

# 天才は数で勝負 951



あなたは、日々努力を、しているでしょうか。  
努力の数は、数で示すことが、できるのです。

- 野球で勝つために、毎日バットの素振りを、500回した。
- 新商品の開発のために、試作品を、30個作成した。
- 受験勉強で、1週間でノート50ページを、使ってしまった。
- 新車購入してもらうために、お客様宅を、10回訪問した。
- プレゼンの資料の完成に、資料を15回練り直した。

このように、数でハッキリと、努力の程度が、わかるのです。  
数が、大きければ大きいほど、努力が大きく、成功に近づきます。

ここで、天才の共通点を、紹介します。

ピカソが、生涯に描いた作品の数は、14万8000点とも、言われています。  
ピカソの画家人生は、16歳で画家デビューしてから、死ぬまでの75年間と、言われているので、75年間1日も休まず、1日1枚描いても、2万7393枚。

つまり1日5作品以上のペースで、描き続けていたことが、わかります。  
ひょっとしたら、ピカソは人類史上、最も多くの絵画を、描いたのかもしれませんが。  
ちなみに、漫画家の手塚治虫さんが、生涯に描いた作品数は700点以上、約15万枚なのです。

ところで、ゲーテが1人の女性、シャルロッテに宛てたラブレターが、残っています。  
その数、なんと約1800通なのです。  
ゲーテは、ラブレターを書きまくるうちに、文章が上手くなったのかもしれませんが。

「天才は数」なのです。  
数のみが、質を生むのです。  
それだけの数をこなせるほど、情熱的に絵や漫画などが、好きだったからこそ、天才になれたのでしょう。

何事も上手くいくかどうかは、「数」で、勝負なのです。  
誰でも今以上に、「数」を多くすれば、今以上の成果を、手に入れることが、できるのです。



# ゆとりがある時に準備をしよう 952



仕事など、がむしゃらに、頑張る人がいます。  
ずっと走りつづけると、途中で無理を、してしまいます。

そんな人は、少し休んで、時間のゆとりを、作りましょう。  
そのゆとりで、まずはゆっくり、休みましょう。

さらに、時間があれば、これから先のことや、将来のことの準備を、しましょう。  
ゆとりの時間というのは、非常に価値がある、時間でもあるのです。

**西洋に、次のことわざが、あります。**

**「賢い人は、冬のあいだに、農具の手入れをする」**

厳しい冬がやってくると、農民たちは、畑仕事が、できなくなります。  
このとき、愚か者は、家の中で遊びほうけたり、1日中寝て過ごします。  
賢い人は、農具のさびや汚れを落としたり、磨いたりするなどして、手入れに余念がありません。  
そうすることによって、春になって畑を耕すとき、すぐに使えるからです。

転じて、このことわざは、「人生も同じで、不遇の時期、辛抱の時期、ゆとりの時期は、  
来たるべきチャンス到来に備えて、エネルギーを充電、強化しておくといい」ということ  
を、教えています。

- ☆新しい人脈を、多く築いておく
- ☆専門知識や技術を、吸収しておく
- ☆語学をマスターしたり、資格を取っておく
- ☆今までの仕事内容を、振り返ってみる
- ☆これからの取り組みに関する情報を、収集しておく

このようなことで、エネルギーを充電、強化しておくこと、いいでしょう。

**人それぞれ農具は、違うのです。  
自分にとっての農具は、何かをまずキチンと、認識しましょう。**

**そして、ゆとりがある時に、準備をしておけば、いつか必ず、それが功を奏する時が、や  
ってくるのです。**



# この命にありがとう 953



歌手の竹内まりやさんが、「いのちの歌」のインタビューで、次のように、答えています。

「いのちの歌」の意味とは、【生かされていること、育ててくれた両親に、感謝するということ】に尽きます。

この曲は、日々感じている素朴な思いを、そのまま言葉にしたものです。生きていくということは、生かされていることだと、思うのです。

生きたくても、生きられない人がいる、ということを見ると、生かされていることにまず感謝しなければ、いけないということと、両親にも育ててもらえたことを、感謝することです。

なかなか普段は、言葉にできないのですが、歌だったら「ありがとう」と、言えるようなところもあります。照れくさいですしね。

ここで、竹内まりやさんの想いが、つまっている「いのちの歌」の歌詞を、紹介します。

生きてゆくことの意味 問いかけるそのたびに  
胸をよぎる 愛しい人々のあたたかさ  
この星の片隅で めぐり会えた奇跡は  
どんな宝石よりも たいせつな宝物

泣きたい日もある 絶望に嘆く日も  
そんな時そばにいて 寄り添うあなたの影  
二人で歌えば 懐かしくよみがえる  
ふるさとの夕焼けの 優しいあのぬくもり

本当にだいじなものは 隠れて見えない  
ささやかすぎる日々の中に かけがえない喜びがある

いつかは誰でも この星にさよならを  
する時が来るけれど 命は継がれてゆく  
生まれてきたこと 育ててもらえたこと  
出会ったこと 笑ったこと

そのすべてにありがとう  
この命にありがとう

両親から授けられた、この命にありがとう。  
命があるから、人との出会いや喜びが、あるのです。

どんな時も、感謝の気持ちで、生かされている命を、大切にしましょう。

# 「老人」より「朗人」になろう 954



「老人」とは、年寄りのことを、いいます。

この言葉は、古い、きたない、鈍い、のろい、元気がない、死にそう、説教くさい、愚痴っぽい、怒りっぽい、数分前のことも忘れる、同じことを何度も言う、昔の話しかしない、等々のマイナスイメージを、背負った言葉として、使われています。

**このようなマイナスイメージを、持った「老人」になるより、もっといい言葉の「朗人（ろうじん）」になることを、おすすめします。**

**「朗人」とは、朗（ほが）らかな人のことです。**

「老人」の中には、笑いを忘れ、年中苦虫を噛みつぶしたような顔を、した人がいます。また、瞬間湯沸かし器のように、すぐに怒り出す、かんしゃく持ちの人もあります。それでは、ストレスがたまって、体にはよくありません。

**朗らかな人は、いつも明るく、よく笑顔で、笑う人です。  
笑いは、ストレスを発散させ、老化を防ぎ、ボケを遠ざけます。  
その上、人間関係を、明るくする潤滑油になります。**

中国の言葉に、「一笑一若・一怒一老」があります。  
読んで字のごとく、一回笑えば、それだけ若くなり、一回怒ると、それだけ老け込んでしまうのです。  
日本にも「笑う門には福来る」という、似たことわざがあります。

**「老人」になるより、ニコニコ笑顔を、明るく振りまく「朗人」に、なりましょう。  
いつも明るく、笑顔を絶やさずに、暮らせば最高です。**

**「朗人」は、明るいプラスイメージの人なのです。**



# 不安を与えない言い方をしよう 955



恋人と約束の場所で、待ち合わせを、していました。  
早く着いて、待っているのに、相手から連絡が、ありません。  
約束の時間が、過ぎるにつれて、何かあったのではないかと、心配します。

