要があります。

そのためにも、いろいろな人と話をしたり、交流の場に出かけたりなど、交流の幅を広げることが、とても大切なことです。
そこに、チャンスが、ころがっているかもしれません。

しかし、よく「私は忙しい。」「私にはそんな暇はない。」「今の仕事だけで、精一杯です。」といって、いつも忙しそうに、ふるまう人います。
本当に毎日が、慌ただしいのかもしれませんが、見栄のために、そのように言っているだけかもしれません。
これらの言葉は、決してプラスには、働きません。

忙しいが口癖の人には、他の人からの誘いは来なくなります。
忙しいので、相手にされなくなります。
忙しいの言葉が、交流を遮断してしまう壁に、なってしまいます。
それでは、あなたに、チャンスはありません。

忙しいが口癖になっていれば、すぐ言うのを止めるようにしましょう。
一日でも早く、交流の壁を取り除きましょう。
どんな時も心に余裕を持ち、風通しの良い状態に、自分を変えましょう。

そうすれば、自ずとチャンスが舞い込み、素晴らしい未来になっていくことでしょう。



絶体絶命でもなんとかなる 170



人生いろいろな時に、絶体絶命の危機に出会います。

- 不渡りのために、会社が倒産してしまった。
- 台風で、家が直撃を受け、ケガはなかったが、家が全壊してしまった。
- 交差点で、正面衝突をして、車が大破し、大怪我をした。
- 家が火事で、ほぼ焼けてしまった。

このような絶体絶命の危機に、会うことがあるかもしれません。
トラブルやアクシデントに見舞われると、大変落ち込んでしまいます。
自分の人生は、これで終わったように感じます。

今生きている人の中には、戦争を経験していて、死に直面したことがある人がいます。
その方々は、死に直面したことがあるので、どんなことがあろうが、乗り越えられる強さがあります。
死ぬか生きるかという絶望的な状況に比べたら、今が絶体絶命であっても、どうにかできると思えるのです。

今の世の中にいる限り、最悪の事態になったとしても、死ぬ心配はありません。
仮に職を失ったり、大怪我をしたりしても、命の危険に比べれば、大したことではありません。

**絶体絶命でも、そんなに深刻に、ならないで下さい。
命がなくなることはないと思い、落ち着いて対応策を考えれば、なんとかなるものです。**

絶体絶命の試練を乗り越えることができれば、あなたは、大きく成長することができるでしょう。



分け合えば皆嬉し 171



ケーキ好きの四人で、ケーキを食べようとしています。
ケーキは、全部で六個です。
どのように食べたら、いいでしょうか。

二人が二個ずつ食べ、残りの二人が一個ずつ食べました。
すると不公平だと思い、もめ事が起こります。
皆あまりいい気分はしません。

知恵を出して、皆が一個半ずつ食べました。
皆が同じように、上手に分けました。
すると皆が笑顔になり、嬉しい気持ちになりました。

最近のテレビ番組で、父親の遺産相続の分け方で、母親と兄弟が争い合っていることが、報道されています。
それぞれの自己主張が強くて、なかなかまとまりません。
なんと悲しいことだと思います。

皆がお互いの気持ちを理解し合い、知恵を絞って欲しいものです。
ケーキの場合のように、皆が笑顔になり、嬉しい気持ちになって欲しいものです。

相田みつをさんの詩を紹介します。

☆うばい合えば足らぬ わけ合えばあまる

この詩のように、皆が互いの立場を尊重して、何事も奪い合わず、分け合うように努力をすることが大切なのです。

分け合えば、皆が嬉しい気持ちになれます。

これは、物やお金だけではありません。

いいことやいい情報も、皆で分け合えば、皆嬉しい気持ちになります。

どんな時も、分け合うことを優先させましょう。



臨機応変な対応 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。



イエスマンに気をつけろ 173



- 仕事を依頼すると、イエス(はい)と返事が返ってくる。
- 頼み事をすると、イエスと返事が返ってくる。
- 食事に誘うと、イエスと返事が返ってくる。
- 仕事のアイデアを出すと、イエスと返事が返ってくる。

