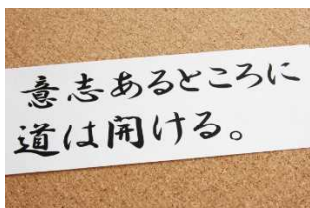


絶対になる 6



シニア転向1年目でグランプリ(GP)ファイナルを制覇した紀平梨花は、小さい頃の文集で、「たくさんのトップスケーターを近くで見て、また私は大きく成長した。将来、私はその場所で花束をたくさんもらえる選手になる」と書いている。

紀平は「○○したい」「○○になりたい」という願望ではなく、「○○になる」と断定調でつづっている。イチロー選手やサッカーの本田圭佑も小さい時に、文集で同様の表現をしている。

「絶対になる」という強い意志が夢を叶えると言える。



できると信じた人ができる 86



できると自分を信じた人は、必ずできる。できないと信じた人は、いつまで経ってもできない。自分の能力は、無限大です。遠慮する必要は、全くありません。どんな困難があろうが、最後まで、自分はできると信じて下さい。必ずできるようになります。

成功の哲学からの言葉を紹介します。

もし あなたが負けると考えるなら あなたは負ける
もし あなたがダメだと考えるなら あなたはダメになる
もし あなたが勝ちたいと思う
心の片隅で無理だと考えるなら あなたは絶対に勝てない
もし あなたが失敗すると考えるなら あなたは失敗する
世の中を考えてみろ 最後まで
成功を願いつづけた人だけが
成功しているではないか

すべて人の心が決めるのだ

もし あなたが勝てると思うなら あなたは勝つ
向上したい 自信を持ちたいと
もし あなたが願うなら
あなたはそのとおりの人になる

さあ 出発だ

強い人が勝つとは 限らない
すばらしい人が勝つとも 限らない

私はできる

そう考えている人が
結局は勝つのだ

あなたは、必ずできます。強く自分自身を信じましょう。心の片隅から、思い切って弱い心を追い出して、どんな時も、自分はできる、自分はできる、自分はできると、強く信じぬきましょう。



夢が人を育てる 111



しあわせ塾で、みんなを幸せにしたい。これが私の夢です。皆さんもいろいろな夢を持っていると思います。例えば、専門的な技術者になりたい。お医者さんになりたい。自分の会社を日本一にしたい。可愛いお嫁さんになりたい。お金持ちになりたい。学校の先生になりたい。プロのスポーツ選手になりたい。

ハッキリした夢を持っている人は、持っているだけで幸せなのです。夢が叶う、叶わないにかかわらず、持っているだけで、幸せなのです。

夢を求めて、挑戦する過程が、とても大切なのです。夢を求めて、挑戦する過程で、あなたが、大きく育てられるのです。人として、大きく成長するのです。

夢を持つことのメリットを紹介します。

- ☆ やる気と情熱が湧き、毎日が充実する
- ☆ 必要な金・人・情報などが集まる
- ☆ 言葉・行動・考え方が前向きになる
- ☆ 上手くいかないことがあっても、頑張れる
- ☆ 同じ夢を持つ仲間と、出会える
- ☆ 夢に近づくにつれて、パワーアップする
- ☆ 才能が開花する

夢を持って、10年挑戦し続けている人がいます。夢を持たないまま、10年なんとなく過ごした人がいます。きっとこの差は、驚くほど大きいものがあるでしょう。できれば、夢を持って生きる方が、楽しいのです。もちろん途中で夢が、変わってもいいのです。夢が、叶わなくてもいいのです。夢を持つことで、幸せな気分になります。もし、夢が見つからない人は、自分の心の中に、聞いてみて下さい。きっと心が答えてくれることでしょう。



意識のアンテナ 112



車に興味がない人でも、車の買い換え時期になると、今度買う車は、どんな車がいいかなと、考えることがあります。不思議なもので、車のことを意識し出すと、急にテレビでの車の宣伝が、目につくようになったり、すれ違った車が気になったりします。そして、購入したいと思う車とたびたび出会うようになり、日ごとにその車との出会う回数が増えてきます。

どうして、そのようになるのでしょうか。それは、普段は、車に対する意識がなく、車とすれ違うことさえ気づかないのですが、意識のアンテナが立ったことで、しだいに、車に目が向き、車に対する情報が多く、獲得できるようになったのです。

これは、恋愛についても同じ事がいえます。たくさんの女友だちがいて、その中の一人に対して、あることがきっかけで、恋愛の意識のアンテナが立ちました。その後、その女友だちのことが気になり、仕草・言葉遣い・行動に目が向くようになりました。

人間の脳は、「意識を向けたものを拡大し、意識を向けていないものを、どんどん縮小する機能」があります。意識は、「拡大レンズ」のように、働いているのです。

夢実現のヒント、素晴らしい出会い、大きなチャンスが、いたるところに、溢れています。もし、気づいていなかったら、意識のアンテナを立てていないのです。意識のアンテナを活用してみてください。

朝ドラ(まんぷく)の主人公が、意識のアンテナを高く掲げ、即席ラーメン作りに、粘り強く挑戦し続けています。毎日テレビを見ながら、夫婦で応援しています。何回も何回も失敗したり、批判がありましたが、その度ごとに、アイデアや情報、協力を得て、改善を進めています。かなり完成に近づいてきました。意識のアンテナの素晴らしさに、感心しています。今後の完成を期待しています。



一心不乱で願いが叶う 149



願い事は、誰でもいくつも持っています。
人はその願い事を、全て同時に叶えようとしています。
はたしてそんなに、上手くいくのでしょうか。

例えば「パソコンの資格を取りたい」「自動車の免許を取りたい」と二つの願いがあれば、どちらの勉強も中途半端になってしまいます。
さらに、「税理士の資格を取りたい」が加わると、そちらの方にも意識が向き、勉強に身が入らず、混乱してしまいます。
結局どれも得るものは、ありません。

ここで、二つの言葉を紹介します。
「一心不乱」とは、心を乱したり、あれこれ戸惑ったりすることなく、一点に集中することをいいます。
「二兎を追う者は一兎をも得ず」とは、欲を出して同時に二つのことをうまくやろうとすると、結局はどちらも失敗することをいいます。

まず一点に集中することが大切です。この三つの願いに、一番に望むこと、二番に望むこと、三番に望むこと、と優先順位をつけます。
そして、一番に望むことに、まず当面は意識を集中しましょう。そうすれば、集中して勉強ができ、願いを叶えることができます。
一番の願いが叶ったら、次に二番に意識を集中します。二番の願いが叶ったら、最後に三番に意識を集中するのです。

このことは、何も願い事だけではありません。**仕事をする場合などでも、優先順位をつけ、一つ一つに意識を集中して、確実に処理していきましょう。**



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。



やりたいことをやれ 220



米大リーグ・マリナーズのイチロー選手が、引退をしました。
引退した会見で、イチロー選手は、「夢を追い、やりたいことをやってきました。やりたいことをやれば、悔やむことはありません。」と話をしました。

イチロー選手が話すように、人生はやりたいことをやって、楽しく生きたいものです。
あまり難しくない、簡単なことなのです。

皆さんは、やりたいことが、やれているでしょうか。
やりたいことがやれている人は、おそらく幸せだと思います。

- ☆ **やりたいことが、わからない人は、自分の心に、聴いてみて下さい。**
- ☆ **やりたいことを、楽しいことと、考えてみるといいでしょう。**
- ☆ **やりたくない仕事などをしている人は、ぜひ今のその仕事を、楽しいと思って下さい。**
- ☆ **やりたいことが見つかった人は、どんどんやってみましょう。**