相手から、携帯電話で連絡があり、「困ったことが、起こった。ごめんなさい」と、連絡がありました。

連絡はあったものの、このような内容の連絡では、交通事故など大変困ったことが、起こったのではないかと、心配と不安が、増大します。

連絡する時には、慌てていたとしても、相手に不安を、与えない言い方が、大切なのです。

例えば乗っていた電車が、トンネルで急に、止まってしまったとします。

動き出す気配がないので、車内は、どんどんざわついてくるでしょう。

こんな時、どういったアナウンスがあれば、乗客の不安は、軽減するのでしょうか。

- ①「原因はよくわかりません。運転再開の見通しも、立っていません」
- ②「この先で、信号機の故障が、ありました。復旧の見通しは、まだ立っていません」
- ③「この先で、信号機の故障が、ありました。再開には約1時間、かかります」

いずれの場合も、一斉に落胆や怒りの声が、上がるでしょう。

しかし、この中で実際に、もっとも不安を呼ぶのは、①です。

何も情報がない状態、何がどうなっているのか、わからない状態に、人は強くストレスを、感じるのです。

②は、原因はわかっても、どれくらい待てばいいか、わかりません。

時間の見通しがないので、イライラが、増します。

「運転手に、何かあったのだろうか？」「時間がかかりすぎるので、ひょっとしたら、大変なことが、起こったのかも」という、悪い予感も、ふくらんでいきます。

**③は、原因と復旧の見通しは、わかっているので、心理的に安定し、乗客に不安を与えない、言い方なのです。**

**乗客は、信号機の故障と1時間を結びつけ、妥当だと考えるのです。**

人は、中途半端な立場やハッキリしない状況に、置かれると、不安になります。

待ち合わせの連絡では、「忘れ物をして、家に取りに帰ったので、遅くなります。30分ぐらいで、待ち合わせ場所に、着くので、もう少し待って下さい。ごめんなさい」と相手に伝えれば、相手も気持ちを、リラックスして、待つことが、できるのです。

**このように、相手に不安を、与えない言い方を、するようにしましょう。  
常に相手の気持ちを、思いやることが、大切なのです。**

# それぞれの役を演じよう 956



演劇には、さまざまな役を、演じる役者が、登場します。  
シェークスピアの劇1つとっても、王様、貴族、家来、召使い、商人、芸術家などいます。

ヒーローやヒロインが、名演技を演じて、周りの人たちなくして、演劇は、成り立ちません。  
それぞれみんなが、劇に欠かせない、重要な役を、担っているのです。

**ここで、イギリスのことわざを、紹介します。**

**「この世は、舞台。人は、みんなそれぞれの役を、演ずる」**

このことわざは、「人は、それぞれ天から、その人にふさわしい仕事を、与えられている。それによって、社会は、成り立っている」ということを、教えています。

このことわざにあるように、世の中には、医者となって人命を救う人、教育者となって人を育てる人、警察官となって悪人を取り締まる人、サラリーマンとして社会に貢献している人など、さまざまな職種の人があります。

**生き生きしている人は、仕事を通して使命感に燃え、生きがいを感じ、自己実現を果たすために、徹底してその役を、演じきっています。**  
**あなたには、天から与えられた、あなたにふさわしい役が、必ずあります。**

**どんな役でも、世の中には、大切な役なのです。**  
**そのことに気づき、それぞれの役を、熱演しましょう。**



# 不況でも強いキャリアを持つ 957



不況など経済が低下すると、多くの企業等の経営が、不安定になります。経営困難に陥った企業は、リストラを行ったり、倒産してしまいます。そうすると、この企業で一生頑張っていこうと、思っていた人でも、会社を辞めることになります。

今までは給料を貰い、安定していた生活が、経済力がない、不安定な生活になります。家族が幸せでいられたのに、収入がないため、どん底の生活を、しいられます。

**幸せにとっては、家庭の経済力は、とても大切なことなのです。**

**会社を解雇されても、次の仕事があればいいのですが、能力や技術等のキャリアがない人にとって、再就職は、大変難しいのです。**

あるM&Aを手掛けている会社で、リストラされた50代男性は、過去に医療法人で、事務長をしていたそうです。

彼は、かつての医療法人時代の縁をたどることで、現在はクリニックのコンサルティング会社に、再就職を果たしています。

これは、過去の人脈を掘り起こして、生き残ることができた事例と、言えるでしょう。

**そこで、下記の「あなたの価値を測る3つの項目」を、チェックしてみてください。**

## 1 人脈を持ってこられるか？

人脈については、「自分のお願いごとを、何人の人が、聞いてくれるか？」を、考えてみると、わかりやすいでしょう。

これは、今までの仕事の積み重ねによって得た「信頼貯金」のようなものです。

## 2 技術を持ってこられるか？

2つの目の「技術」は、プログラミング、マーケティング、広報、クリエイティブ、編集、マネジャーなどが、該当します。

これらの技術は、チームの中で、発揮されることが多いため、実績とスキルを、相手にわかる言葉で、説明できる必要が、あるでしょう。

## 3 資格・経歴を持ってこられるか？

最後の「資格・経歴」は、弁護士、会計士、建築士などが、まずわかりやすいでしょう。転職先に有資格者がいなければ、あなたに優先的に、オファーが来るのは、間違いありません。

しかし、難関資格などを持っていないし、今更取得するモチベーションもないという人も、少なくないはずです。

そこで、もっとも重要なのが「経歴」を、持ってこられる人です。

コンプライアンスの実務経験のある人、CFO(会計士とは限らない)の経験のある人、金融業界勤務歴10年以上の人、IR(インベスター・リレーションズ)の経験のある人などは、近年スタートアップ領域で、かなり必要とされている人材です。

この3つのチェック項目のどれかに、該当したでしょうか。

自身のこれまでの仕事を、振り返ってみてください。

**社会的に必要とされる、人材であればあるほど、社会的に排除されるリスクは、軽減します。**

**ことわざに、「備えあれば憂い無し」が、あります。**

**家庭や自身の幸せのためにも、日頃から不況でも強い、キャリアを身につけ、高めていきましょう。**

**そのことが、今の企業等へ、貢献することにもなるのです。**

## 悪口には無視が効果的 958



人からイヤミや悪口を言われて、カッとなって、言い返してしまう人がいます。そんな人は、心が狭いのです。

言いたい人には、自由に思いっきり、言わせていいのでは、ないでしょうか。言いたい人が、言ったことで、気持ちがスッキリとすれば、喜ばしい限りです。

**言い返しても、何ひとついいことは、ありません。  
言い争いになって、後でイヤな思いをするのは、自分自身なのです。**

また、自分たちの言い争いを、見ていた周りの人たちにも、「あの人は、切れやすい。関わらない方がいい」と、かなり悪い影響を与えます。ですから、たとえ感情を、逆なでされるようなことを、言われても、平然と無視をするのが、効果的なのです。