一見イエスと返事をする人は、素直で素晴らしい人のように思います。しかし、いつでもイエスのイエスマンだとしたら、それでいいのでしょうか。

何でもイエスと言えば、相手の気持ちが良くなるでしょう。でも、本当の自分は、どうでしょうか。自分の気持ちや考えを押し殺して、ストレスがたまっていないでしょうか。

**もしあなたがイエスマンであれば、無理をしないで下さい。
自分の気持ちや考えを大事にして、判断・行動して下さい。
思い切って、どんな時も自分の気持ちや考えを、正直に声に出しましょう。**

イエスマンでいれば、何も考えたり、思ったりしなくて、批判を受けず楽かもしれません。そんな毎日で、楽しいのでしょうか。

自分の気持ちや考えをぜひ大切に、イエスマンにならないように、気をつけて下さい。

**自分の人生は、他人のためにあるのではないのです。
自分のための大事な人生です。**



よい環境で元気になろう 174



**人は、環境によって大きくかわります。
環境が良いか、悪いかにより、心も良かったり悪かったりします。**

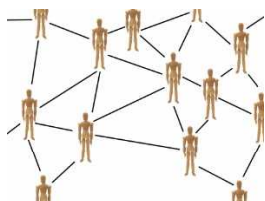
水をやかんに入れ、沸かすとお湯になります。
お湯をさらに沸騰させると、水蒸気になります。
水を冷蔵庫に入れたら、氷になります。
このように水は、お湯、水蒸気、氷と変化します。

人も同じように環境で、変化をします。
暗い職場であれば、あなたもしたいに、暗くなります。
活気がない職場であれば、あなたもしたいに、活気がなくなります。
元気で明るい職場であれば、あなたもしたいに、元気で明るくなります。

人もそこで働く人々の環境によって、しだいに同じ色に染まっていきます。
毎日が快適で楽しく生活するためには、元気で明るい環境がぜひ必要です。
元気で明るい環境は、あなたに生きる活力とエネルギーを与えてくれます。

職場だけでなく、元気で明るい環境を探してみてください。
きっとよい環境が見つかると思います。
意識して、よい環境に触れあうように、努めましょう。

きっと今以上に、元気なあなたになることでしょう。



ワンランクアップを楽しもう 175



テレビ番組のプレバトでは、毎回俳句の査定がなされます。
参加者の名人は、自分の俳句で、ワンランクアップを目指します。
査定前は、ワンランクアップできるかどうか、不安な反面、楽しみにしている様子です。
ワンランクアップの査定がなされると、本人は、大喜びです。

このように、ワンランクアップが、楽しいのです。
ワクワク、ドキドキです。

いつも同じような生活で、変化もなく過ごしている人は、いませんか。
そうであれば、みなさんもワンランクアップして、人生をもっと楽しんでみては、いかがでしょうか。

- ☆ いつもより少し豪華なホテルに宿泊する。
- ☆ いつもより少し上等なレストランで、食事をする。
- ☆ 夕食のおかずの種類を、いつもより一つ多くする。
- ☆ アパートからマンションに引っ越す。
- ☆ 行ったことのないライブショーに参加する。
- ☆ 今の仕事のレベルを、もう一つレベルアップする。
- ☆ いつもより少し高価な洋服を、購入する。

このように、自分にあった何かを探してみてください。
少しお金が必要かもしれませんが、ワンランクアップすることを楽しんで下さい。

ちょっと背伸びをすることが、人生の楽しみと好循環を、あなたにプレゼントしてくれることでしょう。



一寸先に光りあり 176



諺に「一寸先は闇(いっすんさきはやみ)」があります。
この意味は、これから先のことはどうなるのか、まったく予測できないことを言います。

勤めていた会社の急なリストラに合い、男性は会社を、辞めなければならなくなりました。
家族を養うには、経済的に厳しい状況になりました。
どうにかアルバイトを見つけ、少しのお金で、家計をやりくりしています。
しかし、厳しい状況には、変わりません。