せつかくの自分の人生です。
人から言われたことだけを、やるのを止めましょう。
やることに他の人の目を、気にするのを止めましょう。
堂々とやりたいことを、やればいいのです。

やりたいことをやっているあなたは、充実感いっぱい、幸せなのです。
やりたいことをやっているあなたが、輝いているのです。

イチロー選手みたいに、やりたいことをやり続けましょう。
難しいことではなく、あなたにできる、簡単なことなのです。



意志あるところに道は開ける 299



リンカーン(アメリカ合衆国の第 16 代大統領)は、奴隷解放宣言、「人民の、人民による、人民のための政治」という演説でも有名です。

南北戦争による国家分裂の危機を乗り越えたことなどが評価され、最も偉大な大統領とも言われています。

リンカーンの言葉に、「意志あるところに道は開ける。」があります。

どんなに困難な道でも、それをやり遂げる意志さえあれば、必ず道は開けるという希望と勇気の湧く言葉です。

足を踏み出すことをためらっている時、困難にぶつかって折れかけている時、思い出したい言葉です。

その他のリンカーン名言を紹介します。

「あなたが転んでしまったことに関心はない。そこから立ち上がることに関心があるのだ。」

「待っているだけの人達にも、何かが起こるかもしれないが、それは努力した人達の残り物だけである。」

「何歳まで生きたかは重要ではない。いかにして生きたかが重要だ。」

「人間は、たとえ相手が自分の一番関心のある目標に、導いてくれる指導者であっても、自分の気持ちを理解してくれない者には、ついて行かない。」

どの言葉も、奥底に強い意志が潜んでいるように感じます。

リンカーンのように、ハッキリとした意志を持ち、逞しく道を切り開いていきたいものです。



強い信念は実現する 316



信念とは、何でしょうか。

信念とは、正しいと信じ、堅固に守る自分の考えです。

信念を持っていても、弱い信念だと、弱い自分に負けてしまいます。
夢や願いを叶えることは、できません。

どんな苦難があろうが、弱い自分に負けない強い信念を持ちましょう。
強い信念を持ち、貫き通せば、夢や願いに向かって、まっすぐな人生を歩むことができます。

自分の軸がしっかりしているので、ぶれないのです。
必ず夢や願いが実現します。

信念を持たない人は、失敗を信じる人です。
平凡な生き方、無難な生き方、消極的な生き方を好む人です。

**強い信念を持っている人は、失敗を認めません。
数々の失敗を糧にして、夢や目標に向かって、まっすぐに進みます。**

ある人の経歴を紹介します。

- 22歳で事業に失敗する。
- 23歳で州議会議員選挙に落選する。
- 25歳で再度事業に失敗する。
- 26歳で恋人の死に直面する。
- 27歳で神経の病をわずらう。
- 34歳から5年に3度、下院議員選挙に落選する。
- 46歳で上院議員に落選する。
- 47歳で副大統領になろうとするが失敗する。
- 49歳で上院議員選挙に落選する。
- 51歳でアメリカ合衆国大統領となる。

この人の名は、アブラハム・リンカーンです。
強い信念を持ち、奴隷制度廃止など素晴らしい業績を残しています。

失敗の数々を糧にして、強い信念で、成功を勝ち取ることができたのです。



強烈な願望は、エネルギー 318



昭和四十年頃、松下電器初代社長の松下幸之助が、ダム経営(余裕のある経営)をしようと講演した。

参加者が、「ダム経営の大事なことはわかりましたが、今、経営に余裕がないのをどうすればいいのですか。」と質問した。

幸之助は、「私も知りませんのや。」と答えた後、「しかし余裕がなければいかんと思わなあきませんな。」と言った。

「答えになっていない。」と会場の参加者から失笑が起こった。幸之助が言ったことは、本当に答えになっていないのであろうか。

幸之助は、とても重要なことを、ズバツと答えたのです。余裕を持った経営をするには、まず、余裕を持った経営をしたいという、強烈な願望が必要なのです。強烈な願望がないと、どうにもならないのです。

強烈な願望があると、それが大きなエネルギーとなって、いろいろな方法を考え出し、力強い行動となります。そうすれば、経営に余裕を持つことが、できるようになります。

強烈な願望とは、心の底からその達成を思い描き、それが潜在意識にまで透徹していくような願望です。

もしあなたが、願望を持っているなら、そのことだけを強く考え抜きましょう。もしあなたが、願望をもっていないなら、自分の願望は何かを問いかけましょう。そして、願望を強烈な願望にしましょう。

強烈で明確な願望の大きなエネルギーが、必ずあなたを成功へと導いてくれます。



憧れる人になれる 342



野球選手になりたいと、夢を持ちます。
そんな時に、どのようなことを思うと、願いが叶うと思いますか。
願いの内容やその思いの強さによって、言い方が違います。

- 野球選手になりたい。
- プロ野球選手になりたい。
- ソフトバンクのプロ野球選手になりたい。
- 憧れる大谷選手みたいになりたい。

いろいろ違いがありますが、憧れる大谷選手みたいになりたいが、具体的であり、夢が明確です。

夢が明確であれば、そうなるための具体的な目標が設定でき、長期的・短期的な計画・今後の具体的な練習メニューなどが、ハッキリとします。

しかし、それだけでは、実際に大谷選手みたいになることは、難しいかもしれません。
憧れる人になれるためには、自分になれるという自信があることが、とても重要です。

- ☆ 憧れるあの歌手みたいに、自分になれる。
- ☆ 憧れるあの上司みたいに、自分になれる。
- ☆ 憧れるあの先生みたいに、自分になれる。
- ☆ 憧れるあの研究者みたいに、自分になれる。
- ☆ 憧れるあの大学生みたいに、自分になれる。

このように憧れる人になれると、自信を持ってはっきり言える人が、本当になれるのです。
少し自信がない人でも、自分になれると強く思ってください。

憧れる人になれるという強い意志と自信が、あなたに夢の実現を引き寄せてくれます。



七夕に願いを込めて 345



自分は、これからどう生きたいのか。
自分は、これからどんなことを、叶えたいのか。
このようなことを考えて、毎日を生きることは、大切なことです。
しかし、現実には毎日の忙しさで、ただ必死になって生きている人が、多いように思います。

自分の夢・目標・願いなどが、明確でないのです。
七月七日は、みなさんもお存じの七夕です。

七夕は、中国から伝わったとされる、織り姫と彦星の伝説があります。
その伝説を紹介します。

昔あるところに、神様の娘の織り姫と、若者の彦星がいました。
織り姫は、機織りの仕事をしていて働き者。彦星は、牛の世話をしているしっかり者でした。
やがて二人は、結婚しました。
すると、今まで働き者だった二人は、急に遊んで暮らすようになり、全く働かなくなっていました。
怒った神様は、二人の間に天の川を作って、離してしまいました。
悲しみにくれた二人は、泣き続けました。

それを見た神様は、前のようにまじめに働いたら、一年に一度だけ、二人を会わせてくれると約束しました。
それから二人は、心を入れ替えて、一生懸命働くようになったのです。
そして、二人は、年に一度だけ天の川を渡って会うことが許されるようになり、その日が七夕とされるようになりました。

大変ロマンを感じる話だと思います。
七夕には、願い事を書いた短冊を、ササにつるす風習があります。「五色の短冊、私が書いた」と歌にあるように短冊は、五色を使うのが基本です。