**ブッダは、次のように、教えています。**

**誰かに、「おまえは愚か者だ」と悪口を、言われたときのことで。  
そこで言い返すことは、「みずから自分が、愚か者であることを、認めたようなものだ」というのです。**

従って、「自分は、愚か者ではない」ことを自分自身で、よく知っている人間は、愚か者と悪口をいわれても、相手にせず、しなやかにやりすごすことができる、というわけです。悪口を言われて、悪口を言い返し、ケンカ腰で対応するのは、「みずから相手の悪口を、認めているのと同じだ」と、ブッダは、話しています。

**悪口を言われても、心を乱すことなく、しなやかに無視できる人は、それだけ「自分に自信を持っている」「賢い知恵を持っている」「正しく生きている」証なのです。  
悪口を言われて、不快な思いをしたときほど、ぐっと飲み込んで、無視するのが、効果的です。**

**無視続けると、相手も悪口を、言っても仕方ないと、諦めるでしょう。  
それが、心が広く、賢い人の処世術なのです。**



# 悩みがあっても幸せになれる 959



悩みがあるから、幸せになれないと、悩んでいる人がいます。

- 太っているから、結婚する相手がいない
- お金がないから、家族を幸せにできない
- 持病があるから、いい仕事が見つからない
- 親の介護をしなければいけないので、自分の時間が作れない
- 仕事を頑張っているのに、昇格できない

このようなことで、悩んでいるのです。

そして、この悩みがある限り、幸せになれないと、思い込んでいるのです。

**はたして本当に、悩みが解決できなければ、幸せになれないのでしょうか。  
自分自身で、悩みがある限り、幸せになれないと、思い込んでいませんか？**

周りを見渡してみてください。

同じような悩みを、持っていても、幸せに暮らしている人は、たくさんいるのです。

ある整形外科医が、こんなことを、言っていました。

「私のクリニックを、訪れる人のなかには、たった1センチの顔の傷に悩み、もう死んでしまいたいと、涙を流すような人が、たくさんいるんです。私から見たら、気にするほどの傷でもないんですが・・・」

1センチの傷が、どれほど心を悩ませるかは、その人の受け止め方の問題です。

「世の中には、重い病気で、悩んでいる人もいますよ。あなたは健康なんだから、そんな小さな傷くらいで、悩むんじゃない」と、責める権利は、誰にもありません。

その先生は、顔の傷を目立たなくする手術をしたいと、願う女性の希望を、そのまますんなりと受け入れることには、抵抗がありました。

その先生は、そういった患者さんに、次のように、言っているそうです。

**「この傷があっても、あなたは、十分魅力的ですよ」**

**「今のままのあなたでも、幸せになれますよ」**

その言葉を聞いた途端、うれし涙を流す女性は、多いそうです。

「私は美しくない」「私は幸せになれない」と、ずっと思い込んでいた女性にとって、「今のままの自分」を、ほめてもらえたことが、大きな衝撃だったのでしょうか。

このように、深刻な悩みを抱えている人は、「この状態のままでは、私は幸せになることができない」と、思ってしまうものです。

これは、本人の勝手な思い込みなのです。

**今の悩みや問題を、抱えたままでも、幸せになれると、気づきましょう。**

**どんなことがあっても、あなたの心の持ち方だけで、間違いなく幸せに、なれるのです。**

**そう思うと、少し気持ちが、軽くなるでしょう。**

**世の中には、悩みと上手に向き合い、幸せいっぱいな人が、たくさんいるのです。**

# 子どもに「自分でしなさい」と教えよう 960



学校で多くの子どもを見ていて、次のような子どもがいることに、気づきます。

- 何事も慎重で、先生からの指示や助けを待って、行動する子ども
- 何事も積極的で、先生からの指示や助けを待たずに、行動する子ども

どうしてこのような違いに、なるのでしょうか。  
それは、家庭での子どもに対する教育に、あるように感じます。

ある家庭では、子どもがお母さんに、「お母さん、それ取ってちょうだい」と言います。すると、お母さんは、「ああ、わかった」と言って、それを取って、子どもに渡します。これは、悪いとはいませんが、いつもお母さんが、子どものために、何でもしてあげているのです。

そんなことが、ずっと続いていくと、子ども自ら行動しようとは、しません。何事も親任せに、なってしまいます。自分でできることでも、しようとしなくなって、しまうのです。大人になってからの将来が、心配になります。

しかし、ある家庭では、子どもがお母さんに、「お母さん、それ取ってちょうだい」と言います。

すると、お母さんは、「あなたはもう大きくなったから、そういうことは、自分でしなさい。必ずあなた自身で、やりなさい。他の人に、頼んでもいけません」と言って、子どもが自分で、それを取るようにさせます。  
このお母さんは、いつも子どもが、自分でできることは、何でも子どもに、させているのです。

そんなことが、ずっと続いていくと、子どもは自ら、行動しようとしません。何事も自分のことは、自分でしなければならぬと、わかるのです。そこで、自立した心が、大きく育ってきます。

親は、子どもが大人になるために、自立できる力を、しっかりと育てましょう。そのためにも、子どもに「自分でしなさい」と、教え続けることが、大切なのです。親として、子ども自ら考え、積極的に行動できる子どもを、育てたいものです。



# 仕事の思考・行動習慣のススメ 961



一生懸命に仕事をして、要領が悪く、仕事の結果も「イマイチの人」がいます。それに比べ、仕事が速くて的確で、結果を確実に出せる「頭のいい人」がいます。

この違いは、生まれつきでも、才能でもありません。  
「毎日のちょっとした積み重ね」によるものなのです。

頭のいい人は、仕事の思考・行動習慣ができていて、常に考えながら、仕事をするので、頭の回転がよく、行動的なのです。  
イマイチの人は、仕事の思考・行動習慣ができていなく、考えずに仕事をするので、頭の回転が悪く、行動が消極的なのです。

具体的には、イマイチの人と頭のいい人では、次のような違いがあります。  
さて、あなたは、どちらでしょうか？

☆イマイチの人は、仕事とプライベートを、きっちり分けたがるが、頭のいい人は、その境が曖昧（あいまい）で、『公私混同』を楽しむ。

☆イマイチの人は、上司にいわれた仕事を、きっちりこなして満足するが、頭のいい人は、自分の力で仕事を見つけ、苦労しながらも完成させて、高い評価を得る。

☆イマイチの人は、これ見よがしに、ガシガシ仕事をするので、人から疎（うと）まれるが、頭のいい人は、飄々（ひょうひょう）といい仕事をするから、他人から一目置かれる。

