

潜在能力を生かす 15



能力には、顕在能力と潜在能力があります。顕在能力とは、意識して活用している能力です。潜在能力とは、いつもは表面に表れず、内に潜んでいる能力のことです。内に潜んでいる能力ですから、他人はもちろん、あなた本人もその能力に気付くことはありません。

しかし、潜在能力はひょんなことから表面化します。例えば、お風呂に入っている時に、悩んでいた課題のヒントを思いついたとか、目標に向かって、自然と思いつくことを努力していたら、いつの間にか目標が達成できたなどです。

潜在能力には、大きな力があります。意識して、優しい言葉を使うように努力していたら、潜在能力がそのことを認識して、無意識に優しい言葉が出るようになります。

自分の願いを潜在能力が認識するように、強く願い続けてみてください。すると潜在能力が、活性化し、願いが叶うためのアイデア・方法・手順等を考えて、自然と願いが叶うように自分を動かしてくれます。

潜在能力を上手に生かしてみても、いかがでしょうか。



困った時は口に出そう 17



困った時どうしますか。一人で考えて見る。本・インターネットで調べてみるなどいろいろな方法があります。

しかし、なかなか良い解決方法を見つけることができなくて、だんだん心や顔が暗くなってきます。困ったことを自分だけで抱え込まないで下さい。自分だけの知恵では、解決に限界があります。

そんな時は、友達・職場の人・地域の人などに、笑顔で、困ったことを口に出して話してみてください。するとみんなが知恵を出し合い良い解決方法を見つけ出してくれます。

恥ずかしがる必要はありません。幸せな人は、だれでも自然にしていることです。一人の知恵よりみんなの知恵の方が強力です。

これからは、遠慮なくたくさんの方の知恵を生かせる人になって下さい。そして、困っている人がいたら、進んで相談相手になって下さい。みんなから喜ばれることでしょう。



ピンチをチャンスに 20

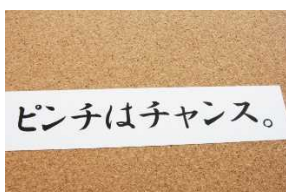


誰でも失敗をしてピンチに立たされることがある。ピンチをピンチで終わらせるのか。ピンチを解決して終わらせるのか。ピンチをチャンスに変えるのかは、その人の考え方・行動しだいである。

以前お金の集金の金額を間違えてしまったことがあった。そこで、一軒一軒家を訪ねて、間違った経過の説明・今後の対応・お詫び等最大限のことを行った。その対応が評価されたのか、いろいろな方々から逆に信頼を得ることができた。おそらく電話での謝罪であればピンチはピンチのままであったかもしれない。まさにピンチがチャンスに変わったのである。

ピンチは、チャンスを得る絶好の機会である。常にピンチをチャンスに変えることができる人であれば、人生が大きく変わっていくことであろう。

ピンチが起こった時、ピンチをチャンスに変えることができないかと真剣に考え、行動してみても、いかかでしょうか。



小さな成功体験でほめよう 30



今夢に向かって努力しています。その夢とは、多くの人が「しあわせ塾」を知り、しあわせについて学ぶことで、自分の生活・仕事に生かして、夢のある充実したしあわせな人生を送ることができることです。何年かかるかわからないが、きっと夢が叶うと確信している。

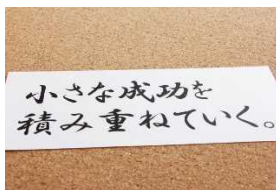
そのための課題として、見やすいホームページの工夫、ホームページを多くの人に知ってもらう工夫、ブログ等の内容の充実などたくさんの課題がある。特に今力を入れているのが、ブログの充実です。しあわせに関するいろいろな視点からのブログをできるだけ多く書くことを目標にしている。ブログを書くことは、自分自身のしあわせの感性を高めるためにとても重要なこともあると思う。この前ブログが10個完成した。嬉しくて、自分自身を「よく頑張った。すごい。」とほめた。今ブログを書いているが、このブログで30個である。30まで書くことができ、大満足である。だんだん書く内容が充実してきているように感じる。凄いでしょう。そして、今度は、50個完成を目指します。その先は、100個完成を目指します。

このように、夢に向かって、小さな成功体験を積み重ね、自分をほめることは、やる気と意欲につながり、情熱が燃え上がってきます。

今日は、1時間勉強を頑張った。会社に少し早く行き、朝の仕事がスムーズにできた。レポートのまとめが、半分できた。掃除を時間内に済ませることができた。

このような小さな成功体験をして、さらに自分自身をほめたり、周りの人をほめましょう。大きな成功体験を待っていても、いつになるか分かりません。

小さな成功体験を多く、できれば毎日して、手応えを感じながら着実に夢に向かって進んでいきましょう。



災い転じて福となす 37



今年を表す漢字一字は、災(わざわい)と決まった。一年を振り返ると、北海道・大阪・島根での地震、西日本豪雨、大型台風到来、記録的猛暑など、日本各地で起きた大規模な自然「災」害が起こり、多くの人が被「災」した。非常に悲しく辛い思いをした。

しかし、自助共助による防「災」・減「災」意識も高まり、スーパーボランティアの活躍にも注目が集まった年でもあった。今年の「災」害のことをいつまでも忘れることなく、今後に活かしていきたいものである。

ことわざに「災い転じて福となす」とある。この意味は、身にふりかかった災難を、うまいこと活用して、そのまま自分に役立つものとして利用すること。あるいは、厄介ごとが一転して幸福の種に転じることをいう。

災いの後には、必ず福となる。来年が、全ての皆様にとって、ますます健康で、しあわせに過ごせる輝かしい年になることを、期待したい。



虫の知らせ(予感)で危機回避 41



かつて車による交通事故を起こしたことがある。幸いなことに、人身事故ではなかった。事故後思い起こしてみると、交通事故を起こす、1時間程前に、別の対向車にすれ違った時に、心の中で、危ないとヒヤッとしたことがあった。その時は、交通事故にはならなかったので、気にもしなかった。しかし、その事を反省し、その後十分注意をした運転をすれば、交通事故にはならなかったと強く反省した。せっかく交通事故を防ぐ、予感があったのに、役に立てることができなかった。

不思議なことに、大きな何かが起こる時は、前もって注意を促すようなことが起こるのである。何かが起こりそうだと予感し、直ぐにそのことを生かすと危機は回避できる。よくないことが起こりそうな気がすることを昔から「虫の知らせ」と言う。

また、ハインリッヒの法則というものがある。この法則は、1つの重大事故の背景には、29の軽微な事故があり、その背景には300の異常が存在するという法則である。重大な事故というものは、軽微な事故を防いでいれば発生しないものであり、軽微な事故はヒヤリとするような事故を防いでいれば発生しないものであるとのことである。

そこで、今後どれだけ「虫の知らせ」(予感)を生かして、危機を回避できるかで、人生もかわってくるだろう。「虫の知らせ」(予感)を意識する感性を大切にしていきたい。そして、それを防止する対策を直ちに実行していきたい。

今まで、悪いことを言ってきたが、大きな良いことが起こる前にも、ちょっとしたいいことが起こるのである。いいことの予感もまた大切にしていきたい。



頼まれごとは、チャンスのプレゼント 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 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、学びが終わるのではありません。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 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 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 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、何といっ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 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 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 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 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 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つけました。こんな場合、あなたは、どう考えますか。

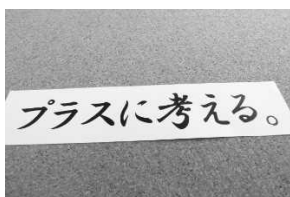
二人ともケガがなかったけど、車に少し傷がついて、腹が立つ。車に少し傷はついたが、二人ともケガがなく、運が良かった。どちらの方の考えに近いですか。

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 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けば、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、一寸先がどのような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 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。



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。

素直にできる人に任せよう 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 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 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が。

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が。
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 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 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には、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 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 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 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 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。
- ☆ 慌てずゆっくりと、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 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。**



上手いかない時は我慢しよう 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、上手いかなくなりません。

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、上手いかない時に、どう対処するかが、とても重要です。
上手いかない時は、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 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 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。

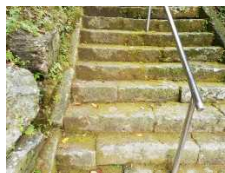
欲は、あなたがすべき義務では、ありません。
我慢して欲を抑えさえすれば、しなくても困ることはありません。

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 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、多くの人が、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。

頂上に近づくにつれて、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ふ、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知れません。

頑張る人には応援あり 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、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 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れば、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、雑な仕事だと思っただけですが、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 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 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、いろんな機会に、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、いろんな所に、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 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 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。

議論ばかりしてい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。

チーム力で勝利をつかめ 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 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 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 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 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ことが多いのです。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 454



何かに必死になって、取り組む場合に、あなたはどこを見えていますか。
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 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 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。
咸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。

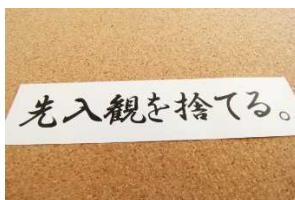
江戸時代末期は、海外との交流が盛んになり、欧米の産業や文化を学ぶために海外へ行く必要性を、だんだん日本人も感じてきた時代でした。
そんな中に、勝海舟は次の名言を残しています。

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 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、果敢に行動するべきです。

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 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 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 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。

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 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、いろいろな考え方ができるのだと思います。