- ☆ 青色の短冊(人としての成長や思いやり)
- ☆ 赤色の短冊(周りの人への礼儀)
- ☆ 黄色の短冊(友情や信頼)
- ☆ 白色の短冊(義理やルール)
- ☆ 黒色の短冊(勉強や能力)

これらは、中国の五行説に沿った習わしです。
人として、生きていく上で、根本となる願い事です。

七夕には、短冊に自分の願いを、書いてみたらいかがでしょうか。
もちろん七夕でなくても、自分が都合のいい日に、紙に書いてみるのもいいでしょう。
願いを明確にして、日々を誠実に生きると、きっと人としての成長と幸せを、得られることでしょう。

夢・目標が叶う日を設定しよう 353



夢・目標を持っていることは、素晴らしいことです。
夢・目標があると、それに向かって、努力を重ねていきます。
夢・目標があると、気持ちがワクワクして、元気が出てきます。

夢・目標を叶えるための、大きなカギがあります。
それは、夢・目標が叶う日を、設定することです。

- ☆ 今の仕事を、来月の15日までに、完成する。
- ☆ 今年の12月31日までに、友だちと海外旅行に行く。
- ☆ 2年後の私の誕生日までに、結婚をする。
- ☆ 来年の3月31日までに、資格を取る。

夢・目標を持っていても、叶う日を設定していないと、叶う可能性は、低いと思います。
いつまでに、叶えられるという期限がないので、どうしても力が入りません。

叶う日を設定すると、そこまでに叶えなければ、いけなくなります。
頭の中に叶う日が設定されることで、自然とそのための情報が集まり、知恵が働きます。

必ず叶えようと願いが強くなり、元気でいっぱいになります。
夢・目標の達成に向けて、力強く動き出すのです。

こうして、夢・目標は、ますます叶いやすくなります。
もし、今あなたの夢・目標に、叶う日の設定がないなら、ぜひ設定してみてください。
叶う日の設定が、あなたに大きな力を、発揮してくれることでしょう。



大きな志を持つ 399



坂本龍馬は、薩長同盟、大政奉還の立役者で有名です。
坂本龍馬は、大きな志を持っていました。

世界を視野に入れた志でした。
おそらくその当時としては、そのような大きな志を持った人は、誰もいなかったと思います。

その志とは、長崎で貿易結社を作り、海外貿易をすることで、日本の国を豊かにすることでした。
その志のとおり、海援隊という貿易結社を作りました。
海援隊は、三年余りに渡り、私設海軍・貿易会社として活動しました。

海外貿易をするという志半ばで、坂本龍馬は暗殺されてしまいました。
しかし、坂本龍馬はいなくなりましたが、志は受けつがれることになりました。
明治の人々は、海外に目を向け、海外貿易を充実し、日本を強く豊かな国にしていきました。

坂本龍馬のように、大きな志を持つことは、とても重要なことです。
自分だけでなく、たくさんの人がその志に賛同し、協力するようになります。
大きな志が、大きな仕事・成功を成し遂げ、人々を豊かにし、幸せにしてくれるのです。

例えば今あなたは、仕事に関して、大きな志を持っているでしょうか。

- 今与えられた仕事が、上手くできればいい。
- 上司から認められる仕事がしたい。
- 自分が今の仕事を覚え、将来は今の会社を強い会社になりたい。
- たくさんの仕事を経験し、いろいろな責任を背負い、世界の人々が喜んでくれる会社になりたい。

いろいろな志がありますが、できるだけ大きな志がいいでしょう。

- ☆ 小さな志と大きな志では、将来における具体的なビジョンが違います。
- ☆ 小さな志と大きな志では、志の力の強さが違います。
- ☆ 小さな志と大きな志では、今やるべきこと、これからやるべきことが違います。
- ☆ 小さな志と大きな志では、協力する仲間の数が違います。

大きな志を持つことを、恥ずかしがることは、ありません。
大きな志を口に出して言ったり、人に教えたりすると、かなり効果があります。

小さな志で、毎日の人生を生きるのか。
大きな志で、毎日の人生を生きるのか。

人生の後半においては、かなりの違いや隔たりができることでしょう。
仕事以外でも、ぜひ大きな志を常に持って、堂々と生きていきたいものです。

未来を夢見よう 422



ディズニーランドの生みの親、ウォルト・ディズニーは、映画、テレビ、テーマパークと、ジャンルを超えて創造力を発揮し、世界中の人々に夢と感動の体験を提供し続けました。

ウォルト・ディズニーがその多彩な活躍の中で一貫して大切にしてきたのは、積極的に未知の世界をたずね自発的に学ぶことの楽しさを、若い世代に伝えることです。

ここでは、ディズニーランドの誕生の秘話を、紹介します。

ウォルト・ディズニーは、毎週末のように幼い二人の娘を連れて、動物園や遊園地へ遊びに行っていました。

ある時、娘たちは遊具に乗って楽しんでいるのに、自分はベンチに座ってピーナッツを食べるだけという状況に、おとなと子どもたちが一緒に楽しめる場所を、造るべきではないかと考えたのです。

ウォルト・ディズニーは、親と子どもたちが一緒に過ごせる場所で、楽しく遊んでいる大人と子どもたちの未来の夢を見たのです。

まさに「すべては夢を見ることから、始まった。」と、ウォルト・ディズニーは、後に言っています。

ウォルト・ディズニーが夢見たことを実現するために、ディズニーランド計画とその開発に、十五年という長い年月が、かかりました。

そして、ついに 1955 年、カリフォルニア州にディズニーランドを、完成させたのです。

今では、世界中に広がり、大人から子どもたちまで愛され、喜ばれるテーマパークになっています。

不可能に近いことも、未来を夢見ることではか、始まりはありません。

未来を夢見ること、夢が現実のものとなるのです。

- 月に行きたい夢が、月着陸を実現しました。
- 空を飛ぶ夢が、飛行機を作り出しました。
- 遠くの人とすぐ話したい夢が、携帯電話を作り出しました。
- 人を助けたい夢が、ロボットを作り出しました。

このような過去における未来の夢が、現在を作り出しています。

未来を夢見て、想像しましょう。

- ☆ 優しい人と出会って、結婚する。
- ☆ 会社の社長になり、人々のために役立つ。
- ☆ お金持ちになり、裕福な生活をする。
- ☆ 希望の大学に合格し、楽しい学生生活を過ごす。
- ☆ 世界中を旅行する。
- ☆ マイホームを買って、家族で暮らす。
- ☆ 人々の役に立つ仕事をする。

未来を夢見ると、ワクワクドキドキします。
大きな夢でなく、小さな夢でもいいのです。

未来を夢見て、その夢を楽しく追い続けましょう。
きっと素晴らしい未来に、なることでしょう。

毎日新しいことを一つ発見しよう 459



人が成長するためには、毎日の学びを大切にすることです。
好奇心を持ち、意識的に学びを継続しましょう。

諺に「塵も積もれば山となる」があります。
この意味は、塵のようにごくわずかなものでも、積もり積もれば山のように大きくなるということです。

そのために、毎日新しいことを一つ発見するようにしましょう。
そのことが、新しいことを学ぶ意欲を日々高め、人としてどこまでも成長し続けるのです。

毎日の学びは、若い人だけではありません。
五十代、六十代、七十代、八十代、九十代など、何歳になっても学び続けましょう。

学ぶ内容は、どんなことでも、どんな些細なことでも、いいのです。
あなたの学ぶ姿が、最高に素晴らしいのです。

- ★ テレビを見て、不思議なことを学ぶ。
- ★ 人と話をしている、面白いと思った事をインターネットで調べる。
- ★ テレビでの俳句番組で、はじめて知る季語を覚える。
- ★ 旅に行った時に、美味しかった料理を覚える。
- ★ 仕事に関係する情報を、上司から教えてもらう。