☆イマイチの人は、目標が曖昧（あいまい）だが、頭のいい人は、自分の目標を強く持ち、目標を何かに書き記し、その達成のために、具体的に綿密な計画を練る。

☆イマイチの人は、行き当たりばったりで行動するが、頭のいい人は、小さなことでも優先順位をつけて、段取りよく行動する。

☆イマイチの人は、マニュアルをバカにする、あるいは崇拜（すうはい）するが、頭のいい人は、マニュアルを重視はしても、鵜呑（うの）みにはせず、足りない部分は、自分で補う。

☆イマイチの人は、常に仕事で100点を目指す、頭のいい人は、80点を目指し、それができたら、さっさと次の行動に移る。

☆イマイチの人は、仕事を一気に仕上げたがるが、頭のいい人は、仕事が完成間近のところ、しばらく寝かせておく。

☆イマイチの人は、嫌な仕事を後回しにするため、いつも嫌な思いに支配されるが、頭のいい人は、仕事に楽しみをもたせ、さっさと済ませるから、いつも充実している。

☆イマイチの人は、やる気が起きるのを、待って行動するが、頭のいい人は、どんなにやる気が起きなくても、とりあえず始めてみる。

あなたは、イマイチの人、頭のいい人、どちらの傾向が、強かったでしょうか。  
イマイチの人でも、心配はいりません。

ぜひ頭のいい人の仕事の思考・行動習慣を、おススメします。  
毎日のちょっとした心がけで、あなたは、頭のいい人に、なることができるのです。

## 頭がよくなる読書習慣のススメ 962



なんてたって、読書は、とてもいいものなのです。  
読書は、人の想像力を養い、新しい知識や着想をくれます。

今の自分では、絶対に会えないような人の話を、聞くことができます。  
それどころか、疑似的にではあるけれど、その人の人生を、体験してみることができます。

本は読めば読むほど、多様な考え方や世界観に、触れられます。  
そのため、読書を続けていると、深みと教養のある人間に、なることが可能なのです。  
このように、読書は人に、素晴らしい力を、与えることができるのです。

しかし、多くの人が、どのような読書習慣を、身につけたらいいのか、わからないでいます。  
そこで、「頭がよくなる読書習慣のススメ」を、紹介します。

- ☆必要な本は、絶対に行って読んで、大切な部分をくり返し読む。
- ☆こまめに書店に行き、世の中に吹いている風を読む。
- ☆書店でしっかり立ち読みして、買うに値する内容の本を買う。
- ☆楽な姿勢で読むから、集中でき、どんどん頭に入る。
- ☆本をノート代わりにするなどして、汚しても気にしない。
- ☆何冊も併読する。
- ☆自分とは意見を異にする、作者の本を読み、批判精神も身につける。
- ☆「名著といわれる本」でも、批判的な目で、読むことを忘れない。
- ☆「使えない本」「わかってしまった本」は、深追いせず、途中でさっさとやめてしまう。
- ☆流行の理論や新説が、解かれた本を、積極的に読むが、それに加えて「古典」を読み、そこから真理を学ぶ。

このような「頭がよくなる読書習慣」を、身につけましょう。  
読書の質が、高まることで、頭の回転が速くなり、思考力・創造力も、高まります。

**あなた自身の成長と、人間的価値が、大きくなるのです。**

# 困っている人には手を差し伸べよう 963



世の中には、困っている人が、たくさんいます。

本人だけの力では、解決できず、どうしようもないことが、あるのです。

- 親が病気で働けず、お金がないので、子どもの学校の給食費を、払えない。
- 働いていた会社が、倒産して、会社のアパートを、追い出されて、住む所がない。
- 高齢者で、歩くのが不自由なので、1人で買い物や病院に、行くことができない。
- たくさんキレイな花を、育てたのに、不況で花の多くが、売れ残ってしまった。
- 散歩をしていたら、道路の石につまずき、歩けなくなった。