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。

現場百回で切り抜けよう 546



子どもが乗った自転車と乗用車との接触事故がありました。
子どものケガがありましたが、幸いなことに軽傷で済みました。
軽傷であれば、学校側は現場を見ずに、子どもや運転手に注意喚起をして、終わる場合があります。
しかし、私は、接触事故が起こったとの情報を受け、すぐに現場に駆けつけました。
そこで、現場の情報収集等にあたりました。

- 子どもが乗った自転車の動きや自動車の動き
- どのようにして、事故が起こったのか
- 事故が起こった後の子どもや運転手の対応
- 子どものケガの状況や処置
- 事故を見ていた人からの状況収集
- 子どもの保護者・警察への連絡

このようなことを把握するとともに、子どもやその保護者、運転手、警察とともに、適切な事後処理を行いました。
もちろん子どものケガの対応が最優先でした。

その後も事故現場に、何回も行き、見落としていた状況や情報がないか確認しました。
何回も確認するうちに、事故が起こりやすい現場であること、かなりのスピードを出して走る乗用車があること、子どもたちが何回も乗用車と接触しようとしたことがあったこと、子どもたちの自転車の乗り方が良くないことなど、多くのことが分かりました。

そこで、対策を十分練り、実施しました。
その後、事故が起こりそうになることが、なくなりました。
現場に、何回も足を運んだことが、大変良かったのです。

刑事ドラマで、年老いた刑事が若い同僚に、「捜査が行き詰まったときは現場に戻るんだ」と教えるシーンがよくあります。
若い刑事は、年老いた刑事からことあるごとに「現場百回」を繰り返し刷り込まれます。
そして、若い刑事は、現場で事件の謎を解く決定的な証拠を見つけたり、犯人しか知り得ない事実を発見し手柄を上げ、「現場百回」の重要性を身をもって知ることになります。

この「現場百回」は、いろいろな仕事などの問題発生時に、大変有効な方法です。
人は、机上や頭の中だけで、問題を解決しようとしません。

現場なくして、本当の解決はできないのです。
「現場百回」なら、見えなかったたくさんのことが、見えるようになるのです。
真実がわかってくるのです。
何事も「現場百回」で、汗をかきながら問題を解決していきましょう。

「なんとかする」と強く闘志を燃やそう 552



人生において、次から次に問題やトラブルが起こります。

- 友だちとちょっとしたことで、ケンカになった。
- 仕事関係で、任されている作業で問題が起こり、進まなくなった。
- 仕事中に、学校から子どもの具合が悪いと、連絡があった。
- 会社の経営が難しくなり、資金が不足してきた。
- 夫婦関係が、あまく上手いなくなってきた。

このようなことが、起こった時に、あなたは、心の中でどのように考えますか。

☆「なんとかなる」

☆「なんとかする」

「なんとかなる」と考えるとします。

「なんとかなる」は、成り行きにまかせたり、他の人に任せたりして、自分で問題を解決しようとする意志が感じられません。

受け身的であり、責任は自分にならないように感じます。

これでは、問題を上手く解決することが、難しいでしょう。

「なんとかする」と考えるとします。

「なんとかする」は、自分で問題を解決しようとする意志を感じます。

主体的であり、責任は自分にあるように感じます。

そうであると、問題をなんとか解決しようと考え・行動し、問題解決ができるでしょう。

人生の問題やトラブルの解決は、「なんとかなる」ではなく、「なんとかする」がいいのです。

常に自分で責任を持ち、自分で解決しようとする姿勢こそが、大事なのです。

逃げないで、自分で果敢に立ち向かっていきましょう。

「なんとかする」と強く闘志を燃やしましょう。

そして、問題やトラブルを積極的に解決していきましょう。

そのことが、あなたの力や自信になっていくのです。



三段観察法で人を見よう 569



私は、人の言動を信じるほうです。
人は、皆善人と思っています。
私とは逆に、なかなか人を信じることができない人もいます。
ことわざに、「人を見たら泥棒と思え」があります。
このように疑い出したらきりがありません。
しかし、私も相手が善人だと信じて、大金を投資して、大失敗をしたことがあります。
世の中においても、悪徳商法やオレオレ詐欺など、だまされてしまう場合が多々あります。
知らない人を見る場合に、十分注意をしなければ、不幸を呼び寄せることとなります。

ここで、論語(為政)を紹介します。

「子曰く、その以(な)す所を視(み)、その由(よ)る所を観(み)、その安(やす)んずる所を察(さつ)すれば、人焉(いづく)んぞ度(かく)さんや。人焉(いづく)んぞ度(かく)さんや。」

先生曰く、
「人の行動を見、その理由を考え、その目的を察すれば、その人物は、正体を隠すことができようか。決して隠せないのだ」

孔子は、視(し)・観(かん)・察(さつ)の三段観察法で、人を鑑別しなければならない、と教えています。

視る

視るとは、その人の外面に現れた行為を視ることです。
行為の善悪正邪を視ます。

観る

その人の行為の理由や動機を考え、とくと観極めます。

察する

その人の行為の落ち着くところや目的を察知します。

外面に現れた行為が、正しく視えても、その行為の動機が正しくなければ、その人は決して正しい人物とは言えません。
外面に現れた行為や動機・精神が正しくても、その安んじるところが、自分が楽をするためには、誤った方向に進んでしまいます。

**人を見ることは、経験を積んだ人でも、難しく間違った判断をすることがあります。
人を見て大事な判断を下す時は、三段観察法を活用して、正しい判断が下せるようにしましょう。**

一つのことから推測しよう 573



散歩していた時に、地域の放送で、火事を知らせるサイレンがなりました。それを聞いたあなたは、どんなことを推測しますか。

- 1、どこかで火事が起こった。
- 2、どこで火事が起こったか、一応サイレン後の放送を聞いてみよう。
- 3、自分の家・周りの家かもしれない。サイレン後の放送をしっかりと聞き、火災現場しだいでいつでも行動できるように、家に帰り準備をしておこう。

1～3のように人によって、推測することは、大きく違います。

1は、火事を自分とは関係ないと考えています。

2は、自分とは関係あるかもしれないと考えています。

3は、自分の家・周りの家かもしれないと考え、いつでも対応できるようにしています。

この火事のサイレンの推測は、一つの例ですが、日頃からいつも1のように推測する人と、3のように推測する人では、生き方に大きな違いが出てくるでしょう。

お釈迦様は、四種類の馬と人の話をされました。

第一の馬は鞭を振り上げただけで走り出す。

第二は鞭が尻尾に触れるや走り出す。

第三は鞭で叩かれて走り出す。

第四は鞭でおもいきり叩かれてようやく走り出す。

第一の馬が、素早く走り出し、走りが素晴らしいように思います。

第一の人は他の町の住人の死を聞いて自分の死を自覚する。

第二は近所の死を聞いて自覚する。

第三は近親者の死を聞いて自覚する。

第四は自分自身の死を目前にして初めて自覚する。

第一の人は、死にたいする推測が高く、人の死を悲しみ、死と向き合うことができます。

一つのことから、何を推測するかは、自分しだいです。

推測することを怠らず、自分なりにできる推測を心がけていきましょう。

きっとよりよい推測が、できるようになることでしょう。



人徳ある人の周りに人は集まる 574



作家で尼の瀬戸内寂聴さんの講話をよく聞くことがあります。
「寂聴いきいき人生塾」の講話をドライブ中に何回も聞きます。

何回聞いても、寂聴さんの講話は、面白く、笑顔と笑いでいっぱいになります。
自分の人生の失敗談、自分が感じていること、多くの人に知ってもらいたいことなどを楽しそうに話されます。
裏表のない、すべて正直な話だからこそ、心を打たれるのです。

寂聴さんは、「自分が話をする時に、毎回多くの人が集まります。大変ありがたいことです。」と言われます。
寂聴さんが言われるように、本当に驚くほど多くの人々が、寂聴さんの講話を聞きに、集まるのです。
多くの人が集まるのは、寂聴さんの人柄と人徳によるものだと思います。

論語(里仁)に「子曰く、徳孤(とくこ)ならず、必ず隣(りん)あり。」があります。
この言葉は、次の様な意味があります。

人は、天性において美德を好みます。
だからその身に徳のそなわった人は、けっして他人から排斥されて孤立無援となるようなことはありません。
同志同道の人は自然と集まり、ちょうど家に隣家があるように助け合うのものです。

ア리가、甘いものに群がるように、人徳がある人がいれば、その無形の徳に共鳴し、その人物を慕って人々は集まるのです。

薩摩出身の西郷隆盛は、「敬天愛人」の言葉が大好きでした。
口数は少ない人でしたが、人情味があり、有言実行で、人徳にあふれる人でした。
西郷隆盛の周りには、隆盛を慕った多くの人々が集まりました。

西郷隆盛を中心に多くの人々の力により、無血で江戸幕府を倒し、明治政府を樹立することができました。
このように人徳ある人は、人々の大きな力となることができるのです。

人徳とは、どんな人でもあります。
人徳は、自分で努力して磨き上げることで、高めることができるのです。

**家族、地域、会社、県・国などにおいても、人徳ある人が必要なのです。
人徳ある人から学んだりなど、人徳を高める努力を継続していきたいものです。**

知った個人の秘密は守ろう 582



信頼できる人とは、知った個人の秘密を守ることができる人です。個人の秘密を守ることは、相手に対する礼儀でもあり、義務でもあります。しかし、意外に個人の秘密を守ることができない人が、多いのも事実です。

- 友だちから相談されたことを他の人に、気軽に話してしまった。
- お客さんから得た情報を許可なく、公表してしまった。
- 内緒にするように頼まれた情報が入った CD を、紛失してしまった。
- お客に関する個人情報を、誤ってホームページに掲載してしまった。