「今日は、これを一つ学んでみよう」と決めておくもいいかもしれません。
不思議なもので毎日新しいことを一つ発見していると、不思議なことや面白いことが、次から次にあなたに近づいてきます。
あなたの好奇心の感性が、しだいに高まるのです。

その積み重ねは、一年後、二年後には、あなたの大きな知識・財産となります。
学ぶことが生きる喜びになれば、賢い人となることができるのです。



あなたの本気度は高いですか 462

本気

あなたが、今取り組んでいることの本気度は、高いですか、低いですか。
取り組んでいることは、勉強・仕事・恋でも何でもいいのです。

本気とは、まじめな気持ち、真剣な気持ちのことです。
本気で、必死になって一心不乱に取り組んでいる人は、本気度が、高いと言えるでしょう。
本気で、ただなんとなく取り組んでいる人は、本気度が、低いと言えるでしょう。
本気でも気持ちの度合いによって、大きな差や違いがあるのです。

本気度が高い人は、態度や言葉、行動に顕著に表れてきます。
スピードがあって、やる気があり、前向きで、強い意志や行動力があります。
周りの人も、本人の本気度が伝わり、大きな影響を受け、積極的に協力するようになるのです。

本気度が低い人は、いつもの様子とあまり変わりはありません。
周りの人も影響を受けることは、ほとんどないのです。

本気度が高い人が、言ったことは、高い確率で成し遂げられます。
周りの人は、本気度が高いことがわかるのです。
それで、本気度が高い人から言われたことは、周りの人は確実にやろうとします。

本気度が低い人が、言ったことは、ほとんど成し遂げられません。
周りの人は、本気度が低いことがわかるのです。
それで、本気度が低い人から言われたことは、やろうとしないのです。

本気度とは、目に見えない大きな力を、持っているのです。
常に本気度が高い人を、目指しましょう。
高い本気度が、あなたの大きな力となるのです。



希望と勇気で元気いっぱい 463



山本太郎さん(44)が、4月に旗揚げした政治団体「れいわ新選組」は、参議院選挙比例で、2議席を獲得しました。

筋萎縮性側索硬化症(ALS)患者の船後(ふなご)靖彦さん(61)と重度障害者の木村英子さん(54)が初当選しました。

二人は、参議院議員になって、日本の障害者施策などを前進させられる、という希望を持ち、山本太郎さんの協力のもと、勇気を出して、立候補をしました。

当選までに、どんなにか大変だったことと思います。

国会活動において、無理をすることなく、元気いっぱいに活動を進めていただきたいと思います。今後ますます活躍され、障害者の方々の希望の光となって欲しいと、強く願います。

十九～二十世紀、アメリカに、ヘレン・ケラーという女性がいました。

目が見えず、耳が聞こえず、思うように言葉を話せませんでした。

しかし、そのような状況にありながらも、人々のために懸命に尽くしました。

障害者福祉のため、アメリカを拠点にして、世界中で活躍しました。

ヘレン・ケラーはなぜ、体に重い障害がありながらも、エネルギッシュに活動し、人のために尽くすことができたのでしょうか。

彼女自身が、次のような意味の言葉を残しています。

「希望を持つこと、勇気を持つことが、人を成功に導くための原動力だ。希望と勇気があれば、どんなことでも成し遂げられる」と。

「こういう夢を実現したい。この夢が実現できたら、楽しいだろうな。」と思う希望を持ち、それにチャレンジする勇気を持てば、どのような困難も元気いっぱいで乗りきっていけるのです。

そういう生き方が、幸せな生き方でもあるのです。



夢を追い求めれば楽しく生きられる 510



夢を追いかけて生きている人は、今が楽しく生き生きしているのです。
夢がある人となない人では、今の充実感に大きな違いがあります。
夢がある人は、苦しいことや困難なことでも、頑張っって前に進むことができます。
私は、今までにたくさんの夢を追いかけてきました。

- 走り幅跳びで、優勝したい。○ 学校の先生になりたい。○ 子どもたち・家族を幸せにしたい。
- 教育論文で、特選になりたい。○ 学校の先生方を大きく育てたい。

このような夢を追いかけてきましたが、「夢は実現する」の言葉通りに、すべて夢を実現しました。
夢は、実現するためにあるのです。
夢中になって追いかけると、夢に自分が少しずつ近づいてきます。
今夢を追いかけている人は、日々努力の継続をして欲しいものです。
今私は、しあわせ塾のホームページ・ブログの充実を図り、すべての人に幸せを広げたい、という夢に向かって、日々取り組んでいます。

ここで、熊本日日新聞掲載、女子中学生の「お手本となる学校の先生に」を紹介します。

私の将来の夢は学校の先生になることです。
私が通う中学校の先生はみんなとても優しく質問したら私たちに丁寧に説明してくださいます。
体育大会の練習の時には、リーダーとしてみんなを励ます声かけをしていたら、離れたところで見えていた先生が後で「みんなに声をかけてくれて、ありがとう」と話しかけてくださいました。
細かいところまで私たちを見て、褒めてくださるのでやる気が湧きます。
私の父は小学校の先生をしています。
いつも忙しそうなので、心配した私が「疲れているようだけど大丈夫？」と尋ねると、父は「自分が頑張った分だけ、子どもたちが生き生きと活動して、成長を感じることができるから楽しいんだよ」と笑顔で応えてくれました。
学校の先生や父を見ていて、私も子どもたちの手本になるようなやりがいのある仕事をしたいと思うようになりました。
子どもたちに、いろいろなことを正しく教えることができることも大切です。
授業では真剣に話を聞き、ノートのとり方もポイントが分かるように工夫して、知識を増やして考える力をつけていこうと思います。
そして、子どもたちのお手本になるために、礼儀の面でも、大きな声であいさつをしたり返事をしたり、みんなのために頑張ってくれた人に「ありがとう」と言える人になろうと思います。
自分の夢を正直に語ってくれた女子中学生に、応援したい気持ちでいっぱいになりました。
このまま今の気持ちを持ち続け、日々努力を継続していけば、間違いなく「お手本となる学校の先生」になることができると思います。

夢を追い求めることは、今を楽しく充実するエネルギーを与えてくれるのです。
大きな夢、小さな夢など、どんな夢でもかまいません。
夢があなたを幸せにしてくれるのです。