このように、いろいろな理由で、困ってしまうことがあります。

**ここで、銀座まるかん創設者・斎藤一人（ひとり）さんのエピソード（姉の話）を3つ紹介します。**

一人さんが、小学校の高学年頃の話です。

「お姉ちゃん、着ない洋服、ない？」と、一人さんが、言うのです。

「あるけれど・・・。ボクちゃん、いったい、どうするの？」

私がたずねると、一人さんが、こんなことを、話してくれました。

実は家の近所に、小さな掘立小屋があって、そこには、精神障害の子どもたちが、身を寄せ合って、暮らしていました。

その子どもたちは、さまざまな事情があって、施設から、逃げてきたそうです。

みんなで壊れた電線を集めてきては、電線の周りのゴムをはがし、それを売った、わずかばかりのお金で、生活しているようでした。

高い危険なところに登って、電線を集めたり、手にケガをしながら、ゴムをはがしたり。

「本当にあの子たちは、大変なんだよ」

一人さんは、しみじみ言いました。

その子どもたちと、一人さんが、どうやって知り合いになったのかは、わかりません。

でも、その子どもたちの様子を知った、一人さんは、掘立小屋に頻繁に通っては、「食べ物あるかい？ 着るものあるかい？」と、食料や洋服を、運んでいたのです。

そして、そのやさしさは、いまでも変わりません。

先日、一人さんが、私の家に遊びに来たときに、近所を徘徊している老人がいました。

その方は、歩いているうちに、自分の家が、わからなくなってしまったようでした。

すると一人さんが、老人にかけより、何かやさしく、話しかけました。

そして、自分の車にその老人を乗せ、一緒に家を探して、送り届けていました。

また、冬の寒い日のことです。

私の家に来ていた一人さんが、帰るというので、帰りの車の中で、食べるようにと、アツアツの焼き芋を、渡したことがあります。

焼き芋を受け取ると、一人さんがスッと玄関を出て、どこかに行ってしまいました。

一人さんが、見つけたのは、家の外にいた、交通整理をしている、おじさんでした。

寒い日なので、手に息をふきかけ、震えながら仕事をしているのが、一人さんの目に入ってきたのです。

「おじさん、これポケットに、入れておきなよ」

アツアツの焼き芋を、おじさんの作業着のポケットに、そっとしのばせてきたそうです。

**このように、一人さんは、弱い立場の人や困っている人を見ると、放っておけないのです。大変な状況の中で、一生懸命生きようとしている人を見ると、黙っていられず、何か手を差し伸べようとするのです。**

**私たちも、困っている人に、気づいた時は、自分のできる範囲で、その人に手を差し伸べ、支援することが、大切なのです。**

**世の中、お互い様なのです。**

# 幸福・不幸な人の7つの行動パターン 964



幸福な人と、不幸な人には、大きな違いがあります。  
それは、基本的な人生に対する考え方や行動パターンに、違いがあるのです。

その違いのポイントとなる、7つの法則があります。  
この7つの法則について、イメージを、紹介します。

## 1 有責の法則

### (幸福な人)

自分の人生に、自分の責任で取り組み、リスクをとらないと、リターンがないと、理解した上で、失敗も自分の責任と、考えている。

その結果、周囲はつき合っているけど、いやな思いをする回数が少ないし、たとえ一緒に失敗しても、気にならない。

### (不幸な人)

とにかくリスクを、さけることばかり考え、人にリスクを、押しつけていく。  
その結果、最終的にほとんどの周りの人から、つきあいを、断られていく。

## 2 双曲の法則

### (幸福な人)

大きく見えがちで、目先の短期的な快楽や欲に、まどわされずに、長期的な目で、人生の時間や資金を、投資している。

その結果、余裕ができるため、ますます短期的な利益に、とらわれなくなる。

### (不幸な人)

とりあえず、目の前の苦しみから逃れたり、欲望を満たすために、行動してしまう。  
その結果、長期的には借金・肥満・友人関係の破壊のような不幸が、起きてしまう。

## 3 分散の法則

### (幸福な人)

幸せの根源を、単一のものに求めず、「稼ぐ」「使う」「愛する」「愛される」の循環が、構築できるように、時間を分散投資する。

その結果、特定の仕事や家庭に、しがみつくとなく、何か悪くなっても、対応ができる。

### (不幸な人)

幸せの源泉を、何か特定の1番身近なもの、たとえば、仕事とか、子どもとか、恋人などに一極集中してしまう。

その結果、環境変化が起きたり、状況が悪くなると、一気に不幸になってしまう。

#### 4 応報の法則

##### (幸福な人)

他人の悪口、非難などが、めぐりめぐって、自分への足かせになることを、理解している。その結果、ネガティブなことや批判的なことは、口にしない。

不満があるときには、問題解決につながる、建設的な批判をするよう、心がけている。

##### (不幸な人)

何か不満があると、まずは相手の欠点を見つけて、批判と非難を繰り返すことで、一時的な精神の安らぎを得る。

その結果、自分は何も変わっていないのに、自分がよくできるという自己欺瞞（ぎまん）に陥って、ますます自分を安心させるため、他人を批判するようになる。

#### 5 稼働の法則

##### (幸福な人)

とにかく、行動コストが小さく、マメに動いている。

その結果、さまざまな人との出会いが生まれ、成長の機会を、増やしている。

##### (不幸な人)

失敗を恐れて、行動しない、動かない。

人が何かをしてくれることを、期待してしまう。

その結果、自分が動くことに対するコストが、ますます高くなり、より怠惰になる。

#### 6 内容の法則

##### (幸福な人)

幸せの基準は、自分にあり、自分のなかで、喜びを感じることを、自分の持ち味・特性を生かせることを、自覚的に選択し、集中してそこを、伸ばしている。

その結果、周りの人もその人を、応援したくなる。

##### (不幸な人)

幸せの基準を、外から見える自分に、求めていて、年収や社会的立場などのランクに、とらわれてしまう。

その結果、ランク主義者しか、周りに集まらなくなる。

#### 7 利他の法則

##### (幸福な人)

自分の能力で、無理せずに力を発揮できる範囲を、わきまえたうえで、積極的に周りや社会への貢献をしている。

その結果、感謝も集まるし、自分の得意技も磨かれる。

##### (不幸な人)

どうやったら、自分の得になるかを常に考え、自分で何もかも成果を、上げられるような全能感に、とらわれている。

その結果、他の人がその人に「何かをしてあげたい」と、長期的には思わなくなる。

**このように幸福な人と、不幸な人では、考え方や行動パターンに、違いがあります。**

**そこで、まず不幸になることを、徹底的に避けるようにしましょう。**

**そして、少しずつ幸福になることを、実践していきましょう。**

**するとしだいに、幸福があなたに、近づいて来るのです。**

**7つの行動パターンを、やるかやらないかは、あなたしだいなのです。**

# 「濁音人間」には気をつけよう 965



「十人十色」「百人百様」で、いろんな性格の人がいます。その中でも対応が、かなり難しい人がいます。

そのような人は、「濁音（だくおん）人間」と、呼ばれるそうです。そこで、「濁音人間」とは、どんな人間か、紹介します。

## ☆ガツガツ人間

ご飯の食べ方が、きたない。何でも欲しがる。心が卑しい人。

## ☆グズグズ人間

何をするのも、ルーズで遅い。要領が、悪い人。

## ☆ゴロゴロ人間

職場でも家庭でも、ごろ寝が好きな、怠けぐせのついた人。

## ☆ダラダラ人間

やることが、いい加減。スピーディに、仕事ができない人。

## ☆デレデレ人間

異性に目のない、好色な人間。セクハラ常習犯の人。

## ☆ブツブツ人間

年中文句ばかり、不平不満のかたまり。欲求不満の人。

## ☆ポンポン人間

怒ってばかりいる。欠点指摘症。自己顕示欲の強い人。

## ☆ボロボロ人間

何かあると、すぐ泣き出す。弱虫・泣き虫の人。

このような「濁音人間」は、持って生まれた、性格かもしれません。しかし、そのままでは、「ダメ人間」と、思われるでしょう。

できれば自覚して、直すようにしましょう。

少し気をつければ、きっと「濁音人間」から、抜け出せることでしょう。



# 上手な遊びをする人は品がある 966



人の本当の姿は、どのような所で、見えるのでしょうか。  
それは、遊びの中で、その人の本性が、見えるのではないかと、思います。

遊ぶことの中で、自分を自由に、さらけ出すことができます。  
特に遊びの中で、お金を自分が出す場合など、自分がお客様になるので、偉くなったような気分になります。

自由気ままで、制約したりするものは、ありません。  
そこで、人によっては、威張ったり、怒ったり、命令したりなど、その人の本性が、丸見えになるのです。

ここで、京都祇園で舞子・芸妓を経験した、岩崎峰子さんの書いた本「祇園の教訓」の中に、記述してある「一流になった人のお座敷での共通点」を、紹介します。

- 第1に、どなたも腰が低く、謙虚で、苦勞された歴史を、顔に出されない。
- 第2は、相手のお客様でも、芸妓たちからでも、興味のある話を聞くと、もう少しその話を教えてと、教わり上手で、お座敷遊びを習うと、嬉しそうに楽しんでくださる。
- 第3は、一流の人になれるだけあって、義理・人情を、大切にされている。

そして、どなたも目立たないように、お洒落だ。  
服装と靴が、きちんとしている。

そのほか、お金についても、出すべきお金は出すし、ご祝儀も女将に立て替えて、みんなに渡しておくという、細やかな心づかいも、忘れない。  
「使ってやっている。つくらせてやっている。食べてやってる」という意識でなく、お席、お料理、雰囲気、サービス、会話など、目に見えるものと見えないものすべてを、楽しむ気持ちが、伝わってくる。