この場合は、一寸先は闇です。
では闇の先は、どうなるのでしょうか。
闇の反対、一寸先は光が、必ずあります。

その後男性は、心配していた友だちから、立派な会社を紹介されました。
男性にとって、適した会社であったので、今では会社のリーダーとして、活躍しています。

**人生は、悪いことも起こりますが、その後必ず良いことも起こります。
一寸先は、必ず光が射し込んできます。**

今が辛くても、意外な形で、突然いいことがやってきます。
一寸先は光ありと信じ、気持ちを楽にして、期待して待ちましょう。



あなたの決意が未来を変える 177



今のあなたは、今までにあなたが決意したから、今の自分になっています。
あなたの過去の決意が、その後のあなたの未来を変え、今に至っています。

源頼朝は、打倒平家を決意しました。
見事達成し、鎌倉幕府を開きました。

豊臣秀吉は、信長の意志をついで、天下統一を決意しました。
その決意通りに、見事天下統一を果たすことができました。

このことは、皆さんご存じのことと思います。
今の歴史において、過去の人物の決意で、今の時代にたどり着いているのです。

- ☆ 将来医師になる。
- ☆ 会社を大きく成長させる。
- ☆ 皆から喜ばれることをする。
- ☆ 海外に出かけ、視野を広げる。

人それぞれいろいろな決意があります。
あなたのゆるぎない決意を、大切にしましょう。
過去を変えることはできません。
しかし、あなたの決意で、あなたの明日を変え、未来を大きく変えることはできます。

今日から新たな一歩を踏み出してみても、いかがでしょう。



行動が願いを叶える 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。

自分の仕事の技術を高めることが、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。



私の未来はバラ色 179



あなたが想像する未来は、何色ですか。
明るい色、それとも暗い色でしょうか。

未来を想像することは、難しいです。
世の中は、暗い色の未来を想像することが好きです。

- 大規模な地震が起こる。
- 台風で被害が増大する。
- 温暖化の影響で、気温が上昇する。
- オリンピック後は、バブルが崩壊する。
- 人口減で、国家財政が破綻する。

このように想像はできても、確実にそのことが起こるとは、限りません。
危機管理の面からは、想像することは必要ですが、皆が暗くなる必要は、ありません。

未来というのは、誰にも分からないものなのです。
それならば、私の未来はバラ色と想像する方が、いいでしょう。

明るい未来を、具体的に思い浮かべることができます。
明るい未来の方が、気持ちが楽しくなり、運が良くなります。

暗い色を想像して生きるより、私の未来はバラ色と思い、未来を楽しみにして、生きましょう。



人生は甘いことだらけ 180



37年間教員として、学校勤務をしました。
毎日が楽しいこと嬉しいことが多くて、生き生きと過ごすことができました。
たくさんの人から、優しく教えてもらったり、育てていただきました。

**子どもの頃、人生は辛いことばかりです。
どんなに辛いことがあっても、我慢するようにと教えられて育ちました。**

実際の自分の人生は、辛いことばかりの人生では、ありませんでした。
自分の人生は、他の人の優しい協力・支援があり、甘いことだらけでした。
楽しく、嬉しいことだらけの毎日でした。

人生は、世間が考えているほど、厳しくはありません。
厳しいと思い、不安になったり、怖がったりしないで下さい。

**人生は甘いことだらけです。
どんな時もどんな状況でも、なんとかなります。
たくさんの人が、あなたを助けてくれます。**

人生は甘いことだらけと思い、思い切って自分の人生を、笑顔で楽しみましょう。



自分の目で直接確かめよう 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。



誰でも好きなら未来は明るい 182



あの人は好き、この人は嫌い、好き嫌いがはっきりしている人がいます。それは、大変損をしていることとなります。

好きな人に対しては、楽しい気分になりますが、嫌いな人に対しては、面白くない気分になります。できればいつも、楽しい気分の毎日がいいでしょう。

そのためには、好き嫌いをせず、誰でも好きになることが、とても大切なのです。未来のチャンスや成功は、必ず人によって運ばれてきます。そうすると好きな人が多いほど、未来は明るくなります。

あなたに好きな人がいるとします。すると次のようなことが、たくさん見えてくるでしょう。

- 笑っている笑顔が、可愛い。
- 話すこと言葉が、おもしろく楽しい。
- 誰に対しても優しい行動をする。
- 考え方が、しっかりしている。

このように相手のことを思います。人は、好きというだけで、相手のいいところが、たくさん見えてきます。そして明るく楽しい気持ちに、なれるのです。

好きな人がたくさんいれば、いつもいいところだけを見ることができます。いつでも明るく楽しい気持ちになれます。プラス思考の自分になれます。

これから、どんどんたくさんの人を、好きになって下さい。もし今嫌いな人がいれば、嫌わずに好きになるように、努力をしてみてください。

誰でも好きになれるあなたなら、いい運が引き寄せられます。きっと未来は今以上に、明るくなることでしょう。



1%の可能性を大切に 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 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。