あなたは何がしたいのですか 540



生きるということは、自分が自分の信念や考えにもとづいて、行動することです。それこそが、自分で生きることになります。

親や他の人、会社から言われたことを、真面目にやっているだけでは、自分が生きているとは、言えないでしょう。

今あなたは、たくさんのやるべきことを、やみくもにしているだけかもしれません。逆にしたいことが多くて、どうしていいか分からない人もいます。

ここで、「多岐亡羊(たきぼうよう)」の話を紹介します。

羊を飼っていた人が羊を、逃がしました。

そこで、慌てて追いかけてきました。

隣り近所の人と一緒に、追っかけました。

あんまりに岐路(えだみち)が、多かったです。

あっちへ行ったこっちへ行ったと、言っているうちに、どこに行ったのかわからなくなりました。

「多岐亡羊」の意味は、枝道が多いため逃げた羊を見失うように、どれを選んだらよいのか思案にあまることのとえです。

また、道を求める者が末節にこだわり、真理に到達し難いこと、学問の道があまりに細分化しすぎ、真理が見失われがちになるとえです。

あなたは、今たくさんのことを同時にやっているのでは、ないでしょうか。

あれもこれも大事だと、思っているのかもしれませんが。

あれもこれもでは、焦点が絞れず、結局羊を見失うことになります。

枝葉のような小さい事に、こだわっているのは、何も得られなくなります。

あなたが、一番求めているもの、一番したいことは何かを、明確にしましょう。

それを求めて、重点的に行動することが、自分で生きるということです。



生きがいを見つけよう 543



皆さんは、生きがいを持っているでしょうか。
何か好きなことを、継続していることはありませんか。

生きがいが、学校の勉強、仕事、子育ての人が多いかもしれません。
これでもいいのですが、残念なことにその期間だけで終わってしまいます。

例えば、会社の仕事であれば、定年退職で終わってしまいます。
できればこれ以外の生きがいがあるといいと思います。

私は、人を育てることが生きがいです。
長年教員で、子どもたちや先生方を育ててきました。
今は、しあわせ塾(ホームページ・ブログ)で、人生の幸せな生き方を知ってもらい、若者をはじめ
多くの人を育てていきたいと活動しています。

妻は、人の役立つ物・人から喜ばれる物を作るのが生きがいです。
美味しい料理を作ったり、洋服を仕立てたり、陶芸品を作ったりして、毎日楽しく活動しています。
妻が作った物を、みんながとても喜んでいます。

母は、日本舞踊を踊るのが生きがいです。
八十八歳になりますが、現役で日本舞踊を踊っています。
舞台にも立ち、観客からたくさんほめてもらっています。
小さい時から、今まで続いている生きがいです。

生きがいがあると、いいことがたくさんあります。

- ☆ 楽しくて、元気になれる
- ☆ 長く続けられる
- ☆ 毎日の生活にはりが出てくる
- ☆ 知識や技能が身につく
- ☆ たくさんの仲間ができる
- ☆ 楽しみがあるので、長生きできる

このように、いいことばかりです。
もしあなたが生きがいがないのであれば、ぜひ探してみてください。

好きなこと、楽しみにしていること、興味・関心が高いこと、何回もやっていること、日常生活の中にあることなどから、生きがいを探してみてください。
きっとあなたにふさわしい生きがいが、見つかることでしょう。

頑張ることは何ですか 564



あなたが、頑張ることは、何ですか。
目標を持って、日々頑張っている人は、凄いです。
日々努力をすることで、目標に近づいてきます。
意識するだけで、結果に大きな違いがあります。
目標を持たずに、毎日をなんとなく過ごしている人は、進歩はありません。
目標がないので、やる気が出なくて、元氣になれません。

- 毎日確実に仕事が進むように、真剣に仕事を頑張る。
- 毎朝早く起きて、健康のために散歩をする。
- テストの成績が、前よりもよくなるように、毎晩勉強をする。
- たくさんの人と仲良くなれるように、自分から相手に話しかける。
- 仕事が終わって家に帰ってから、子どもたちの子守りをする。

このような小さな事でいいのです。
目標を持って、日々前進し、成長していくことが大切なのです。

ここで、熊本日日新聞掲載の小学生女子の「はみがきの水一ぱい」を紹介します。

わたしは二学期にがんばることを四つ決めました。
一つ目は、環境に気をつけることです。
学校ではコップ一ぱい分の水で、はみがきをしようと思います。
一学期は水を出しっぱなしにしていたので、はみがきをする時少し多く使っていたので、二学期はコップ一ぱい分の水を使いたいです。
二つ目は、勉強する時に、わからないところはあきらめなくて、さい後までやることです。
一学期は友達に聞けずにいたので、二学期は勇気を持って、となりの人や友達に聞いて、わからないところのヒントをもらいたいです。
三つ目は、自分がしてもらってうれしいことを友達にもすることです。
一学期はいっしょにあそぼうなどの言葉を言ってもらったけど、わたしはあまり言っていなかった時があったので、二学期は友達をさそえるようになりたいです。
四つ目は、家でせんたく物たたみを手伝うことです。
前はぜんぜん手伝いをしていなかったの、やってみようと思います。
二学期は、この四つができるようにがんばります。
二学期の四つの目標に向かって、頑張ろうという意気込みが、よく伝わってきます。
一学期の反省をもとに、目標を設定しているのが、素晴らしいです。
「継続は力なり」の言葉の通りに、頑張ることで四つの目標が、達成できると思います。
心から応援しています。

人は、幸せになるために生まれてきたのです。
人は、人として成長することで、より幸せになれるのです。

**目標を持ち、それに向かって努力することで、大きく成長することができます。
人としての人生の生き方が、身につくのです。**

未来の予言者になろう 594



有名な占い師から、「あなたは、十年後に大活躍する人になります。」と言われたら、あなたは信じますか。

信じた人は、十年後に素晴らしい人生になると思うと、大変嬉しい気持ちになります。

毎日がウキウキワクワクして、楽しい日々を過ごすことになります。
何にでも積極的になり、意欲を持ち自分の道を着実に歩いていきます。

このようにマインドがプラスに傾き、常に前向きな気持ちを保つことができるのです。
すると占い師が言ったことが、現実になる可能性が高くなるのです。

有名な占い師から、「あなたは、異性との縁がないので、一生独身です。」と言われた人は大変ショックを受けてしまいます。

毎日が面白くなく、暗い日々を過ごすことになります。
異性との交流やつきあいを、自分から遠慮してしまいます。

マインドがマイナスに傾き、結婚に後ろ向きになります。
すると占い師が言ったことが、現実になる可能性が高くなるのです。

悪い占いの時は、「占い師が言っているけど、私は大丈夫。必ず結婚できる。」と強く思う方が、結婚が近づいてくる可能性が高くなります。

有名な占い師のかわりに、あなた自身が、あなたの未来の予言者になって下さい。

- ☆ 三年以内には、いい人との出会いがあり、結婚できる。
- ☆ 五年後には、自分の夢を叶えることができる。
- ☆ 希望の大学に、一年後には合格し、大学で自分が学びたいことを学ぶ。
- ☆ 半年以内に、仕事のプロジェクトを完全に達成することができる。
- ☆ 一ヶ月後には、頼まれたことをやり遂げることができる。

**あなたの輝ける未来を予言できるのは、あなただけなのです。
楽しい未来を予言して、毎日プラスのマインドで過ごしましょう。**

あなたの未来は、あなたが予言して、現実のものにするのです。



未来の自分をイメージしよう 639



未来のあなたは、どんな仕事をしていて、どんな生活をしていると思いますか。このように聞かれて、未来の自分をイメージできる人は、素晴らしいと思います。多くの人は、未来の自分を想像したことがないので、答えられないかもしれません。人は、現在に生きているので、なかなか未来を想像することをしようとしません。現在のことで精一杯なので、未来のことに対する余裕がないのでしょう。未来の自分をイメージすることで、自分の明るい未来が見えてきます。