このようなことが、至る所で起こっています。

謝れば済む問題ではないのです。

一度個人の秘密がオープンになると、どのように活用されるか心配なのです。

個人の秘密を守れない人を、許すことができないのです。

世の中には、たくさんの個人の秘密が、存在しています。

ここで、小学校の事例を紹介します。

子どもが図工の時間に、不要な裏紙を使って作品を作り、家庭に持ち帰りました。

親が作品を見てみると、アンケート用紙の裏紙を使って、子どもが作品を作っていました。

アンケート用紙には、「いやなことを言われたりされたりした」「友だち関係で心配がある」と答えた一年～六年生計二十一名の名字と悩みの内容、いじめたとされる児童一名の名字が書かれていました。

児童の名字を挙げた上で、「いきなりけられた」「グーパンチされた」「仲間に入れてもらえなかった」など、具体的な回答がまとめられていました。

親は、驚きすぐにこのことを小学校に知らせたのです。

アンケートは、九月に実施され、養護教諭が集計し、コピーを校長・教頭・生徒指導担当教諭が所持していました。

それが、裏紙として使う再利用ボックスの中に、紛れ込んでいたのです。

学校が取り扱う多くの個人情報の中でも「いじめ」に関する情報は、最も厳重に管理すべきなのです。

子どもたちは、「暴力」や「仲間外れ」というつらい体験を、勇気を振り絞り学校を信じて告白したはずなのです。

それが無造作に扱われ、流失したことになる、子どもたちの必死の思いが、裏切られたこととなります。

ぜひ再発防止に、学校は真剣に取り組んで欲しいと願います。

学校側の大きな問題は、個人情報を軽く扱っていることです。

そのことは、子ども一人一人を大切にできていないのかもしれない。

個人の秘密を守ることは、人を愛情持って、大切にすることなのです。

個人の秘密をどれだけ守ることができるかが、どれだけ人を愛することができるかのバロメーターでもあるのです。

迷いの森から抜けだそう 600



旅行に行きたいので、お金をたくさん貯めたいと考えます。
毎月の給料から残った分を貯めることにしましたが、なかなかお金が貯まりません。

今月も残ったお金が少なかったと嘆いてしまいます。
旅行に行く願いはあっても、迷いの森から抜け出すことはできません。
そんな時は、まったく別の視点から考えてみてはどうでしょうか。

- 毎月三万円貯めると決め、それ以外を生活費等に当てる。
- 生活費等に当てていたお金をきりつめて、支出を少なくして、残った分を貯める。

このように別の視点から、考えてみると迷いの森から抜け出すことができます。
ここで、中国の古い逸話を紹介します。

三人の漁師が、海で魚が捕れなくなったことを悩んでいました。
そこで三人は、悩んだあげく、それぞれこのように決めました。
「仕方ない。もう一度、海に出かけよう」
「ワシは危険を覚悟で、近海ではなく遠洋まで漁に出る」
「このあたりには川が多いから、海ではなく川で釣りをして、川魚を捕ろう」
その結果、海で魚を捕ることにこだわらなかった三人目の漁師だけが、川魚をたくさん捕ること
で、生計を立てることができました。

この昔話が教えてくれるのは、視点を大きく変えることの大切さです。
何か問題に直面すると、多くの人は、今まで慣れてきた考え方にこだわるのです。

そうすると、まったく別の視点から物事を考えることが難しくなります。
しかし、大きく視点をずらしたり、見る角度を変えてみると、多くのことが見えてきます。

- ☆ ほかの見方ができないのか？
- ☆ 逆に考えられないだろうか？
- ☆ ほかの可能性があるのではないかと？
- ☆ ほかにも方法があるのではないかと？

何か突破口を見いだしたい時には、このように考えてみると、いい考えがきっと浮かぶことでしょう。
迷いの森から抜け出すと、幸運のカギを手にするでしょう。



その道のプロに学ぼう 602



受験勉強をしている時に、数学で難しい問題がありました。
何日も問題を解こうと頑張りますが、どうしても解くことができません。
友だちにも尋ねましたが、誰もわかる人はいませんでした。

そんな時に、思い切って職員室へ行き、数学の先生に尋ねました。
すると丁寧にわかりやすく問題の解き方を教えてくれました。

数学の先生は、数学を教えるプロなのです。
プロの先生は、すごいなと感心しました。

ここで、東南アジアの昔話を紹介します。

一匹の魚が海から大空を見上げ、ため息をつきながら、悩んでいました。
「鳥は大空を高く自由に飛べていいなあ。ボクも、空を飛べるようになりたい」
そこで、魚は仲間の魚たちに、空を飛ぶ方法を尋ねてみたのですが、誰にもわかりませんでした。
しかしあるとき、海に漂っていた一羽の鳥に、勇気を出して相談してみたところ、鳥はこんなアドバイスくれたのです。
「キミは胸ビレが発達しているから、それを広げてジャンプしてごらん。そうしたら、翼のようになって飛べるかもしれないよ」
以来、魚が鳥のアドバイスの従って、何度もジャンプを繰り返したところ、とうとう飛べるようになり、「トビウオ」と呼ばれるようになったのです。

空を飛ぶという魚の願いは、仲間の魚では、叶えられませんでした。
ところが、魚以外の鳥にアドバイスを求めたことで、願いが叶ったのです。

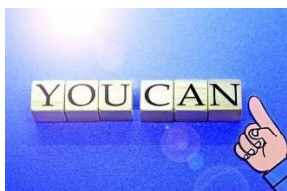
鳥は、飛ぶことのプロなのです。
その道のプロに学ぶことが、問題解決の早道なのです。

私たちは、広い世界にいるわりに、狭い世間に閉じこもりがちです。
ですから、いつも接している友だちや知り合い以外の人々との交流をする場を持つことが大切です。
いつもの友だちや知り合いに相談しても解決できない問題は、その問題に詳しいその道のプロに相談すると、すんなり解決できるでしょう。
まったく知らなかった解決の知恵を覚えてもらうことができるのです。

「これが得意なあの人に会って、話を聞いてみよう」
「詳しい人に、相談してみよう」

このように、積極的に自分の境界を広げて、その道のプロから学んでいきましょう。
自分の道が、大きく広がることでしょ。

絶対できないことでもできる 603



吉野彰さん(旭化成 名誉フェロー)は、リチウムイオン電池で、ノーベル化学賞を受賞されました。

このリチウムイオン電池は、その時代絶対できないと考えられていました。

何故なら吉野さんが電池の開発を始めた1980年ごろ、リチウムという金属が、画期的な材料として注目されていましたが、大きな弱点がありました。

リチウムは、水に触れると燃えやすい性質があります。

安全を確保しないと、実用化はできなかつたからです。

研究を始めて、本当に成功するまでの確率というのは、ひらめきなんかも含めまして、恐らく確率的に100万分の1ぐらい難しかったのです。

その開発から実用化、販売まで、実は川あり、谷あり、大海原あり、という道のりを経てリチウムイオン電池が完成したのです。

リチウムイオン電池は、現在車両分野・通信分野・産業分野・建設分野・再生可能エネルギー・携帯機器と、幅広い分野で活用されており、現代の生活には欠かせないものとなっています。

ここで、冷蔵庫の話を紹介します。

昔、ヨーロッパのある家電メーカーの社長が、三人の営業マンに、「冷蔵庫を世界中に売り込みたいのだが、ターゲットをどこに絞るか？」と質問したことがありました。

すると、三人は口々にこう答えました。

「やはり先進国でしょう」

「ニーズがたくさんありそうな、熱帯地域でしょう」

「私なら、シベリアの寒冷地に売り込みに行きます」

三人目の答えが予想外だったので、社長は「なぜ？」と尋ねました。

「シベリアの寒冷地に住む人たちは肉食を好みますが、家の外に肉を置いておくと、寒さで肉がカチンカチンに凍ってしまう。しかし、家の中に肉を置いておくと、暖房を効かせているため、逆に腐ってしまう。その点、冷蔵庫なら、凍る心配もなければ腐る心配もないので、ちょうどいいでしょう」

その結果、冷蔵庫はシベリアで飛ぶように売れたといえます。

寒い地域に、あえて食べ物を冷やす冷蔵庫を売る。

このような常識を打ち破る発想は、これまでにない大きな成功を引き寄せることがあります。

みんなが否定するもの、毛嫌いするもの、顔を背けるもの、非常識だと考えられていることに、あえて目を向けてみましょう。

そして、誰もしたことがないからやる、という強い気持ちを持ちましょう。

絶対できないことはないのです。

絶対できないこともできるようになるのです。

打たれ強い心になろう 629



体は、鍛えれば鍛えるほど、筋肉がつき強い体になります。
心も同じで、鍛えれば鍛えるほど、打たれ強い心になります。

打たれ強い心になると、普通の人なら泣き出してしまうような厳しいことを言われても、ケロリとしています。

人は年齢が増えるにつれて、責任や地位が大きくなります。
そんな時に、厳しいことがあったとしても、その度ごとに不安になったり、動揺していたのでは、務めを果たすことはできません。

成功している多くの人は、心がタフで打たれ強いのです。

若いAさんがそうでした。

Aさんの上司はとても厳しくて有名で、Aさんに毎日のようにカミナリを落としていました。

部屋中に響きわたる大きな声で、みんなの前で怒るのです。

でも、Aさんはケロリ。

「上司は厳しい人だし、ときどき筋違いなことも言うけれど、私を怒ってくれることに感謝。人を怒るってすごいエネルギーがいるし、怒ってもらうことで気づくことも多いものね」とすべてを自分の成長のヒントとして、ひょうひょうとしていました。