あなたの魅力が魅力を呼ぶ 185



不思議なもので、人は同じ波長の者同士が引き寄せ合い、仲が良くなります。

- 同じ趣味を持っている人。
- 遊んでばかりいる人。
- 仕事熱心な人。
- お酒が好きな人。
- 上司の愚痴をこぼす人。
- スマホが好きな人。

いろいろな人がいます。

同じタイプの人同士が引き寄せ合い仲良くなり、交流がはじまります。

同じ波長なので、価値観も行動も似ています。

一緒にいても疲れないし、楽しい気持ちになれます。

このような理由で、同じタイプの人同士が、引き寄せ合うのです。

しかし、あなたが、もっと魅力的な人と仲良くなり、自分自身を高めたいと思うのであれば、あなた自身が、魅力的になることが一番です。

魅力的な人とは、どんな人でしょう。

- ☆ 知識・経験が豊富である。
- ☆ 人に対する優しい気配りができる。
- ☆ 人と人との出会いや繋がりを、大切にしている。
- ☆ いろいろな人の話が聞け、共感できる。
- ☆ 元気で情熱的である。
- ☆ 自分から進んで行動することができる。
- ☆ 向上心・探究心に燃え、進んで勉強する。

あなた自身が、このような魅力的な人になれば、同じ波長の魅力的な人が引き寄せられ、仲良くなることができます。

そして、あなた自身が、さらに魅力的になり、大きく成長できるのです。

あなたの魅力が、魅力を呼ぶことになるのです。



ごまかさないで生きる 186



テレビ番組で、医療現場での深刻な問題を取り扱っていました。
それは、手術等における医療ミスでした。
年間たくさんの医療ミスが起こっている現実が、そこにありました。

現場では、医療ミスを発見し、情報を収集し、再発防止策の取り組みを行っていました。
また、医療ミスに繋がりそうな現場の状況を事前に把握し、医療ミスにならないように、適切な指導がなされていました。
このような医療安全管理に対する取り組みは、診療の一環として、大変重要であると考えられています。

しかし、医療安全管理の取り組みも、はじめから上手くいったわけではありません。
医療ミスを起こした医師・看護師等が、実際に起こったこと、起こった状況等を正直に、話すことに、はじめはかなりの抵抗があったからです。
自分のミスを認めたくないし、関わって欲しくない。
そっとしておいて欲しい、との強い思いがあったからです。

こんな状況では、医療ミスに関する情報は、收拾できませんでした。
そこで、「逃げない・隠さない・ごまかさない」という意識化改革に取り組みました。
そして、医療ミスを正直に報告することで、どんなにミスや失敗があろうが、報告者を決して非難したり、罰したりしないことにしました。
そうすることで、徐々に正確な医療ミスの情報が分かるようになり、医療安全管理の徹底がなされるようになりました。

これは、医療現場だけの問題では、ありません。
いろいろな多くの現場でも、このような取り組みが、ぜひ必要です。
また、個々人においては、ぜひごまかさないで、生きようになりたいものです。
ごまかすの意味は、本心を見やぶられないように、話をそらしたり、でまかせを言ったりして、その場やうわべをとりつくろつこと。人目を欺いて不正をすることです。

- ☆ ごまかして生きると、自分自身にウソをつくことになります。
- ☆ 人の目や人からの批判が気になります。
- ☆ 自分自身に悩みをかかえ、暗くて息苦しくなります。
- ☆ 友だちが少なくなり、相手にされなくなります。

失敗やミスなど、起こって当たり前なのです。
誰でもそれに正直に向き合い、乗り越えて、生きているのです。
毎日をごまかして生きるか、ごまかさないで生きるかは、あなたの心次第です。