ここで、熊本日日新聞掲載、男子中学生の「未来の自分をイメージする」を紹介します。

私の思い描く未来の自分。
それは、公安警察となった自分です。
未来の自分をイメージすると、すべきことが分かってきます。

公安警察とは、一言で言うと日本の安全を守る仕事です。
普通の警察とは違い、大きな事件が起きることを防いでいます。
しかし、この仕事は警察の中でも限られた人しかなることができません。
知力や体力、そして心意気が人並み以上に強い人だけがなれるのです。
普通の警察官になるにも、大変な努力が必要となります。

私のイメージする未来の自分になるために私にできること。
それは主に三つあります。
まず、健康な体づくり。
早寝早起き朝ご飯。
毎日の運動です。
次に、勉強。
毎日少しずつでもニガテをなくしていきます。
そして、優しい心になる。
寛容さも、必要なので優しくすることを心がけます。

これから、失敗はたくさんするでしょう。
でも、なりたい自分にむかって毎日を丁寧に心意気をもって過ごしていこうと思います。
男子中学生は、公安警察になるという未来の自分のイメージをハッキリと持っています。
そして、そのためにこれから努力すべき三つのことを具体化しています。

男子中学生は、自分の未来が見えているのです。
これから、未来のための努力を継続していくことでしょう。
将来必ず夢が叶う日がやって来るのです。

少し時間を取って、未来の自分をイメージしましょう。
そして、そのために今何をすべきか考えてみましょう。
あなたの未来が、ぐっと近づいて来ることでしょう。

願望を叶えるために欲望を捨てよう 657



希望大学合格の願望を持ち、受験勉強を頑張っても、遊びたい欲望に負け、遊んでしまいます。これでは、希望大学合格の願望は、叶うことはありません。
ダイエットの願望を持ち、運動をしても、美味しい物を食べたい欲望に負け、カロリーの高いものばかり食べてしまいます。これでは、ダイエットの願望は、叶うことはありません。
家を建てたい願望を持ち、お金を貯めても、好きな物を買いたい欲望に負け、お金を使ってしまいます。これでは、家を建てたい願望は、叶うことはありません。

ここで、「神様から授かった水」(中国の昔話)を紹介します。
その昔、日照りが続き、山奥の村がたいへんな飢饉になりました。「もう何ヶ月も雨が降らない。川の水も井戸も涸れ果ててしまい、カラカラだ。このままだと、作物も全滅して飢え死にしまうぞ」
そう思った一人の村人が、ほこら(神を祭った小さな神社)に水がめを差し出して、「どうか作物を育てる水を、お恵みください」と、神様に一生懸命お祈りしました。

すると翌日、神様からのご加護で、水がめにあふれんばかりの水が入っていました。「ありがたい。神様が願いを叶えてくださった」
村人はたいへん喜びましたが、あまりにも喉が渴いていたため、つついその水を全部飲んでしまいました。
一息ついて我に返った村人は、作物を育てるために神様から授かった水を全部飲んでしまったことをとても後悔し、再び神様にお祈りしました。

すると、翌日、今度も水がめの中には、たつぷりと水が満たされていました。しかし、安心した村人は、スープが飲みたくてたまらなくなり、その水でスープを作ってガブガブと飲んでしまいました。

そして、三たび、村人は神様に「作物を育てるために、水をお恵みください」とお祈りしたのですが、水がめには二度と水が入ることはありませんでした。そのため作物は枯れ、とうとう村人は飢え死にしてしまったのです。

この話は、「願望を叶えるためには、それを阻もうとする欲望を抑えなくてはならない」ということを教えています。
村人が渴いた喉を潤すのをひかえたり、スープを飲むのを我慢して、作物作りに水を回すべきだったのです。

イギリスの著述家ジェームズ・アレンの言葉に、「願望を叶えたいならば、それ相当の自己犠牲を払わなくてはならない」の名言があります。

何かの願望の実現を図るためには、実現を阻む欲望を捨てる必要があるのです。欲望に打ち勝つ強い意志を持ち、願望を叶えましょう。

願望は叶うと強く信じよう 658



願望を抱く人が、たくさんいます。

- 会社の役員になりたい
- お金持ちになって、裕福な暮らしがしたい
- 勉強して希望の大学に合格したい
- 人の役に立つようなことをしたい

このような願望を抱き、その達成のために努力をします。

しかし、現実には願望が叶わずに、諦めてしまう人も多いのです。

そのわけは、願望は叶うと信じるのが、弱いので、途中で諦めてしまうのです。

ここで、「雨乞いをする農民たち(ヨーロッパの昔話)」を紹介します。

その昔、日照りつづきの村がありました。

困り果てた農民たちは、偶然村を通りかかった祈禱師にこんなお願いをしました。

「あなたの力で神様に頼んで、雨を降らせてください」

すると、祈禱師は農民たちに、「あなたたちは、本当に神の力を信じているのか？ みんなが信じていなければ願いが叶わないぞ」と言いました。

いよいよ、その日、村を見渡す丘に農民たちが集まってきて、祈禱が始まろうとしたとき、祈禱師は突然、「雨乞いの祈禱はやめる」と言い出しました。

これに驚いた農民たちは、「今になってやめるとは、約束が違うじゃないか」と、怒って詰め寄りました。

すると、祈禱師は静かに、こう答えたのです。

「あなたがたが、本当に神の力を信じているのなら、ここに雨具を持ってきたはずなのに、雨具を持ってきたのは、少年と少女のたった2人だけではないか。ほとんどの人が信じていないのに、雨が降るわけがない。私が祈禱するまでもないことだ」

農民たちがいくら雨を望んでいても、心の底から雨が降ることを信じていなければ、祈禱師といえども、どうすることもできないのです。

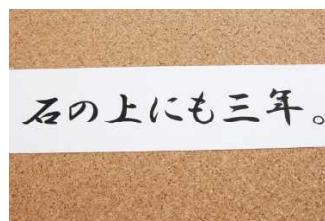
彼らが心の底から強く雨が降ることを信じていたら、少年と少女のように、雨具を持参したはずなのです。

いくら、「こうなりたい」「ああなりたい」という願望を掲げたとしても、漠然と思い続けているだけでは、状況は好転しません。

「必ずそうなる」「絶対叶えてみせる」と、心の底から強く信じてこそ、願望は叶うようになるのです。

そうすれば、あなたの想いは強烈な想念となって潜在意識に刷り込まれ、それを受け取った潜在意識はさまざまな合図を出して、願望の実現に向けて誘導措置をとってくれるようになるのです。願望は叶うと強く・強く・強く信じて、願望の実現を目指しましょう。

継続が大きな力になる 662



夢や目標を掲げ、努力を積み重ねます。
しかし、多くの人が途中で、夢や目標を諦めてしまいます。

その理由として、いろいろな要素があると思いますが、その大きな要素として、「努力の継続がない」ことにある場合が、多いように思います。

ある程度の期間は、一生懸命努力しますが、なかなか長期間にわたって、努力の継続が続かないのです。

夢や目標が達成するまでに、努力を継続することが、とても重要なのです。

ここで、「クマと一滴の雨(中国の昔話)」を紹介します。

山村に一匹の大きなクマが、住んでいました。
このクマは、大変大きな力持ちで、みんなの前で太い木の枝を簡単に折ってしまったり、大きな石を持ち上げてみせては、いばっていました。
「この山村で、オレにかなうものはいないだろう。人間だって、オレを見ると一目散に逃げていくんだ。我と思うものはかかってこい。オレはこの山の王だ！」