そんな気持ちでいたので、口答えすることはありません。

ときに反発心を感じることもあっても、「不本意に思うことに耐えるのも、社会人として必要な修行だ」とグッとこらえました。

同期が辞めていく中、Aさんは着実に仕事の実力をつけ、大活躍ははじめました。

自分は悪くない。

それでもイヤなことが立て続けに起こるときは、大きなご褒美がやってくる前触れである、と思うといいでしょう。

こんなふう to 思えたら、ちょっとした逆風に折れたりキレたりすることもなくなります。

物事は、考え方一つなのです。

どんどん打たれ強い心になって、輝かしい道を歩いて行きましょう。

今の時代は、タフというだけでも凄い才能なのです。



何の役に立つかを意識しよう 631



Aさんは、とても真面目で、何も考えずに与えられた仕事をコツコツとやっていました。
Bさんもとても真面目で、目的意識を持って与えられた仕事をコツコツとやっていました。

AさんもBさんも、感心するほど素晴らしい人なのです。
AさんとBさんの大きな違いは、Aさんは何も考えていなくて、Bさんは目的意識を持って思考を働かせながら、仕事をしていることです。

Bさんは、自分の仕事がどれくらいの重要性があり、どのような役に立っているのかを理解し、意識して仕事をしています。

Bさんは、それゆえ時間の効率化を工夫したり、もっとよりよい仕事をしようと努力したりしています。

AさんとBさんは、同じ仕事であっても、結果に大きな違いが出るのです。

夜中にマンガを読んでいる時、週末にテレビを見ている時などに、「今私がやっていることは、何の役に立つだろうか？」と考えてみましょう。

それで「疲れが取れる」「心から楽しみにしていた」ならいいのですが、「ただ、なんとなく」なら、あまり役に立っていないのかもしれない。

そんな時は、「早く寝た方が明日の仕事のためになる」「時間があるから、部屋の掃除をしておこう」と役に立つ行動ができるでしょう。

1日24時間をダラダラと過ごし、何の役にも立たないことのために、多くの時間を使っていることに気づかない人が多いのです。

運がいい人は、いつも目的意識を持っています。

ですから同じ1時間でも、何倍もいい結果が出せるのです。

ダラダラする時も、無意識にダラダラするのと、「今日は何もせずに、ゆっくり体を休めよう」と決めて休むのでは、気持ちや体の休まり方に大きな違いが生じます。

自分がすることは、何の役に立つかを意識しましょう。

ちょっと意識するだけで、あなたの24時間は、何倍も価値があるものになるのです。



人生ゲームの達人になろう 642



誰でもゲームをするのは、楽しいものです。
ワクワク・ドキドキします。

ゲームの途中で、難しくて困難なことがあっても、それを楽しんで何とか困難を乗り越えようとし
ます。

知恵を絞ると、不思議と困難なことを乗り越えることができるのです。

ゲームの途中では、何回も困難なことがあります。先に進めば進むほど困難を乗り越えるの
が上手になってきます。

特に厳しい困難なことを乗り越えた時には、大きな喜びと自信になります。

いつも前向きで元気な女性は、次のように話します。

私は辛い出来事があると、『これはゲームだ』と考えるようにしているんです。

だから落ち込んでいるヒマなんてないんです。

『さあ、この壁をどう乗り越えよう？』と考えていると、沈んでいた気持ちも前向きになるんですよ。

やる気のある起業家の男性も、次のように話します。

私はしんどい状況になったら、『今度はそう来たか！』と考えて、進んで困難を迎え入れるよう
にしています。

過去を振り返れば、どんなに大変なことだって、ちゃんと乗り越えてきました。

だから、どう考えても無理に見えることでも、まずは『乗り越えられない壁はない』と言ってみる
んです。

落ち込んでいても、その壁を楽しむフリをしていると、信じられないことに解決策がどこからか降
ってくるんです！

この二人は、困難にぶつかった時に、心を明るくしているのです。

『これはゲームだ』『今度はそう来たか！』『乗り越えられない壁はない』と自分に言い聞かせてい
ます。

災難と思うと辛く、苦しくなります。

ゲームだと思えば、楽しくなり、乗り越えられそうに感じ、明るくなります。

人生には、多くの困難なことが、待ち受けています。

人生ゲームの達人となって、楽しみながら一つ一つ困難を乗り越えていきましょう。

絶好のタイミング 690



こんなことで、上手くいかなかったことがあると思います。

- 計画書が完成したので、上司に見せようとしたら、上司から忙しいのでと断られた。
- 好きになった人に、おつき合いを申し込んだら、つきあっていた人と別れたばかりだったので、今は考えられないと返事をされた。
- 友だちといっしょに旅行に行こうと誘ったが、今は大事な仕事をしているので、いっしょに行けないと言われた。
- 新商品を開発したので、提案したところ、似たような商品が出たばかりであったので、提案が却下された。

これらのことが上手くいかないのは、タイミングの悪さにあるように思います。どういわけか、運が悪い人は、いつもタイミングが悪いのです。運がいい人は、いつもタイミングがいいのです。

禅語に「啐啄同時（そつたくどうじ）」というものがあります。

「啐（そつ）」とは、「ひな鳥が、卵から生まれ出ようというときに、殻を内側からクチバシでつつく行為」をいいます。

「啄（たく）」とは、「親鳥が、卵から出ようとするひな鳥のために、外側から殻をつつく行為」をいいます。

この二つの行為が、ピッタリ同時に行われないと、ひな鳥は殻を破って生まれ出てくる事ができません。

人間関係も、お互いのタイミングが大切です。タイミングが合えば、心が通じ合い、上手くいきます。

- ☆絶好のタイミングを考え、チャンスが来た時に、行動しましょう。
- ☆じっくり話ができ、十分検討できるように、心の余裕がある時に、行動しましょう。
- ☆焦らず時間をかけ、相手をよく見て、判断していきましょう。
- ☆自分の都合より、相手の都合を尊重して、行動しましょう。

このようなことに心がけると、絶好のタイミングをつかみ、良い結果を手に入れることができるのです。

例えば長くつきあっていた彼女にプロポーズをする時、お互いにとって絶好のタイミングでプロポーズすると、彼女は喜び、感動して、見事プロポーズが成功するのです。

タイミングひとつで、「NO」が「YES」に変わることもあるのです。絶好のタイミングをつかめる人に、どんどん幸運が舞い込んでくるのです。

どんな環境でも光輝ける 694



今いる環境は、どんな環境でしょうか。
いい環境、悪い環境、厳しい環境などいろいろあると思います。

いい環境であれば、居心地がよく、安らかな場所でしょう。
悪い環境であれば、居心地が悪く、落ち着かない場所でしょう。

どんな環境でも、環境を変えることは難しいことです。
しかし、どんな環境でも、自分だけで、光輝くことができるのです。

禅では、座禅を組む場所を「道場」と呼びます。
昔、ブッダは菩提樹の下で座禅を組んでいたときに、悟りを開いたといわれていますが、その悟りを得た場所が「道場」と呼ばれていたのです。
それが後に、「悟りを得るための神聖な場所」という意味で使われるようになり、禅宗では禅を組む場所を「道場」と呼ぶようになりました。

ここで、道場にまつわるお話を紹介します。

ある若い修行僧が、街中で座禅をしていました。
しかし、周りが騒がしくて、瞑想に集中できません。

そこで「もっと静かな場所を探そう」と街を出ました。
途中、徳の高そうな禅僧に出会います。

そこで「座禅をするのに適した、静かな場所はありませんか」と尋ねたところ、その禅僧が答えたのが「直心是道場（じきしんこれどうじょう）」だったといわれています。
「悟りを求める心が純粋なものであれば、どのような場所であっても、座禅に適した神聖な場所になる」という意味なのです。

「この会社では自分の力が発揮できない」「この上司では、やりたい仕事が思いっきりできない」「このくらいの予算では、何もできない」などと、環境を不満に思う人がいます。環境の悪さを言い訳にしても、得られるものは、何もありません。

物事を極めようという信念、つまり「直心」が備わっている人は、環境の悪さを気にしないのです。

それどころか、どんな環境でも、それをバネにして、自分を光輝ける存在にするのです。本物の実力とは、時も場所も選ばず、発揮できるものなのです。



欲張らずまず一つを得よう 705



人は、誰でも欲があります。
欲が一つならいいのですが、なかにはたくさんの欲を持っている人がいます。

- お金持ちになりたい。
- カッコイイ車を手に入れたい。
- 結婚相手を見つけたい。
- 仕事がうまくいき、ほめられたい。
- 旅行に行きたい。

このようなたくさんの欲を持ち、全部いっぺんに成し遂げようとする人がいます。
このような人を「欲張り」と言います。

ここで、学びの一步（令和童蒙読本）の「欲張ってはいけない」を紹介します。

ある子どもが、壺（つぼ）の中に桃がいっぱい入っているのを見て、欲しくなった。
そこで、手を壺の中に入れて、つかめるだけつかんでみた。
壺の口は小さく、握った手が大きかったので、どうにかして取り出そうとしたけれども、
桃を取り出すことができなかった。

そばにいた人がこれを見て、子どもに、「お前があまりに欲張って握るから、桃を出すことができないんだ。桃を半分にすれば簡単にできるさ。」と教えた。
子どもはなるほどと思い、言われたとおりにしたところ、すぐに桃を取り出すことができた。

この話は、人は欲張ってはいけないことを、教えています。
あまりに欲張ると、かえって一つも得ることが、できなくなるのです。

もしたくさんの欲があるならば、まず一番得たい欲に集中して、力を注いでみましょう。
すると意外と早く、まず一番得たい欲が、実現するかもしれません。
そして、一つ得ることができたら、次へと進んでいきましょう。