ごまかして生きると、ごまかし続けないと生きられません。
多少批判などのプレッシャーがあっても、ごまかさないで生きると、心の中で決心しては、いかがでしょうか。

小さい事にこだわろう 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。

人生おごらず、くさらず 188



人生は、いろいろなことがあります。
いろいろなことがあるから、人生は楽しいのです。

- 人生は、山があれば、谷があります。
- 人生は、勝つことがあれば、負けることがあります。
- 人生は、幸せなことがあれば、不幸せなことがあります。
- 人生は、成功することがあれば、失敗することがあります。

このように人生は、いいことがあれば、いやなことがあります。

いいことがあれば、嬉しくなり喜びでいっぱいになります。
いやなことがあれば、悲しくなり怒りでいっぱいになります。

このことは、悪いことではありません。
人として当然なこと、当たり前のことだと思います。
しかし、それが強すぎると困ったことになります。

相撲で、どんどん勝っていけば、おごりが出るようになります。
威張ったり、のぼせたり、自惚れたりします。
真剣に努力をしようとしなくなり、逆に負け出すことになります。

相撲で、どんどん負けていけば、くさってしまいます。
恥ずかしがったり、悩んだり、卑下してしまいます。
練習に身が入らなくなり、益々負け続けることになります。

人生において、いいことがあった時、嫌なことがあった時こそが、大事です。
その時のあなたの心の姿勢や言動が、大切なのです。

どんな時も一喜一憂しないで、常に平常心で、夢に向かって邁進しましょう。
いい時・嫌な時こそ、おごらず、くさらずで、自分や他の人に対して、真摯に向き合しましょう。



相手の望みを叶えよう 189



商売のコツは、相手が何を欲しいのかを知り、それに応えていくことです。そんなに難しい事では、ありません。

人間関係作りも商売と同じです。
相手の望みを、叶えることが大事です。
そこであなたは、次のことに取り組むと人間関係が、豊かになります。

- ☆ 相手が何を望んでいるか、即座に察知します。
- ☆ 相手の望みが叶うための、アイデアや方法を考えます。
- ☆ 望みが叶うために、相手に説明したり、行動したりします。
- ☆ 望みが叶うまで、できるだけ努力を惜しみません。

相手は、望みが叶うとあなたを信頼するようになります。
あなたを頼りにするようになります。
強固な人間関係ができるのです。

相手のどんな望みでも構いません。
大きな望みだけでなく、小さな小さな望みでもいいのです。
すぐに叶えられる望みでもいいのです。

このように相手の望みを叶える人は、縁を作ることが上手い人です。
そこから多くの人との交流が生まれ、人脈が広がっていきます。

いつも相手の望みを叶えようとする、自分でやりたいものです。



自分で決めて生きなさい 190



自分の人生は、自分の思い通りの人生に、なって欲しいものです。
そのためには、自分の人生を、自分でコントロールする必要があります。

しかし現実には、自分でコントロールできない場合が、多々あります。

- 友だちから誘われたので、同じ高校に入学しました。
- 先生からこの大学なら合格できると言われ、受験しました。
- 親からこの会社なら将来心配ないと諭され、入社しました。
- 親戚から結婚相手を紹介されたので、しかたなしに結婚しました。

今までこのようなことは、なかったでしょうか。

自分の人生なのに、いつの間にか、他の人が決めた人生を歩いていませんか。

これでは、何か困ったことやトラブルが起こると、人のせいにして、逃げたくなります。
人が決めた人生を歩いていたら、あまり楽しくないでしょう。

自分の人生は、自分で決めて、自分の足で一步一步、歩いていくことが大事です。

- ☆ 自分で決めているので、情熱やエネルギーが湧いてきます。
- ☆ 自分で決めているので、楽しく生きられます。
- ☆ 自分で決めているので、何があっても逃げたりせず、自分に責任を求め、反省できます。
- ☆ 自分で決めているので、どんな困難にも負けない、強さがあります。

何事も自分の頭で考え、自分で決めて、自分の人生を力強く、生きていきましょう。
きっと自分の人生を、自分でコントロールでき、豊かな人生となっていくことでしょう。



苦勞の分だけ幸せになれる 191



今苦勞を背負って、一人で苦しんでいる人は、いませんか。

- 依頼された仕事が、期日までに間に合いそうにない。
- 夫婦関係で、お互い忙しくて、コミュニケーションが取れていない。
- 友だち関係で、自分一人だけ仲間はずれをされている。
- 収入が少なく、お金のやりくりが大変です。
- 子どもの世話を自分一人だけで、させられている。