そのとき、葉っぱにたまっていた一滴の雨のしずくがいました。
「クマさん、お言葉ですが、私もあなたに負けないくらい力があるんですよ」
それを聞いたクマは笑い飛ばし、こんな会話となりました。
「そんなちっぽけなオマエに何ができる。喉の渇きも潤せやしないぞ」

「では、クマさんは、石を削ることができますか？ 村の家の軒下をごらんください。そこに置いてある大きな石には、点々と穴があるでしょう。あれは私がやったものなんですよ」
そこに行ってみると、確かに軒下の石は点々とえぐられていました。
雨は何十年もかけて、石を削ったのです。

それに対抗して、クマが爪で石をひっかきましたが、穴はあきません。
それでも強引にひっかいていたら、とうとうクマの爪がはがれてしまいました。
「いてて。もう、あなたにはかないません」
大きなクマは、一滴の雨に降参したのです。

雨のしずくが同じ箇所に集中して繰り返し落ちれば、硬い石でさえついには穴があきます。
私たち人間も夢や目標に向けて、コツコツと努力を継続していけば、いつか道が開けるようになるのです。
チャンスにも恵まれるようになるのです。

**前途が暗くとも、問題が山積みしていても、コツコツと根気よく、努力を続けることです。
継続こそが、あなたにとって大きな力になるのです。**

多くを求めすぎない 681



たくさんの夢や目標を、持っている人がいます。

- 多くの人から、自分を認められたい
- いい友だちを、たくさん作りたい
- いい大学に、合格したい
- いろんな世界遺産の旅をしたい
- たくさんお金を、稼ぎたい

このような夢や目標を持つことはいいのですが、「あれもやりたい。これも実現したい」といっぺんに多くのことを、欲張るのは禁物です。

多くのものを手に入れたいと欲張りすぎると、どれも中途半端になってしまいます。結果的に何一つできないで、終わってしまいます。

禅には「己に迷って物を逐う(おのれにまよってものをおう)」という言葉があります。「あまりに多くのものを追い求めると、正しい信念に沿ったものであっても、心に迷いが生じる原因になる」という教えです。

「自分の力量があれば、いっぺんに多くのことができる」と自分自身を過信してしまう優秀な人がいます。

どんな優秀な人であろうと、多くを求めすぎると、迷いが生じて、途中で挫折してしまうのです。手を広げすぎて、失敗するケースは、驚くほど多いのです。

まず一つの夢や目標に焦点をあてて、全力で取り組みましょう。
一つであれば迷いがなく、単純明快で一直線に進めます。

そのほうが、「これを成し遂げたい」という気持ちが、高まります。
自分の持てる力やエネルギーを集中して、注ぎ込むことができるのです。

そして、一つのことを成し遂げてから、次の夢や目標に向かって、走り出せばいいのです。
多くを求めすぎないで、まず一つに集中しましょう。



楽しいことを想像しよう 724



ある人が、休暇をとって冬の北海道へ、旅行に行く予定を立てたとします。その人は、次のようなことを考えるでしょう。

- 北海道の名所・観光地を訪れて、北海道のことをたくさん知りたい。
- 美味しいジンギスカンやラーメンを食べて、お腹いっぱいになりたい。
- 雪祭りを見て、キレイな写真を撮ったり、雪で楽しく遊んでみたい。
- ホテルの温泉に入って、体を温め、癒したい。

このような楽しい想像をすると、心はワクワクして、旅行が待ち遠しくなります。体全体にプラスのエネルギーが漲り、元気とやる気が起こります。

しかし、ある人が次のように、考えたらどうでしょう。

- 北海道は、広くて名所・観光地を訪れるには、時間がかかりすぎる。
- 流行っている料理店は、長蛇の列で、混雑しそう。
- 大雪で、寒すぎるかも。
- 温泉は、近くにクマが出るかも。

このようなことを思うと、不安や心配が込み上げてきます。せっかくの旅行が、心底楽しめなくなります。

不安や心配の念にかられやすい人は、「心配するのはやめよう」と、自分に言い聞かせましょう。するとマイナスの気が、心に増えるのを防ぐことになります。

日頃から不安や心配のことは考えずに、何事も楽しいことを想像しましょう。楽しいことを想像していけば、毎日が楽しさで満ちあふれます。



活躍する人を自分にイメージしよう 740



自分の周りに、活躍する人がいる。
この人は、とっても幸せな人です。

例えば友だちに大活躍をして、脚光を浴びてキラキラ輝いている人がいたとします。
その人を見て、「あの人が羨ましい。私には無理だ。自分が惨めだ。」と考え、自信をなくしてしまう人がいます。
これでは、幸せになりません。

一方で「あの人が、あれだけ活躍できるのだから、自分も真似をすれば、できるようになるかもしれない。あの人に追いつき、追い越せるように頑張ってみよう。」と前向きに考え、情熱を燃やせる人がいます。
こんな人は、自分のいいイメージになるので、とっても幸せな人なのです。

自分の周りにいる「活躍する人」を励みにして、「私にもできるはずだ」とやる気を高めることを、心理学では「代理強化」と呼んでいます。
「代理強化」とは、活躍している人の姿を、自分自身の将来と重ね合わせてみることで、自分自身のモチベーションを高める、ということです。

人生を前向きに切り開いていける人は、本人の意識の有無にかかわらず、この「代理強化」という心理効果を上手く使っています。
例えば、自分の職場に活躍する人がいると、その人の様子を見て、将来その人のように、生き生きと輝いて仕事をしている自分を、鮮やかにイメージできるのです。
そして、少しでもそのイメージに近づけるように、モチベーションが高まるのです。

世界で初めて動力飛行機を発明し、飛行機で飛ぶことを成功したライト兄弟（19～20世紀）は、大空を悠々と舞う鳥の姿を見て、「人間もあの鳥のように、空を飛べるはずだ」と夢を持ち、飛行機開発の意欲を高めました。
これも、ある意味で、「代理強化」と言えるでしょう。

ライト兄弟は、飛ぶ鳥を見て、「私には飛べない」と考えたのではなく、自分自身も鳥のように大空を舞っている姿をイメージし、「私にもできるはずだ」と考えたのでしょう。

このように、自分の周りで活躍する人を、自分にイメージしましょう。
すると本当にそのイメージに、自分が近づいていくのです。



前途洋々の未来を予想しよう 775



未来のことは、誰もわかりません。
しかし、未来のことは、誰でも自由に予想できます。

どんな未来を、予想しますか。
明るい未来ですか、それとも暗い未来ですか。

「思考は、現実化する」という法則があります。
明るい未来を予想すると、本当に良いことが起こり、明るく楽しい未来になります。
暗い未来を予想すると、本当に悪いことが起こり、暗く悲しい未来になります。

「前途洋々」は、前向きな人生を表すのに、ピッタリの四字熟語です。
「前途」は、将来のことや目標までの道のりを指す言葉です。
「洋々」は、水が豊富に、満ちている様子を表します。
転じて、これからの人生が、大きく広がっていることを、意味する四字熟語になりました。

前途洋々の明るい未来に、必ずなると信じましょう。
そして、具体的に未来を、予想しましょう。

- ☆ **仕事が上手くいって、部長になっている。**
- ☆ **お金が貯まり、国内・国外旅行を楽しんでいる。**
- ☆ **性格の優しい人と出会い、結婚しカワイイ子どもがいる。**
- ☆ **見事希望の大学に合格し、楽しい学生生活を、満喫している。**
- ☆ **定年退職して、大好きな趣味の活動を、思う存分している。**