どんな時も欲張らず、まず一つを得ようとする謙虚な姿勢が、未来の輝く道への一步となるのです。



困難に逆転の発想をしよう 716



コロンブスのエピソードを紹介します。

ある人から「新大陸なんて、船に乗ってひたすら進めば、誰にでも発見できたじゃないか！」とコロンブスは、言われました。

すると、コロンブスが、「あなたは、このゆで卵をテーブルに、立てることができますか？」と問い返した。

ある人は、悪戦苦闘するも卵をテーブルに、立てることができません。

そこで、コロンブスは、テーブルに勢いよく卵をぶつけて、殻を割って卵を立ててしまいました。

でも、「誰にでもできる簡単なことも、最初に思いついて実行に移すのは難しい」と強烈に反論したのです。

コロンブスが割ったのは、「卵の殻」ではなく、「固定観念の殻」だったのです。

日清食品創業者である安藤百福（あんどふく）。

今や世界中で食されているカップヌードルは、彼の発明品です。

彼がこの画期的な商品を開発する上で1番苦労したのは、麺をカップの中間で浮いた状態にすることでした。

お湯が麺の下にたまり、上下から温まるようにするために、カップの底に空間を確保する必要があったのです。

簡単そうに聞こえますが、「台形の麺をカップの中間で固定する」のが、実は至難のワザ。百福さん、麺をカップの上から何度入れても、うまくいきませんでした・・・。

試行錯誤の末に見つけた「麺をカップの中間で固定する方法」とは、どんな方法だったのでしょうか？

麺を上下逆さまにして固定し、カップの方を上からかぶせた。

この方法により、麺を上から入れていた時の微妙なずれが消え、麺はピタッとおさまりました。

まさに、逆転の発想！

同じ麺類の冷やし中華も、逆転の発想による発明品でした。

熱いラーメンが夏に売れないから、「冷たくして売っちゃえ」って、お見事な発想です。

困難な場面に遭遇したとき、今までの固定概念の殻を破ってみましょう。

逆転の発想をすると、見事困難を乗り越えられるかもしれません。

あなたの思考は、もっと柔軟なのです。

発想を転換するクセをつけよう 725



ミカンが、三個あります。
三人でみかんを平等に分けるようしました。

一人に一個ずつ分けようとしたのですが、三個のうち一個は腐って、食べられません。
そこで、二個を三人で平等に分けなければなりません。
三人は、困ってしまいます。

そんな時は、素早く発想を転換しましょう。

- ☆二個のみかんをジューサーにかけ、ジュースにして三人で平等に分ける。
- ☆二個のみかんの皮をむき、同じぐらいに三人で、分ける。

このように問題に直面した時に、柔軟に物事を考え、発想を転換して、選択肢の幅を広げると、問題解決の糸口がつかめるのです。

例えば、遠方で会議があるので、自動車に乗って行っていた時、大渋滞に巻き込まれてしまいました。

「どうしよう。会議に間に合わない」「会議の参加者に、迷惑をかけてしまう」と、大変不安になります。

そんな時は、素早く発想を転換しましょう。

- ☆地下鉄を乗り継いで行く
- ☆渋滞にならない少し遠回りのバスを利用する
- ☆渋滞しない道に詳しいタクシーを利用する

このように焦らず、別の手段を考えれば、問題は解決するのです。

問題が生じた時は、いったん呼吸をとめて、発想を転換するクセをつけましょう。
そうすることで、あなたに良い流れがやってきます。



チャンスは必ず来ると信じよう 729



何をやってもチャンスが来ない、と嘆く人がいます。
はたしてそのような人に、チャンスが来るのでしょうか。

おそらくそんな人には、チャンスはめぐって来ないのではないのでしょうか。
チャンスが、来ると信じていない人には、チャンスは来ないのです。
チャンスは、必ず来ると信じた人に、やってくるのです。

明治時代の実業家の岩崎弥太郎は、「チャンスとは、魚の群れと同じだ。魚の群れがやって来てから、網をはろうとするのでは、間に合わない」と述べています。

つまり、チャンスをお自分のものにするには、「チャンスは必ず来る」と信じて、しっかり準備をしておくことが、大切だと教えています。
岩崎弥太郎は、幕末の土佐に生まれ、下級武士の家に育ち、貧しい生活をしていました。

その後、土佐藩が行っていた貿易の実務を任され、後に明治政府の政商となったことをきっかけにして、実業家としての成功をつかみました。
そして、現在の三菱グループの基礎を作りました。

岩崎弥太郎は、チャンスが必ず来ると信じて、そのチャンスを生かすための準備をしっかりと行っていました。
それは、算術や商法の勉強であり、人脈を広げておくことでした。
チャンスを生かし、実現するための資金も準備していました。
このような努力があり、チャンスを大きく生かしたのです。

**チャンスは、必ず来ると信じた人は、チャンスのための準備を怠りません。
そのことで、チャンスを見抜く目も、鋭くなります。**

**そうなる、チャンスを実際に自分のものにすることができるのです。
「チャンスは必ず来る」と強い信念を、持ち続けましょう。**



人生の「成功体験歴史年表」を作ろう 738



私は、生まれてから今までの人生の歴史年表を作っています。

その中には、特に成功体験を多く載せています。

- 二段飛びで飛んだ回数が、三百回飛べた。
- 中学校時代に普段からの成績は良くなかったけど、運良く希望の高校に合格した。
- 高校時代に教員になりたいと毎日勉強し、かなり成績が良くなった。
- 希望の大学に一点不足で、不合格となり、一年間浪人生活をして、見事合格をした。
- 一年生担任になり、一クラス四十三名の子どもを受け持ち、楽しく過ごすことができました。
- 教頭を十七年間務めることができました。
- ブログを一年以上、毎日公開している。

このような成功体験を、載せています。

思い起こせば、人生楽しいことばかりで、多くの貴重な成功体験を経験できました。

そのことが、今の自分を作り上げていて、自信にもなっています。

人生の過去の歴史には、成功体験のような素晴らしいことが、たくさんあるのです。

イギリスの首相を務めたチャーチル（19～20世紀）は、第二次世界大戦中の首相でした。

ナチスドイツの激しい攻撃を受けて、イギリスは苦境に立っていました。

そんな状況の時でも、イギリスには輝かしい歴史があることを思いだし、それを生きる誇りとする事で、希望を持ち続け、戦争を勝利へと導いたのです。

チャーチルの言葉に「未来のことは分からない。しかし、過去が、我々に希望を与えてくれるはずである」があります。

イギリスは、世界的な劇作家シェークスピアを生み出したり、産業革命を成し遂げたり、大英帝国として繁栄するなど、輝かしい歴史があり、それが大きな生きる誇りと希望になったのです。

自分自身の過去の成功体験を、思い出してみましよう。

どんな小さな事でもいいのです。

- ☆鉄棒で、はじめて逆上がりができた。
- ☆テストで、満点が取れた。
- ☆初めてのデートで、楽しく映画を見た。
- ☆大学で自分のやりたい研究に熱中し、論文にまとめることができた。
- ☆入社試験を30社受け、見事合格した。
- ☆仕事に関する表彰を受けた。
- ☆一年間お付き合いをした後、プロポーズをして、結婚の許可をもらった。

いろいろ思い出すと、たくさんの成功体験が、見つかることでしょう。

自分が生まれた時からさかのぼって、自分の歴史年表を作りましよう。

あなたの人生の「輝かしい成功体験歴史年表」が、あなたの自信になり、これからずっと、あなたを応援してくれるでしょう。

あなたは、今まで素晴らしい人生を、歩いて来たのです。

これからの未来も、希望を持ち、たくさんの成功体験をして、さらに輝かしい人生となるのです。

運が良いと信じる人にはチャンスが来る 749



心理学者リチャード・ワイズマンが、次の実験をしました。
店の入り口にわざと5ドル札を落とし、運と偶然のチャンスの関係を調べました。

【Aチーム】

このチームは、くじが当たる、数々の危機一髪を逃れてきたなど、「自分は、運が良いと思う」と答えた人たちです。

〈実践結果〉

店の入り口に、わざと落としておいた5ドル札に気づいた。
そして、店に入るなり、成功した実業家と話がはずんだ。

【Bチーム】

このチームは、よく事故に合う、恋愛が上手くいかないなど、「自分は、運が悪いと思う」と答えた人たちです。

〈実験結果〉

5ドル札に、気づけなかった。
店に入っても、誰とも話さなかった。

**明らかに運が良いと思う人と、運が悪いと思う人では、大きな差が出ました。
運が良いと思う人は、お金を手に入れ、人脈も手に入れたのです。
それに比べ、運が悪いと思う人は、お金も人脈も手に入れることが、できませんでした。**

このように、「自分は運が良い」と思っている人は、仕事でもプライベートでも、よくチャンスに気がつきます。
また、「自分は、運が良い」と思っている人とつき合っていると、さらにチャンスに恵まれやすくなります。

**「自分は、運が良い」と強く信じて、毎日過ごしましょう。
きっとチャンスが訪れ、いいことがたくさん起こり出すでしょう。**



簡単なことから頼もう 750



知っている人で、とても頼み上手な人がいます。
その人が頼むと断れずに、頼まれたことをやっけてしまいます。
はじめは簡単な頼みなので、気軽に引き受けます。
何回も頼まれるうちに、頼まれる内容が、徐々に難しくなります。
今まで何回も頼みを引き受けてきたので、難しくてもついついやっけてしまうのです。
頼み上手な人は、このように頼みかたのコツを知っているのです。
ここで、スタンフォード大学、社会心理学者ジョナサン・フリードマンとスコット・フレイザーの実践を紹介します。