このように、今苦勞を背負って、苦しんでいる人は、多いと思います。
しかし、心配することはありません。
なんとかなるものです。
そのうち時間が、解決してくれます。

諺に「若い時の苦勞は買ってでもせよ」があります。
この意味は、若い時にする苦勞は、必ず貴重な経験となって将来役立つものだから、求めてでもするほうがよいということです。

**今のあなたの苦勞は、天から与えられた貴重な経験・試練をしているのです。
そして、あなたにとって将来役立つものなのです。
苦しくても、途中で挫折することなく、頑張って乗り越えて欲しいと思います。**

成功した人や幸せな人は、過去に苦勞をしている人たちばかりです。
苦勞なしに、成功や幸せを得ることは、決して出来ません。

- ☆ 苦勞の分、知識や経験が身につきます。
- ☆ 苦勞の分、心が鍛えられ、大きく成長します。
- ☆ 苦勞の分、人の苦しみ悲しみがわかり、人に優しくなれます。
- ☆ 苦勞の分、これからのいろいろな苦勞への強さになります。

きっと今や過去のあなたの苦勞は、その分あなたに、光となって降り注ぎます。
あなたを幸せへと、導きます。
間違いなく苦勞の分だけ、幸せになれるのです。



チャンスは今、行動せよ 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つたり、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

トラブルの時こそ知恵を絞れ 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が、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。



少しばかりのお金で幸せ 194



喜劇王チャールズ・チャップリンの名言を紹介します。
それは、「人生は君が恐れなければ素晴らしいはずだ。人生に必要なのは勇気と想像力と ... 少しばかりのお金だけ。」です。

この言葉の通り、勇気、想像力、少しばかりのお金があれば、素晴らしい人生になるでしょう。
少しばかりのお金とは、日常の生活に必要なお金と、少しの蓄えのことだと思います。

素晴らしい人生になるためには、お金が必要なのです。

- お金があれば、裕福感を味わうことができます。
- お金を使って、美味しい食事を食べたり、好きな物を購入したり、旅行に行ったりなど、豊かな暮らしができます。
- お金がなくて、日常の生活が困難な生活より、少しばかりのお金があった方が、幸せ感を味わうことができます。

では、少しお金に余裕を持って生きるためには、どうしたらいいのでしょうか。

- ☆ 毎月どれだけの収入があるのか、正確に把握する。
- ☆ 毎月の収入が、少しでも増えるように努力する。
- ☆ 毎月どんな支出の項目があるのか、明確にする。
- ☆ 支出の項目ごとの支出金額を、把握にする。
- ☆ 必要のない支出や節約できる支出を、項目内容ごと見当し、ムダを省き、支出をできるだけ少なくする努力をする。
- ☆ 収入から支出を引き、残った分を有効に使ったり、貯蓄したりする。

余裕を持って生きるためには、収入を増やすこと、支出を減らすこと、そうすることで収支の残を増やすことです。
とっても簡単なことなのです。

少しばかりのお金の管理が、人生において、大きな基盤となるのです。
早くからそのことに気づき、お金で困らない人生に、したいものです。

現在40歳台50歳台の男性に、自己破産が多く見られます。
国と地方を合わせた借金は、2019年度末には、1122兆円になる見通しです。
しっかりしているように思われる人・国等も残念ながら、こんな状況です。
大変驚くばかりです。

少しばかりのお金の意味を、再度かみしめてみましょう。

集団生活でたくましさを 195



現代人は、あまりたくましさがないように、感じるがあります。

- 新入社員として、入社した会社をすぐ辞めてしまう。
- 先輩や上司から注意を受けると、すぐ泣き出してしまう。
- 仲良しの友だちから、集まりへの誘いがなかっただけで、すぐ仲間外れされたと思ってしまう。
- 少し難しい仕事を与えると、自分にはできませんと、なかなか引き受けない。

このようなことが、少し多いように思います。

たくましいの言葉の意味は、「体が頑丈で、いかにも強そうに見える。意志が強く、多少のことではくじげない。意気や勢いが満ちあふれている。」です。

私は、小学校・中学校・高等学校・大学で、集団生活を経験しました。
また中学校では、部活動で、集団生活を経験しました。
それ以外に、高等学校・予備校・大学では、すべての寮で、集団生活を経験しました。