このように具体的にハッキリと、明るい未来を予想しましょう。
そうすると今の毎日が、楽しく明るくなります。
苦しいことや辛いことがあっても、乗り越えることができます。

間違いなくあなたの未来は、前途洋々なのです。
明るい未来を信じて、楽しく予想し、毎日を前向きに突き進んでいきましょう。
あなたの未来は、きっと予想通りになることでしょう。



生まれ変わってしたいことは何ですか

780



「あなたの夢や目標は、何ですか」と尋ねたとします。
すぐに答えられる人は、夢や目標がハッキリしています。
そういう人は、夢や目標に向かって、着実に前進しています。

尋ねたことに答えられなかったり、答えるのに時間がかかったりする人がいます。
このように人生の夢や目標が、分からない人は、意外に多いのです。

そんな人に、「もし生まれ変われるとしたら、どんな人生を送りたい」と尋ねると、急におしゃべりになって、いろいろな夢を話し始めます。

- 好きな英語が上手になって、海外に行って、友だちをたくさん作りたい。
- 体型がもっとスリムになって、楽しくダンスを踊りたい。
- 本を読むのが好きなので、小説家になってみたい。
- お金持ちになって、マンションで豪華な生活をしてみたい。
- 小さい頃あまり勉強ができなかったので、もっと勉強して物知りになりたい。

このように、次から次に出てきます。
出てきた言葉は、心の奥底から出てきた、強い願望なのです。

本当は、この言葉の中に、今の自分の夢や目標のヒントがあるのです。
「生まれ変わってしたいこと」は、よく考えると、生まれ変わらなくても、今からでもやれることが多いのです。
英語の勉強、体型のスリム化、お金もうけなど、今の自分でも十分できるのです。

自分の本当の夢・目標を、自分が勝手に諦めているのかもしれない。
今からでも、決して遅くはありません。

**夢・目標がない人は、「生まれ変わってしたいこと」を、自分の心に聞いてみましょう。
その答えが見つかったら、来世ではなく、今の自分で、夢・目標を叶えましょう。**

**諦めるのは、早すぎます。
少しの努力で、夢・目標を叶えることが、十分可能なのです。
自分の心が、強く願望していることなのです。**



夢と希望は生きる原動力 811



新約聖書に、「人はパンのみにて生きるにあらず」があります。
これは、「人は物質的な満足だけを、目的として生きるものではなく、精神的なよりどころが必要である」という意味です。

つまり、人にとって生きる原動力は、精神的なよりどころなのです。
ここで、キリストの話を紹介します。

キリストが、弟子たちを連れて町中を歩いていたとき、一匹の犬が、人の食べ残したパンにむしゃぶりついていました。
よほどお腹が、すいていたのでしょう。
わき目もふらずに、食べていました。

キリストは、その犬を指さして、弟子たちにこう言ったのです。
「あそこにいる犬は、見ての通り、食べるためだけに生きている。
食べることで空腹を満たし、眠りについて、翌朝再び腹をすかせ、エサをあさる。
その繰り返しで、一生を終える。
しかし、人間は違う。
食べるために、生きているのではない。
明日という日に、夢と希望を抱きながら、生きている。
夢と希望があれば、犬と違って、空腹を堪え忍ぶことができる。
そう。
夢と希望こそが、大きな活力となるのだ」

この話から、「人はパンのみに生きるにあらず」の言葉が、生まれたのです。
夢や希望があれば、人生に張り合いが、持てるようになります。
毎日が楽しくて、イキイキしたものになります。
前向きに考え、積極的に行動できるようになります。

どんなに辛く苦しくても、決して負けない勇気が、持てるようになります。
夢と希望は、明るく強く生きる原動力なのです。
どんな時も夢と希望を持ち、力強く生きていきましょう。



決めた志を強く貫こう 912



医者になって、人を病気から、守れる人になりたいと、志を持ったとします。しかし、それが達成できるまでには、多くの困難があります。

医学を学べる大学合格、医学を深く学ぶ学業、国家試験合格、医療現場実習、多くの患者への医療行為など、ハードルが、高いものばかりです。そのため自分で決めた志を、途中で挫折して、投げ出してしまうことも、よくあるのです。夢を語るのは、やさしいですが、実行は難しいのです。

成功する人、しない人の違いは、決めた志を、貫けるかどうかです。
「井戸を掘るなら、水の湧くまで掘れ」

この言葉のとおり、水が湧くまで、掘り続ける志を、貫くことが必要です。

ドイツの考古学者のシュリーマンは、次の言葉を、残しています。

夢を見るだけなら誰でもできる。
志を貫くためには、強さが必要だ。

この言葉通りに、シュリーマンは、強さがある人でした。

シュリーマンは、ドイツのメクレンブルグの貧しい牧師の子として、生まれた。父から古代ギリシャの物語の本を、買ってもらい、古代遺跡に興味を持ち、いつの日か、「トロイの木馬」の伝説の地を発見、発掘してやろうと志した。

実業中学を卒業した後、商店の事務などをしながら、語学独習に熱中し、10数ヶ国語に通じたという。

貿易会社に勤め、その後独立して、事業に成功し、巨利をつかんだ。その間も、彼は古代ギリシャの歴史を学び、地中海沿岸各地を調査した。

41歳のとき事業をやめ、本格的に調査・発掘に乗り出し、遂に1873年、トロイの遺跡を発見した。

ついでミケーネ、ティリンスなどを発掘して、エーゲ文明研究に、不朽の功績を残した。途中さまざまな困難もあったが、彼は初志を、貫いたのである。

1度や2度の失敗で、たじろいだり、諦めていたのでは、志など達成できません。
決めた志を、最期まで貫き、通しましょう。

必死になって、最後の最後まで、やり抜きましょう。
意志を貫く強さが、必ず運やチャンスを、味方してくれるのです。
多くの人々が、あなたに協力することでしょう。

空想して楽しもう 920



子どもの頃に、母親から「シンデレラ」の絵本を、読んでもらって、自分もお姫様になって、ステキな王子様と、結ばれることを、思い描いた。

憧れの男性グループの歌手を、テレビで見て、自分もステージの上で、あんなふうに歌ったり、踊ったりする姿を、想像した。

美しい女性のモデルを見て、もっと美しくなりたいと、整った顔やきれいな服を着た、自分の姿を、心に思い浮かべた。

このように、誰でも空想して、楽しんだことがあると、思います。空想は、誰でも、いつでも、どんなことでも、自由にできます。

「こんなことは、思っではいけない」「こんなことを考えても、どうせ私には、無理だ」と制限する必要は、全くありません。とにかく自由気ままに、空想しましょう。

「空想は、すなわち実行の原案である」

これは、「学問のすすめ」の著書で知られる、福沢諭吉の言葉です。

人は、好きなことに関しては、空想をふくらませやすい傾向が、あります。

- ☆グルメ番組を見ると、美味しい料理を食べているシーンを、ありありと空想してしまう。
- ☆外国の人と楽しく話した後に、外国に旅行して、楽しんでいる自分の姿を、空想してしまう。
- ☆テレビで活躍している、芸能人の姿を見て、芸能人として活躍している自分を、空想してしまう。
- ☆システムエンジニアになりたいので、理工系の大学に合格して、専門的な勉強をしている自分を、空想してしまう。

このように好きなことを、思い切って空想して、楽しみましょう。できれば映画を、見ているような物語がある空想が、楽しいでしょう。

そして、福沢諭吉の言葉のように、自由気ままな空想が、現実化する可能性も、十分あるのです。