仕掛け人は、ボランティアと称して、住宅街の家庭を訪ねました。

【Aチームの仕掛け人】

玄関先に「安全運転をしよう」という看板を設置させて欲しいとお願いする。

〈実験結果〉

17%の家庭は、承諾した。

【Bチームの仕掛け人】

「カリフォルニア州を美しく保とう」という嘆願書の署名をお願いする。(ほぼすべての家庭が承諾した)

その後2週間後に、玄関先に「安全運転をしよう」という看板を設置させて欲しいとお願いする。

〈実験結果〉

約50%の家庭は、承諾した。

【Cチームの仕掛け人】

玄関先に「安全運転をするドライバーになろう」という小さなシールを貼らせて欲しいとお願いする。(ほぼすべての家庭が承諾した)

その後2週間後に、玄関先に「安全運転をしよう」という看板を設置させて欲しいとお願いする。

〈実験結果〉

76%の家庭が、承諾した。

実験結果が、大きく違うのに驚くばかりです。

看板設置だけの頼みでは、17%の家庭が承諾し、かなり厳しい結果になりました。

次に看板とは関係ない嘆願書の頼みをして、看板設置の頼みをする、と、約50%の家庭が承諾し、効果がありました。

さらに、看板と関係の強い安全運転の小さなシールの頼みをして、看板設置の頼みをする、と、76%の家庭が承諾し、かなりの効果がありました。

このことから、何にもしようとしない子ども、家事を手伝わない夫、何でも部下任せの上司、自主的に動いてくれない部下などに、「簡単な事から頼んでみる」価値があると思います。

「自分の机だけ片付けて」「洗濯物の取り入れだけ手伝って」「今度の会議だけは、ちょっと顔を見せて下さい」「この荷物を別の場所に運んでね」など、頼んでみましょう。簡単な事を上手に頼めるようになると、自分自身が頼み上手に、変わってくることでしよう。

頭の中での予行練習 778



小学校では、運動会前に、運動会の予行練習をします。
開会式から閉会式までを通して、一度当日さながらで実施します。

予行練習を実施することで、当日の競技等の流れや注意点・反省点が、よく分かります。
そのことを生かして、本番の運動会が行われます。

予行練習をしたことで、本番の運動会が充実し、スムーズに競技等が行われます。
予行練習は、大変有意義なのです。

**このことを生かして、いろいろなことを、頭の中で、予行練習をしましょう。
頭の中でなので、時間はあまりかかりません。
もちろんお金も、全く必要ありません。**

頭の中で、予行練習を行った場合と、行わなかった場合とでは、本番で大きな差が出る
ことが、数多くの研究で、証明されています。
頭の中の特に潜在意識が、行動に大きな影響を及ぼします。

頭の中であらかじめシミュレーションを行うことで、いいイメージがその潜在意識に、植
え付けられるのです。
そのことで、本番がいいイメージ以上に、成果が出るのです。

- ☆プレゼン
- ☆会議
- ☆講演
- ☆ゴルフなどスポーツ
- ☆楽器の演奏
- ☆インタビュー
- ☆将棋・チェス
- ☆新しい企画・事業
- ☆1日の予定行動

このような時には、頭の中で、始まりから終わりまでの予行練習をしましょう。
完璧なパフォーマンスになることを、思い描きましょう。
満足するまで、何回もイメージしましょう。

そうすることで、自信が深まり、実際に達成できることのレベルが、劇的に高まります。
ぜひ本番前には、頭の中で一度は、予行練習しておきましょう。

慌てずじっくり静観しよう 796



何かトラブルやアクシデントに、見舞われた時に、慌ててしまいます。何とかしなければ、と焦ってしまいます。

急いで対応策を講じれば講じるほど、さらに事態が、悪化することがあります。結果的には、トラブルやアクシデントの問題より、その後の対応の方が、大きな問題となってしまうのです。

ここで古代中国の思想家、老子にまつわるエピソードを紹介します。

あるとき、老子のもとに一人の役人が、こんな相談を持ちかけてきました。
「接待で不手際があり、上司を怒らせてしまいました。もう出世の望みはありません。下手をすれば、職を解任されてしまいます。どうしたらいいでしょう」

老子は、その役人を池に、連れていきました。
そして、棒で池の水を、かき混ぜました。

澄んだ水が、泥で濁り始めたところを見計らい、役人にこう言ったのです。
「今のあなたの状況は、この泥水のようなものです。かき混ぜれば、かき混ぜるほど、濁るばかりです。しかし、放っておけば、そのうち泥は沈殿し始め、水は再び澄んできます。今のあなたに大切なのは、静かにじっとして、必要以上に動き回らないことです」

老子の予感、見事に的中しました。
数日後、「あの一件は、おかまいなしということで、解決しました。解任される心配もなさそうです」という報告を、役人が寄せてきたのです。

**老子の教えのように、何か困ったことが起こった時は、「泥水も、そのままにしておく、きれいな水になる」ように、慌てずじっくり、静観するようにしましょう。
そして、時間をかけ事態の推移を、見守りましょう。**

すると、自然とトラブルやアクシデントが、消滅するかもしれません。
消滅しない場合は、問題が小さくなり、問題の本質がよく見えるので、適切な対策を講じることが出来ます。

**不思議なもので、心の不安が焦りを生じ、さらなる諸問題を引き起こすのです。
どんな時も心を落ち着け、時間を置いて、ゆっくりと静観してみましよう。
必ず明るい道が、開けてくるのです。**

無限大の豊かさを受け取ろう 805



豊かな人は、無限大が好きです。
豊かでない人は、制限を設けるのが好きです。

無限大が好きな人は、心身ともに豊かであり、広い世界で生きています。
制限を設けるのが好きな人は、心身ともに貧困で、狭い世界で生きています。

制限を設けず「無限大を歓迎する」という、心の持ち方をする人は、次のようなことが起こります。

- ☆大きなお金を引き寄せたり、受け取ったりします。
- ☆たくさんの人との出会いがあり、多くのことを学びます。
- ☆ステキなチャンスや出来事が、起こります。
- ☆自分の能力や価値を、大きく高めることができます。
- ☆どんなことにも、果敢に挑戦して、成功を納めることができます。

このようなことが起こるのは、常に考え方が肯定的で、発展や繁栄、成功や飛躍の方向に思考のベクトルがあるからです。
どんなことでも、無限大に気持ち良く受け取り、豊かに他者にも与えることが、できるのです。

制限を設けるのが好きな人は、自分自身が制限的・限界的な思考と態度で、受け取れる可能性があるものも、受け取ることが、できなくなるのです。
豊かなことや良いことが、自分にやってくればくるほど、受け取ることが怖くなるのです。
これだけしかいけない、このくらいにしておかないと、とかの心配は、無用なのです。

**どんなものにも、無限大の豊かさが、あります。
遠慮せず、無限大の豊かさを、受け取りましょう。**

無限大の豊かさを歓迎すると、おもしろいくらいに、あらゆる方法から、あらゆる良いことが、次から次へとやってきます。



反実仮想で危機管理を 818



これからの時代は、危機管理が特に重要です。

そのためには、反実仮想（はんじつかそう）を、活かすことがいいでしょう。

反実仮想は、事実と反対のことを、想定することの思考実験の一つです。

「もし～だったら…だろうに」のような言い方になります。

フランスの哲学者のパスカルは、有名な随想『パンセ』のなかで、「クレオパトラの鼻がもうすこし低かったら、世界の歴史の局面は、変わっていただろう」と、述べています。

エジプトの女王クレオパトラは、楊貴妃とならぶ「絶世の美女」と、目されています。

つまりパスカルは鼻の大小など、ささいなことで歴史の局面が、変わるということを、修辭的に言いたかったようです。

パスカルは、このように反実仮想で、歴史の局面を表現しています。

「歴史の局面が、本当に変わったのだろうか」と考えると、結果の違いが推測できます。

ここで、次のような反実仮想が、考えられます。

○日本が戦争に負けていなかったら、経済発展はできなかつたらう。

○原爆が落とされなかつたら、もっと多くの人が、死んだはずだ。

○小選挙区制に変わってなかつたら、政権交代も起きなかつたらう。

○ブッシュが、2000年の大統領選挙で当選していなかつたら、イラク戦争は起きなかつたらはずだ。

このような反実仮想から、多くのことが考えられ、思考が深まるのです。

ここで、薩摩藩が男子を集めて行った、郷中教育を紹介します。

画一的な指導要領もなく、学習は講義でなく、「詮議（せんぎ）」と呼ばれるもので、意見を述べ合う、デベート形式の学習でした。

「詮議」は、いわゆるケーススタディで、仮想現実をいろいろ想定して、「もし〇〇が起これたら自分はどうするか」ということを、徹底的に考えられる教育だったので。

小さい頃から、こういう思考方法を繰り返して、危機管理能力を養ったのです。

幕末の薩長同盟6か条には、次のように書かれています。

1, 戦いとなった時は、直ちに薩摩は2000余人の兵を上京させ、大阪にも1000人程度配置して、京都大阪を固めること

1, 戦いで長州の勝利が近づいたら、薩摩は朝廷に働きかけて、長州の名誉回復のために尽力すること

1, 万一に長州の敗色が濃くなっても、一年や半年で壊滅することはないので、その間に薩摩は援護に尽力すること

1, 幕府の兵が引き上げたときには、薩摩は到底に働きかけて、長州の冤罪をはらすために尽力すること

1, 一橋、会津、桑名らの兵が、朝廷を利用して薩摩の妨害をするようなら、薩摩も決戦に及ぶこと

1, 長州の冤罪が許されたら、薩長両藩は誠意を持って力を合わせ、国家のため天皇の威光回復のために誠心誠意尽力すること

このようにいろいろなケース（勝利や敗色等）を想定して、具体的にどうするかを、明確に書かれています。これも反実仮想の成果であろうと思います。

☆もし今の仕事が、途中で上手くいなくなったら？ ☆もし大雨で、家の近くの川が決壊したら？ ☆もし銀行が会社との取引を、急にストップしたら？ ☆もしつき合っている人から、別れを告げられたら？ ☆もし預貯金が、まったくなくなってしまうたら？