このような貴重な集団生活を、多く経験したことで、少しぐらいの苦勞では、へこたれないたくましさが、育ったように思います。

集団生活では、次のような有意義な経験ができます。

- ☆ 全員が共通の目標に向かって、生活します。
- ☆ 毎日の計画に基づいて、時間に従って規則正しい生活をします。
- ☆ 日常生活の役割を全員で分担し、役割を果たします。
- ☆ 言葉遣い・マナー・決まりなど、守るように徹底されます。
- ☆ 問題やトラブルが起こると、厳しく指導・処分されます。
- ☆ 耐えきらずに、途中で逃げることはできません。
- ☆ 個人情報など、オープンになっています。

集団生活では、このような経験ができ、所属意識や連帯意識が高まります。
集団生活では、心も体も見違えるように、たくましくなります。

たくましさを育てたいと思う人は、ぜひ集団生活をお勧めします。
集団生活が難しいなら、小集団活動・グループ活動でも、成果はあると思います。
集団生活・小集団活動・グループ活動の良さを、再認識してみましょう。
どんなことにも負けない、たくましさを手に入れたいものです。



今からでも遅くはない 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きさんは、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。



あなたの幸せを願います 197



昨日は、妻の誕生日でした。
妻を誘って、豪華なレストランに行き、美味しい昼食をいただきました。
日頃から食べるのが好きな妻は、ゆっくり食事ができ、美味しいので、大変喜んでいました。
食事の写真をラインで、家族皆に知らせると、家族皆も喜んでくれました。
今私や家族が、健康で楽しく生活できるのは、妻のおかげなのです。
今後の妻のさらなる幸せを、願いました。

最近、姪の結婚式に参加しました。
多くの人が出席した、温かみのある最高の結婚式でした。
結婚した二人の未来が、ますます明るく幸せになりますようにと、強く願いました。

このように、人の幸せを願うことは、大変喜ばしいことなのです。
人の幸せを願う機会は、いろいろあります。

- ☆ 赤ちゃんが誕生した。
- ☆ 還暦・米寿を迎えた。
- ☆ 誕生日を迎えた。
- ☆ 小学校・中学校・高等学校・大学に入学・卒業した。
- ☆ 成人式を迎えた。
- ☆ 会社に合格し、入社した。
- ☆ 会社を定年退職した。
- ☆ 恋人ができ、結婚した。
- ☆ 新しい家ができた。

このような機会以外にも、小さな事にも幸せを願うことがあります。

- ☆ 仕事が順調に進み、完成した。
- ☆ 同窓会で、昔の友だちと会い、楽しい話が出来た。
- ☆ 皆の協力で、トラブルを解消することが出来た。

日頃から自分だけでなく、皆の幸せを願うことは、とても大切なことです。
幸せを願えることが、あなたにとって幸せなのです。

あなたが他の人の幸せを願った分、他の人からたくさんの幸せを願ってもらえます。
そして、幸せを願えば願うほど、その幸せが現実となるのです。



あなたの実績を教えてください 198



実力

日本人の多くは、謙虚な人が多いように思います。
あなたの実績を教えてくださいと聞かれると、謙虚なあまり、これと言った実績は、ありませんと答える人が多いようです。
特に男性より女性の方が、そのように答える人が、多いようです。

アメリカは、実力主義の社会です。
あなたの実績を教えてくださいと聞かれると、自分の実績を正確に答えることができる人が、多いです。
自分の実績が、就職先・会社の地位・給料に、直結しているからです。
また、女性で活躍している人も多く、女性管理職が日本に比べ、かなり多いです。