このように、上手な遊びをする人は、品があるのです。  
遊びの時の姿は、その人の本当の人格でも、あるのです。

**どんな遊びでも、遊び上手な人が、将来成功を手に入れる可能性が、大きいのです。**



# 「酒道5則」で酒を楽しもう 967



酒を飲むと、その人物が、よくわかると、言われます。  
酒を飲むと、気持ちが大きくなり、解放された気分になります。  
多くの人は、少し顔が赤みを帯び、楽しく明るい会話が、できるようになります。

しかし、なかには、困ったことに、酒に飲まれ、酒ぐせが悪い人もいます。  
偉そうになった気分になり、店員さんに「遅いぞ」「なにぐずぐずしているんだ」と、命令口調になる人もいます。  
急に酒の席で、ケンカになったり、酔いつぶれて、しまう人もいます。

酒での大きな問題として、翌朝まで酒が残り、飲酒運転をしてしまう、ケースもあります。  
こうなってしまうと、酒を飲むことは、大変恐いことにも、なってしまいます。  
残念なことに、酒で自分の人生の挫折を、味わう人が、多くいるのも事実です。

そこで、酒を楽しく飲むための郡山日本酒道会の「酒道5則」を紹介します。

## 第1条

**酒は楽しく飲むべきなり。**

『ほろ酔い』をもって最上とす。  
酒は酒量にあらず、酒品なり。

## 第2条

**酒に飲まるるなかれ。**

酒席にて、まわりの人を不快にするは、下道なり。  
ユーモアを、肴（さかな）に心得よ。

## 第3条

**ただ酒は遠慮すべし。**

ただ酒は、汚職（おしよく）収賄（しゅうわい）の温床なり。

## 第4条

**酒を飲むときはおおいに食すべし。**

食せずして、酒を飲むことを誇るは、決して健康な酒飲みとは言えず。

## 第5条

**適度な酒は百薬の長のみか、家庭円満、事業繁栄、長寿至福に通ず。**

自信を持って、酒道に精励（せいれい）せよ。

酒席の心得として、この「酒道5則」を、守りましょう。  
酒に溺れず、適度な酒を、楽しむようにすれば、いいこともあるのです。

**酒をよき友として、長く上手に、つき合っていきましょう。**

# 「報告・連絡・相談」を活用しよう 968



職場において、出世や成功する人がいます。  
そんな人は、仕事内容の充実だけでなく、職場におけるコミュニケーションづくりが、上手なのです。

**下手な人は、次のような失敗をします。**

- 部下が、上司に重要なことを、報告するのを、忘れていた。
- 部下が、上司に相談せずに、次の仕事の予定を、決めてしまった。
- 上司が、部下にお客からの仕事内容の変更依頼を、連絡していなかった。
- 上司が、部下に相談せずに、部下の出張を、取り消した。

このような失敗が起こると、人間関係が、悪くなります。  
上司も部下も、仕事がスムーズに、進まなくなります。

上手な人は、上司と部下とのコミュニケーションが、円滑なので、スムーズに仕事が、進むのです。

その秘訣は、上手な人は、「ホーレンソー」を、積極的に活用しているのです。

**ホーは、「報告」です。**  
**レンは、「連絡」です。**  
**ソーは、「相談」です。**

この「報告・連絡・相談」を、上手に使い分け、適切に活用することが、できるのです。

- ☆常に大切なことは、口頭や文書で、きめ細かに、報告する。
- ☆絶えず必要なことは、こまめに連絡を、取り合う。
- ☆問題等小さなことでいいので、遠慮なくすぐに、相談をする。

このことを普段から、心がけましょう。  
みんなが、同じ方向を向き、協力しながら、仕事が進むのです。  
信頼しあい、楽しく仕事が、できるのです。

**相手の立場を理解し、それが気軽にできる人は、仕事が、上手くいくのです。**  
**「報告・連絡・相談」の積み重ねが、大きな成果に、つながるのです。**



# なくてはならない水を大切にしよう 969



**なぞなぞに「切っても切っても、きれいなものはなかに」という、問題があります。答えは何だと、思いますか。**

それは、水とか空気などです。  
これらは、人間が生きるためには、なくてはならない、決して切れない関係に、あるのです。

**そこで、今回は水に関することを取り上げ、このことを、考えてみましょう。さて、人間の生活にとって、水はどんな役割を、果たしているのでしょうか。**

ちょっと考えただけでも、ご飯の準備や後片付け、洗濯、お風呂、水洗便所などが、あります。  
学校では、プールの水や給食を作るのに、たくさんの水を、使います。

田や畑の作物を、育てるためにも、水がいります。  
工場で鉄を作ったり、他の品物を作るためにも、たくさんの水を、使います。

さらに、水の役割として、とても重要なことは、人が飲むための「飲み水」が、あります。  
人間は、水を飲まないと、生きていけないのです。

**もしずっと雨が降らず、飲む水がなくなってしまうたら、多くの人が、死んでしまうのです。  
世界の中には、いまだに水不足で、苦しい思いをしている人々が、多くいます。  
日頃から、水を大切に使うことは、生きていくために、大切なことなのです。**

日本においても、雨が降らないで、ダムに水がたまらず、水量がどんどん減り続ける場合が、あります。  
そんな時は、みんなが水を、節約するようにしないと、人間が飲む水も、なくなってしまうです。

例えば、顔を洗ったり、歯を磨いたりするとき、水道の水を、出しっぱなしにしたまま使うと、30秒で約6リットルもの水を、使うことになります。  
しかし、歯磨きをするとき、コップに水を汲んで、使うようにすると0.6リットルで、流しっぱなしにして、使うときの10分の1の量で、すみます。

**このように、私たち1人1人のちょっとした心づかいで、かなりの水を、節約することが、できるのです。**

**人間になくてはならない水を、日頃から大切に、しましょう。  
蛇口をひねると、水が出ますが、この水が出なくなったら、私たちの生活は、どうなるか考えて、水を大切に使うように、したいものです。**

# 心がぽかぽかになる行動 970



心がぽかぽかと、温かく感じる事が、あります。  
そんな時は、なんだか嬉しい気持ち、いっぱいになります。

人から優しくされたりすると、心がぽかぽかになります。  
逆に、自分が人に優しくしたときも、心がぽかぽかになります。

**ここで、熊本日々新聞掲載、小学校5年生女子の「父さんの行動 心がぽかぽか」を、紹介します。**

私は、お昼のパンを、買いに行くために、父さんと妹といっしょに、車に乗って買いものに、行きました。

車に乗ってちょっと行くと、知っているおじさんと知らないお兄さんが、バイクを一生懸命に、押しているのに、気がつきました。  
お父さんが、そのことに気づいて、車を止めて、お手伝いをしに、行きました。  
私たち2人も、車から外に、出ました。