このような現実には起こりそうもない未来のことを、反実仮想であれこれと創造し、具体的な戦略や対策を考えてみましょう。どれだけ広く・深く・長く考えることができるかで、適切な危機管理ができ、未来がさらに明るく輝いてくることでしょう。

信頼こそ本当の宝物 835



世の中には、いろいろな人がいます。
なかには、次のような人がいます。

- 一度口にしたことを守らない。
- 他人の秘密をすぐ他の人に話す。
- ウソをついたり、いい加減なことを言う。
- 約束を守らない。
- 仕事を最後まで、責任もってやらない。

このような人は、みんなから相手にされません。
可愛そうですが、信頼がないのです。

人格者や成功者は、必ずと言っていいほど、信頼を兼ね備えています。
信頼があるから、誰からも好かれ、安心して頼られています。

信頼を得るためには、先ほど言ったことの逆が、できればいいのです。

- ☆一度口にしたことを守る。
- ☆他人の秘密を他の人に絶対言わない。
- ☆ウソをついたり、いい加減なことを言わない。
- ☆約束を必ず守る。
- ☆仕事を最後まで、責任もってやる。

そんなに難しい事では、ありません。
人として守るべき、当たり前のことです。

イギリスのことわざに、「信頼は黄金に勝る」があります。
これは、「信頼は、お金に替えることができないほど、尊いものである」という意味です。
信頼をお金で買うことは、決してできません。

信頼を得るには、長い年月が、かかります。
しかし、信頼を失うには、一瞬しかかかりません。
あなたが持っている信頼は、あなたの本当の宝物なのです。

どんな時も、信頼を失う言動は、止めましょう。
信頼をさらに高める努力を、日々積み重ねて、いきましよう。

集中力アップで実力を出そう 840



家庭で料理している時に、テレビの音がするので、料理に気が集中しない。
会社で仕事をしている時に、周りの人の声がするので、仕事に気が集中しない。
このように気が散って、やりたいことが思うように、できないことがあります。

**ことわざに、『精神一到何事か成らざらん（せいしんいつとうなにごとかならざらん）』
があります。**

これは、「精神を集中して、努力すれば、どんなことでも、成し遂げられないことはない」という意味です。
勉強や仕事などでは、精神を集中させて、いかに集中力アップを図って、取り組むかが重要なのです。

ここで、テニスコーチ、ティモシー・ギャルウェイの集中力の4段階を紹介します。

集中の入り口の状態は、「単純な注意集中」

これは視覚情報を単純に認識する、低い集中レベルであり、たとえば人とすれ違う時に、ぶつからないように、避けるといった程度です。

次のレベルは、「興味をともなった注意集中」

例えば昼休みに、雑誌を読んでいる時は、このレベルの集中力といえます。
周囲の情報を全く遮断しているわけではなく、上司に呼ばれたらすぐに立ち上がって、駆けつけることが、できるような状態です。

第3のレベルは、「心を奪われる注意集中」

大好きなマンガやテレビゲームなどに、没頭している時が、この状態で、周囲の状況や雑音が、ほとんど気にならず、集中している状態です。

そして、最高レベルの集中力は、「無我夢中」

これがまさに、ゾーンの状態といえます。
レベル3の没頭状態にありつつも、適度な落ち着きと冷静さも備わった、完璧な心理状態で、あらゆることが見通せるような、感覚を得られます。

トップアスリートは、試合開始後すぐに、レベル3に入り、その後、最高レベルの「無我夢中」で、試合を継続できるのです。

勉強や仕事においても、ここぞっという時には、レベル3の集中状態になり、さらに必死になり、最高レベルの「無我夢中」の状態近くになれば、最高の自分になれるのです。

集中力アップを、もっと意識しましょう。

アップすればするほど、自分の最高の実力が、出せるのです。

本番より準備こそ真剣勝負で 841



本番で最高の自分の実力が出せ、成功を手に入れることができる、秘訣があります。それは、それまでの準備にこそ、勝敗のカギがあるのです。しかし、このことを知らない人が、多くいます。

- これぐらいの準備でも本番では、なんとかなるだろう。
- 本番の時に、最高のものが、出せさえすればいい。
- だいたい準備ができたので、本番では、おそらく上手くいくだろう。

このような甘い考えで、準備をして、本番に臨むのです。結果は、良い結果が出なかったり、失敗に終わる場合が、多いのです。

元プロ野球選手の松井秀喜さんは、現役の時に、「いかにいつも一番いい準備を、しているか、そればかり考えていますね」と、語っています。

同じ元プロ野球選手のイチローさんは、現役の時に、「日米通算8年連続の首位打者記録が、止まることは残念ではありますが、人に勝つためという価値観で、野球をやっているわけではありません。やれることはすべてやりましたし、手を抜いたこともありません。やろうとしていた自分、準備した自分がいたことを、誇りに思います」と、語っています。

元テニスプレイヤー、マルチナ・ナブラチロワさんは、「集中力は、練習中にコートの中で生まれるもの」と、語っています。

**この三人は、本番自体にあまり興味を、示さないのです。
本番の舞台に上がるまでの準備に、集中して、全力をつくしているからです。
本番は、自分がそれまで行ってきた、準備の確認作業なのです。**

**準備こそ、真剣勝負なのです。
準備に全力を尽くして、本番では心地よく、今までの成果を思い切って、発揮しましょう。**



プレッシャーを味方にしよう 844



毎日同じ生活や仕事を、単調にしているのは、あまり感じることはありません。

しかし、仕事や試験・試合など勝負どころで、必ず感じるものがあります。

それは、メンタルへのプレッシャーです。

たとえば大切な会議や商談、資格試験の前に、胃が浮き上がるようなプレッシャーを感じ、不安や焦りから集中できなくなり、緊張して固くなってしまい、持てる力を出し切れないで終わってしまった。

このような経験を、誰もが持っていると思います。

どうして人は、プレッシャーを、感じるのでしょうか。

それは、「結果」が、求められるからです。

「結果」を求められた途端、「うまくできるだろうか…?」「失敗しないだろうか…?」という不安が、頭の中を駆け巡り出します。

この時、人間は「結果」という未来を、見据えているようで、実は、その水面下では、過去の体験を、想起し始めます。

「またあの時と同じように、失敗してしまわないだろうか…?」と、特に過去の失敗体験が鮮明に蘇ってきます。

これは、過去と同じ過ちを、繰り返さないようにするためのリスク回避、防衛本能が強く働くからだ、と、推測されています。

プレッシャーを意識して、それに打ち勝とうと、もがけばもがくほど、集中が乱れてしまい、上手いかなくなってしまいます。

ラリードライバーとして、世界を舞台に活躍した桜井幸彦さんは、スタート前にはいつも大きなプレッシャーと、戦っていたそうです。

ラリーは、舗装されていない細い山道を、高速で走り抜けますから、事故を起こさないためにも、高い集中力が求められます。

桜井さんは、集中力を高めるトレーニングをしたり、プレッシャーを取り除くために、深呼吸をしたりと、いくつかの方法を試しましたが、成績はいまいち振るわなかったそうです。

ところがある時、やぶれかぶれに開き直り、プレッシャーをそのままにして、スタートしました。

すると不思議と、プレッシャーから解放され、レースで優勝してしまったのです。

それ以後は、「このレースで優勝しなければ」と、レース前にあえて自分に、プレッシャーをかけて臨み、何年も日本チャンピオンに輝きました。

このように、プレッシャーは、敵ではなく味方なのです。

プレッシャーを受け入れて、「プレッシャーは、あつて当たり前」「この状況を、楽しもう」と、思いましょ。

どんな場面でも、プレッシャーを、うまくモチベーションに、変えることができるのです。不安感が、緊張感を高め、大きな集中力を、生み出してくれるのです。

プレッシャーを、多く経験できることは、ありがたいことなのです。

プレッシャーを敵とはせず、味方と信じて、今に全力で集中しましょう。

きっとプレッシャーを、楽しむことが、できるようになるでしょう。

災難の時こそ慌てない 846



日常生活や仕事などで、災難に遭うことがあります。
予想もしてなかった災難、今までに経験のない災難、大きな痛手をこうむる災難など、いろいろあります。
そんな災難の時に、どう判断・行動するかが、とても重要になります。

ここで、古代中国の思想家・孟子にまつわるエピソードを紹介します。

ある時、孟子が町中で雨宿りをしていると、一人の町民が、こんな相談を持ちかけました。
「災難に見舞われたときは、どう対処すれば、いいのでしょうか」
すると孟子は、一人の男を指さしながら、次のように言いました。

「あそこにいる男を見てごらん。衣服が泥だらけだ。大雨が降ってきたとき、雨宿りをしようと思わず、走って家に帰ろうとした。そうしたら、途中、足を滑らせて転んでしまい、あぁなってしまったのだ。大雨というのは、一時的なものだ。どこかで雨宿りをして、雨がやむのを待てば、よかったものを……。災難も同じで、それに見舞われたら、いつかそのものと考え、あわてふためかないように、することだ」