あなたの実績を教えてくださいと聞かれて、すぐに実績を答えられるようになりましょう。
いろいろな時に、あなたの実績を自信を持って、話せるようになりましょう。

自分の実績が思いつかない人は、次のことを考えてみて下さい。

- ☆ あなたの性格で、いいところを考えて下さい。
- ☆ 小学校・中学校・高等学校・大学で、強く思い出に残っていることを考えて下さい。
- ☆ あなたの特技・趣味・好きなスポーツは何ですか。また、心に残っていることを考えて下さい。
- ☆ 他の人から、よくほめてもらえることを考えて下さい。
- ☆ 会社・工場などで、どんな部署・職場を経験して、思い出に残ったことや成果があったことを考えて下さい。
- ☆ 会社・工場などで、今までにどんな役職を経験し、どんなことに取り組みましたか考えて下さい。
- ☆ 今までにいろいろな大会などに参加し、受賞したことを考えて下さい。

このように考えて見ると、あなたには、素晴らしいたくさんの実績が、あることが分かります。
自分の実績がわかるということは、人生での自分の歩みが、わかることとなります。
自分を深く、理解することとなります。

あなたは、もっと自信を持っていいのです。
自分の実績を、誇りに思ってください。
もちろん大きな実績でも小さな実績でも、最高に素晴らしいのです。

いろいろな人に遠慮なく、あなたの実績を話して下さい。
おそらく聞いた人は、あなたのことが良く理解でき、喜んでくれるでしょう。

これからの時代は、自分の実績を他の人に話をして、より自分を活用してもらうことが、大切なのです。
活用してもらうことが、自分の幸せでもあり、社会に貢献できることとなります。

人生において、自分の実績を着実に、積み上げていき、さらに実力を伸ばしていきましょう。

見えないものを大切に 199



町で、可愛い人に出会ったとします。
見えるものは、顔・体・行動などです。
それだけでは、その人がどんな人なのか、ほとんどわかりません。
見える情報は、ほんの少しだけなのです。
その人が、どんな性格なのか、どんな心を持っているかなど、見えないので、全く分からないのです。

金子みすゞさんの詩を紹介します。

星とたんぽぽ

青いお空の底ふかく、
海の小石のそのやうに、
夜がくるまで沈んでる、
晝のお星は眼にみえぬ。

見えぬけれどもあるんだよ、
見えぬものでもあるんだよ。

散ってすがれたたんぽぽの、
瓦のすきに、だアまって、
春のくるまでかくれてる、
つよいその根は眼にみえぬ。

見えぬけれどもあるんだよ、
見えぬものでもあるんだよ。

晝のお星やたんぽぽの根は、人には見えません。
しかし、間違いなく存在しているのです。
見えないけれど、大切なものなのです。

私たちは、世の中の見えるものだけを見て、大事にしがちなのかもしれません。
見えないものに目を向け、見えないものにも、心を傾けなければなりません。

見えないものに、温かい眼差しを向けたいものです。

思い込みを味方に 200



教育の専門家が、学校の子ども達の様子を見に来ました。
その人が帰る時、担任の先生に「あの子は、これから必ず成績が伸びます。」と伝えました。
担任の先生は、そう思い込み、子ども達やあの子に指導をしました。
再度教育の専門家が、子ども達の様子を見に来た時に、担任の先生が、「言われた通りに、あの子は、成績が伸びました。」と話をしました。
するとその人は、「適当にあの子と言っただけです。誰でも良かったのです。」と返事をしました。
担任の先生は、このことに大変驚きました。

これは、担任の先生が、あの子は、成績が伸びると思い込み、指導にあたった結果、成績が伸びたのです。
おそらく思い込みがなければ、成績が伸びることは、なかったでしょう。

このように思い込みは、凄い力を発揮します。

ある人は、小さい頃安い値段の魚を食べる時に、祖母から「この魚を高い値段の鯛と思って食べなさい。」といつも言われたそうです。
すると安い値段の魚でも、高い値段の鯛と思い込むようになり、美味しく食べられるようになった、とのことでした。

次のような思い込みも、いいかもしれません。

- ☆ 嫌いな人を、好きと思い込む
- ☆ 病気でも、治ると思い込む
- ☆ あまりお金を持っていなくても、金持ちと思い込む
- ☆ 頭がいい方でなくても、頭がいいと思い込む
- ☆ できそうにないことでも、できると思い込む
- ☆ 偉くなりそうになくとも、偉くなれると思い込む

このように、いろいろなことを自分に思い込ませると、不思議なもので、思い込んだ通りになります。
何回でも心の中に、思い込ませて下さい。

思い込みを味方にして、よりよい自分になりましょう。