どうやら、バイクが田んぼに、落ちてしまったみたいです。  
お父さんたちは、声を合わせて、バイクを立たせて、田んぼから引き上げると、自分たちが持っているタオルで、バイクをふき始めました。  
私たち2人も、持っているタオルで、ゴシゴシとバイクを、みがきました。  
バイクがピカピカになると、お兄さんは、「ありがとうございます」と、言って帰っていきました。

お父さんも、若いころに、同じようなことが、あったそうです。  
学校の帰り道、お父さんの乗っていた、バイクのガソリンが、切れてしまって、困っていると、知らないおじさんが、自分の軽トラックで、バイクを運び、ガソリンを入れて、来てくれたそうです。

**お父さんが、何かお礼をしようとする時、そのおじさんは、「お礼なんていらぬよ。君も、ぼくと同じことをしなさい」と、言われたそうです。**

私は、心がぽかぽかに、なりました。  
こんなふうな、思いやりの心と行動が、つながって広がっていくと、いいなあと思いました。  
だから、困っている人がいたら、私も助けたいと、思います。

**お父さんをはじめ、みんなの行動は、素晴らしいと思いました。  
本当に心が、ぽかぽかになる行動です。  
これからも多くの人を助けて、思いやりの心と行動が、広がることを、願っています。**

**人の心が、ぽかぽかになる行動ができる人は、自分の心も、ぽかぽかになれるのです。  
多くの人を、ぽかぽかの心になって、欲しいものです。**

# すがすがしいスポーツマン精神 971



スポーツにおいては、勝敗が、重要です。  
選手は、優勝目指して、必死に努力します。

しかし、スポーツ選手は、勝ち負けだけを、求めているわけでは、ありません。  
スポーツを通して、スポーツマン精神を培い、人間として成長することを、願っています。

**ここで、バルセロナオリンピックの男子マラソンに出場した、谷口選手のことを、紹介します。**

谷口選手は、走り方が、決してきれいではなく、首を少し傾け、小走りで走ります。  
大会当日、男子マラソンが、スタートして、給水の地点で、他の選手から、足を踏まれて、転倒してしまいました。  
靴まで脱げて、しまったのです。

しかし、そのあと頑張って、ニコニコしながら堂々と、8位でゴールインしました。  
レース後のインタビューで、「こけちゃいましてね。後半はよく追いつけることが、できたんですが、これも運です。精一杯やりました」といって、笑みを浮かべていました。

**足を踏んだ人を、非難したり、また、途中でやる気をなくして、力を落としたり、しませんでした。**

**最期まで走り通し、8位に入賞することが、できたのです。**

**後日の新聞に、18歳の女子高校生が、「谷口選手のように、人を憎んだりしない、素直で優しい人間になりたいと、強く思った」という、投書がありました。**

スポーツは、勝つためにあると、思っている人もいる、と思いますが、世界のそれぞれの国のトップ選手の集まりの中で、優勝することは、至難の技です。  
メダルをとった人が、再レースをしても、優勝できるかどうかは、わかりません。

**谷口選手は、どんな苦しい場面でも、全力でやり通したのです。  
真のすがすがしいスポーツマン精神を、身につけた人なのです。**

**スポーツ選手は、谷口選手のように、心も体も大きく、成長してほしいものです。**



# 生きる目標は喜ばれる存在になること972



生きる目標は、どんなことでしょうか。

幸せになること、人の役に立つこと、経済的にお金持ちになること、愛する人といっしょに過ごすことなど、いろいろな考えた方が、あるでしょう。

いろいろな考え方の中の1つに、「喜ばれる存在になる」ことがあります。

人と競争したり、他人を蹴落としたりして、1番になったりすることではなく、多くの人から「喜ばれる存在になる」ことなのです。

ここで、心理学博士・教育学博士・社会学博士の小林正観（こばやしせいかん）さんの話を、紹介します。

私は30歳で、結婚をしたのですが、なかなか子どもに恵まれず、3年後、ようやく長女が誕生しました。

ところが、待ち望んだその子は、知的障害児だったのです。

染色体に異常があり、彼女の知能は、永久に発達することは、ありません。

医師からそのことを、告げられたときには、ショックで目の前が、真っ白になりました。

私はしばらく、知的障害を抱えた娘を、受け入れることが、できませんでした。

しかし、半年ほど経ったとき、「新生児の600人に1人は、障害児として生まれる」と書かれた、新聞のコラムが目にとまり、その記事を読んだ私は、こう思うようになったのです。

「他の家に生まれるより、小林家に生まれてきて、よかったね。普通に、温かく迎えてあげられるから。私は今日まで、まるで被害者になったように、思っていたけれど、娘の立場で考えれば、娘はとてもいい選択を、したと思う。きっと、彼女は、いじめられないようによい親を探して、その結果、私たち夫婦を、選んでくれたんだね」