災難といっても、それは真夏のゲリラ雷雨同様、どれも一時的なものです。
その状況が、ずっと長く続くことは、ありません。
状況は、一刻一刻変化していくのです。

**ですから、災難の時こそ、まずは慌てないように、しましょう。
「じきに、事態は、収束の方向に向かう」と、前向きに考えましょう。**

**冷静に落ち着き、もう少し待ってみましょう。
心を明るく、保つように努めましょう。
そうすれば、状況が的確に把握でき、よりよい解決方法が、思いうかびます。**

災難の時こそ慌てないで、落ち着いて的確な判断・行動ができる人が、重要な役目を果たし、幸運を手に入れることが、できるのです。



少し視点を変えてみよう 864



何かに必死になって、取り組んでいる時に、途中で行き詰まってしまいます。何とか解決しようと、必死にもがきますが、良い解決策が、浮かびません。

必死になって考えることは、今までやってきた視点から、考えているだけかもしれません。今までと、同じ方向からの視点だけでは、解決の糸口は、見つからないのです。

バックミンスター・フラーは、1895年アメリカ生まれの思想家・デザイナー・建築家・詩人です。

「宇宙船地球号」という、ことばの生みの親です。

このことばに、込められていますように、フラーは生涯、人類の生存を、持続可能なものとするための方法を、模索し続けました。

よく知られていますものには、建築デザインのジオデシック・ドーム(フラードーム)が、あります。

東京ドームなどの、いわゆるドーム建築の先駆けで、現在も彼の考案した工法に基づいて、世界中のドームスタジアムやジオデシック・ドームホーム建設が、なされています

ここで、フラーの名言を、紹介します。

「賢明な人は、人が見ようとしない、ゴミの山から幸運を、掘り出す」

この言葉は、「かしこくて、物事の判断が適切である人は、誰も見ようとしない、ゴミの山から、幸運をつかむことができる」ことを、教えています。

つまり、人はいろいろな視点から、物事を見るようにすると、予想もしなかったところから、光が見えてくることを、教えています。

ある研究者が、珍しい糊（のり）を作り出したのですが、周囲の人は誰も彼を、相手にしようとはしませんでした。

なぜならその糊は、接着性のきわめて弱いもの、だったからです。

しかし、その糊は、接着剤としては使えなくても、しおりとして使えるかもしれない、と考えた人が、いたのです。

そして今、その商品は、店頭には並べられて、多くの人に愛用されています。

つまり、ある視点から見て、まったく利用価値がなくても、少し視点を変えてみるだけで、高い利用価値が、生じることもあるのです。

一方からの視点で、判断せずに、少し視点を、変えてみましょう。

いろいろな視点から、物事を見ると、自分の足下の宝が、見える場合もあります。

常に少し視点を、変えてみる事ができれば、思考の幅が大きな人間に、なれるのです。

成功の有無はよく練られた計画しだい

867



新しいことに取り組む場合に、思いつきで、行動する人がいます。
そのこと自体は、決して悪いことでは、ありません。
自分の直感を信じて、行動するのです。
スピードがあり、行動力があるのです。

これは、新しく取り組むことが、今までの経験を活かせる事、簡単な事であれば、成功する場合が、多いでしょう。
しかし、経験が活かせなかったり、難しい事であれば、思いつきの行動では、失敗する場合が、多いと思います。

つまり、思いつきでの行動であれば、計画が立てられていないのです。
計画が立てられていても、簡単な計画だったり、十分検討されていない、計画だったりするのです。

これでは、大切な家を建てるのに、きめ細かな設計図がないのと、同じです。
そうであれば、頑丈で工夫があり、住みやすい家を建てることは、不可能です。

映画監督の故黒澤明は、つねづね「映画は脚本だ」と、言っていたそうです。
「脚本がうまくいけば、その映画は、なかば成功したのも同然だ。しかし、脚本が悪ければ、どんな名優をもってこようと、いいカメラマンをそろえようと、その映画は、失敗する」と、言うのです。

そんなわけで、黒澤監督は、脚本づくりに、十分な手間暇をかけた。
温泉旅館の1部屋を借り切って、黒澤監督を含めた、3～4人のシナリオライターが、ひとつの机を囲んで、集まる。
集まった人たちは、同時に同じ映画の同じ場面を、書きはじめる。

全員が書き終えたところで、自分の書いた原稿を、それぞれ隣に座っている人に回す。
そして、回されてきた原稿に、手直しをして、また隣の人へ回す。
それをくり返して、原稿が一巡してから、全員で話し合っ、決定原稿を完成させたという。

お金と時間をかけ、脚本作りに、監督まで参加して、脚本を練りに練り上げたのです。
よく練られた優れた脚本（計画）だからこそ、映画の黄金時代を、築くことができたのです。

手間暇をかけ、納得するまで、計画を練り上げましょう。
成功の有無は、よく練られた、計画しだいなのです。

よく練られた計画には、あなたの願い・思い・意欲・思考が、すべて詰まっているのです。

3割できれば素晴らしい 898



完璧な人は、何事も10割（100%）成功することを、願います。
しかし、実際10割成功することは、難しいのです。

とても簡単な事であれば、ひょっとすれば10割成功する場合も、あるかもしれません。
多くの場合、どんなに頑張っても、そんなに成功率が、高くなることはありません。
それよりも、かなり低いのでは、ないでしょうか。

ある音楽好きな若者が、言いました。
「このCDですけど、よいアルバムだって、聞いてたんですが、2曲くらいしか、いい曲はなかったですね。評判倒れじゃ、ないですか？」

それに対して、あるミュージシャンが、こう答えました。

「あのねえ。2、3曲いい曲が、入っていれば、それはいいアルバムなんだよ」

これは、実に深い言葉なのです。
もちろん、中にはほとんどの曲が、水準以上であるような、素晴らしい出来のアルバムも、あるでしょう。
しかし、そのミュージシャンは、そういったことは、奇跡のようなものであることを、よく知っているのです。

完璧なアルバムでないと、気が済まない人は、いつも不幸な気持ちを、持つことになりま
す。
何かに対して、10割を求め続ける人は、イライラが、増すばかりなのです。

歴史のあるプロ野球で、過去も現在も、3割打てれば、一流の選手と呼ばれます。
天才打者イチローにしても、10回のうち6回以上は、アウトなのです。

**10のうち2か3できれば、かなりいい線をいっていると、考えましょう。
同じように、2か3の悪いことがあることも、当たり前なのです。
悲しむ必要は、ありません。**

**高望みする必要は、何もありません。
何事も3割できれば、素晴らしいのです。
3割できれば、幸せな人生を、歩いているのです。**



80%の実力発揮で十分だ 902



なかなか本番で、実力が出せない、と悲しむ人がいます。
本番が上手くいった、と言える場合は、少ないかもしれません。

- プレゼンの発表で、準備したことを、十分に相手に伝えることが、できなかった。
- 昇格試験で、自分の実力を、100%出し切れなかった。
- 重要な書類作成の機会を得たのに、完璧な書類が、できなかった。
- 結婚式のスピーチで、気持ちが高揚して、上手く話せなかった。

このように、自分自身のことを責めたり、卑下したりします。
何故終わった後に、このように思うのでしょうか。

それは、いつも100%の実力を、発揮することを、目標にするからではないでしょうか。
しかし、本番で100%の実力を、発揮することは、多くの場合に、難しいと思います。

ここで、1998年に開催された、冬季オリンピックで、スピードスケート男子500メートルで、金メダルを獲得した、清水宏保（ひろやす）選手の話を紹介합니다。

清水選手は、もともと優勝候補の1番手ではあったのだが、それでも、オリンピックで優勝するというのは、並大抵のことでは、ありません。
それは過去の舞台で、「プレッシャーに弱い」、と言われ続けてきた、日本人選手の例を見ても、明らかなことです。

清水選手は、大会前のインタビューで、次のことを、言っていました。

「大会本番に向けて、調子をピークに持っていくとか、ベストにしていって、ということを考えていない。80%を維持することで、十分であると思う」

結果は話の通り、清水選手は、リラックスして、80%以上の実力を、発揮することができ、金メダルを獲得したのです。
このように清水選手は、プレッシャーとの折り合いが、実に見事だったのです。

本番で緊張したり、間違えたり、焦ったり、不安がったりなど、誰でもします。
100%の実力発揮は、なかなかできないのです。

**80%の実力発揮で、十分なのです。
リラックスして、本番を迎えましょう。**

**そして、本番が終わった後には、頑張った自分を、ほめましょう。
いつも80%の実力発揮の心構えが、大切なのです。**

上司の真似をすると出世する 916



出世の早道は、上司の真似を、することです。
上司のことを詳しく知り、真似をすることで、多くのことを、学ぶことができます。

アメリカのビジネス界で、語られている言葉を、紹介します。

「出世をしたければ、ボスの猿真似をしろ」

ヘアスタイル、ファッション、コーヒーカップ、車、趣味、そしてしゃべり方まで、とにかく何でもかんでも、ボスの真似をします。
気持ち悪いと、嫌われそうな気もしますが、実際は効果絶大です。
実践する人は、しない人よりも明らかに、出世が早いそうです。

人は、自分と価値観や性格、趣味などが似ている人に、好意を持つ傾向にあります。
ボスの真似をしているだけで、いつの間にかボスに好かれ、あなたを望ましい人と、思い込むのです。
ボスに好かれることで、早く出世するのです。

ヘアスタイルやファッションを真似るのが、難しい人は、身振りや話し方、考え方や行動の仕方を、真似してみても、いかがでしょうか。
猿真似とバカにしないで、上司から学べることは、大いに学んでみましょう。

真似の原則は、相手の行動に、自分を合わせることです。
上司の真似をして、自分を大きく成長させ、さらに出世も、手に入れましょう。

真似こそ、強く逞しく生きる、大きな力となるのです。