そう思った瞬間、私は彼女を、受け入れることができました。

そして今日まで、彼女を通して、たくさんのことを、学ぶことができました。

彼女が、小学校6年生のときのことで、

運動会の徒競走が、ありました。

彼女は、普通の子どもよりも、筋力がないので、いつもビリ。

でも、その年は、足を捻挫した友だちがいたため、「もしかしたら、はじめてビリじゃなくなるかもしれない」と、妻は喜んでいました。

結果は・・・、娘はまたしても、ビリでした。

ところが妻は、残念がることもなく、それどころかニコニコと、嬉しそうでした。

娘は、捻挫をしている友だちを、気かけながら、心配そうに、振り返り振り返り、走りつづけたそうです。

足をかばいながら、走っていた友だちが、転んでしまうと、娘は友だちのところに、駆け寄り、手を引き、一緒に走り始めた、というのです。

2人の姿を見て、子どもたちも、保護者も、2人に大きな声援を、送りました。

そして、ゴールの前まで来たとき、娘は、その子の肩をぽんと押して、その子を先にゴールさせた、というのです。

娘は、「喜ばれる存在」になることの大切さを、教えてくれるために、私たち夫婦の子どもになったのだと、ハッキリと、わかりました。

# 人を楽しませたい 973



人生を楽しく生きたいと、多くの人が願います。

そのためには、どのような生きがいが、あればいいのでしょうか。

生きがいの中の1つに、「人を楽しませたい」と、願っている人もいます。

人を楽しませる職業として、落語家、俳優、漫才師、ゲーム開発者、調理人、絵本作家などいろんなジャンルがあります。

それぞれの職業で、創意工夫しながら、人を楽しませてくれるのです。

どの職業も、素晴らしい職業だなと、思います。

**ここで、アンパンマンで有名な漫画家、故やなせたかしさんの話を紹介します。**

おかげさまで、テレビアニメのアンパンマンは、長く続いています。僕はずっと、「おもしろいものを作って、見る人を喜ばせよう」という気持ちで、やってきました。

その結果、アンパンマンのキャラクターは、どんどん増えて、ついには2000を突破。ギネスにも、認定されました。

このキャラクターたちが今、僕を食べさせてくれています。

まさに、自分の好きなことで、人を喜ばせようという一心で、続けたことで、僕は食べているのです。

僕には今、アンパンマンのおかげで、大きな収入があります。

そのお金で、僕は故郷の高知県に、「アンパンマンミュージアム」を作り、その隣に、「詩とメルヘン絵本館」も建てました。

維持費の一部も、僕が払っています。

そういえば先日、ホテルで僕の誕生日会をしました。

これも費用は僕持ち。

出席者に楽しんでもらおうと、趣向を凝らしていたら、予定をはるかに超え、3000万円使いました。

僕は、自分のためのお金は、食べる分と、スタッフへのお給料があればいいと、思っているんです。

僕のお金で、楽しんでくれる人がいる。

僕がお金を使えば、喜ぶ人がいる。

それは、僕にとっても、大きな喜びです。

100億円あっても、使わずにいたら、それはないのと同じ。

でもそのお金で、パーティーをすれば、ホテルがもうかり、ホテルの従業員が喜ぶます。

そうすると僕も嬉しいし、もうかった人が、お金を使えば、また誰かが喜ぶ。

そうして経済が回っていけば、景気がよくなり、喜ぶ人も増えるんです。

ただし、借金はだめ。

お金がなければ、ないなりに喜ばせるんです。

お金というのは、あればあるなり、なければないなり。

お金がある人は、1億円で苦労して、ない人は、100円で苦労する。

その代わりに、100円の幸福も、味わえます。

人生はそれなりに、おもしろいものです。

人生は、思い通りにならないこともありますが、僕は最期まで、楽しく生きたい。

だから他人を、楽しませることだけを、考えていきたいです。

**やなせたかしさんの人生は、他人を楽しませることだけを考え、最期まで楽しく生き、幸せな人生だったと、感心するばかりです。**

**現在でもアンパンマンなど、多数の作品が存在し、多くの人を、楽しませ続けているのです。**

**人は誰でも、他人を楽しませるために、生まれてきたのかもしれない。**

## 自分が明るくなれば周りも明るくなる 974



**「夫が、いつも暗い顔をしている、楽しそうじゃない。夫を明るく楽しい人にしたい。どうしたらいいか、ずっと悩んでいる」という、主婦がいました。**

その主婦は、問題を抱えているものの、本人自身が、ほとんど笑顔にならないのです。もちろんジョークを、飛ばしたりもしないのです。

いつも暗い顔を、しているのです。  
おそらく、いつも夫のことを考えると、明るい気分や顔に、ならないのでしょう。

ところが、主婦はある時に、その夫が、明るい主婦たちに囲まれて、とても楽しそうにしている姿を、目にしました。  
そして、主婦たちから「明るくて楽しい人。笑顔がステキよね」と、人気だったのです。

**主婦は、ハッとあることが、わかりました。  
結局は夫を、不機嫌にしたり、イライラさせていたりしているのが、夫を明るく楽しくさせたいと、思っている自分自身のせいなのだ。  
自分が、夫を暗い顔にし、イライラさせていたのだ。**

つまり、自分がどのように生きるか、ということに徹すれば、いいのです。  
夫が、どういう機嫌で、生きているか、ということについては、考えなくていいのです。

結局、自分が楽しそうじゃないから、夫も楽しそうでないのです。  
自分に笑顔がないから、夫にも笑顔がないのです。

**その後主婦は、自分自身が明るく笑顔で、夫といっしょに過ごすように、努めました。  
しだいに夫にも、笑顔と明るさが、戻ってきたのです。**

**明るさを、相手に求めるのを、止めましょう。  
自分が、明るくなりさえすれば、周りも、明るくなるのです。**



# 真の夢を叶える先人たちの言葉 975



歴史を作ってきた、先人たちの言葉には、魂が、込められています。  
言葉が、人々に力と勇気を、与えてくれるのです。

ここで、9人の先人たちの名言を、紹介します。

有限の落胆は、受け入れなければならないが、無限の希望を失ってはいけない。  
マーティン・ルーサー・キング・ジュニア（黒人公民権運動の指導者）

今日が、人生最後の日だったら、今日やろうとしていることを、やりたいだろうか？  
スティーブ・ジョブズ（元アップルCEO）

私は、失敗は、受け入れられるが、挑戦しないことは、受け入れられない。  
マイケル・ジョーダン（元プロバスケットボール選手）

忘れてはいけない。  
幸せは、あなたが何者であるか、あるいは、何を持っているかによって、決まるのではない。  
何を考えるかによって、決まるのだ。  
デール・カーネギー（作家）

未来を予見したいなら、自分で創り出すにかぎる。  
ピーター・ドラッカー（経営学者）

成功者になろうとするよりも、価値のある人に、なるようにしなさい。  
アルベルト・アインシュタイン（理論物理学者）

成功は、幸福のカギではない。  
幸福が、成功のカギなのだ。  
自分のやっていることが、好きなら、成功するだろう。  
アルベルト・シュバイツァー（医師・伝道師）

あなたができることを、あなたが持っているもので、あなたのいるところで、やりなさい。  
セオドア・ルーズベルト（アメリカ合衆国第26代大統領）

できないと感じたら、過去の成功のことを、考えよう。  
自分が、取るに足らないと感じたら、自分の目標を、思いだそう。  
今日は、私は自分の感情を、コントロールしよう。  
オグ・マンディーノ（作家）

これらの言葉は、私たちの潜在意識に、深く浸透します。  
幸せを育み、真の夢を叶える可能性を、高めてくれるのです。

# 朝は脳のゴールデンタイム 976



朝起きて、慌てて朝食を食べ、何とか会社等に、間に合うように、家を出る人がいます。そんな人は、ソワソワしながら急ぎ足で、会社を目指し、ぎりぎりですぐに合います。朝からバタバタする人に限って、朝から集中して、仕事をするのが、難しいのです。朝早く起きて、散歩したり、新聞を見たりなど、自由な時間を、持っている人がいます。ゆっくりと楽しみながら、朝食を食べ、ゆとりを持って、家を出ます。

そんな人は、会社に行くまでの間に、自然を観察したり、出会った人と話したり、周りの環境の変化に気づいたりなど、楽しみながら会社に向かい、余裕を持って、会社に着きます。

そんなゆとりがある人は、朝から集中して、仕事をするのが、できるのです。

**このように、朝の時間の持ち方で、人生が大きく、違ってきます。**

**脳科学的には、脳が最も効率よく働くのは、朝目覚めてからの3時間と、いられています。この朝の脳のゴールデンタイムを、どのように過ごすかが、大切なのです。**

睡眠後の朝一番の脳は、入手した記憶が、1度きれいにリセットされ、新しい情報を受け入れる態勢が、整っています。

前日の疲労やストレスが、きれいにクリーニングされて、生産性が、高くなっています。いわば、やる気に満ちあふれた状態です。

だからこそ、朝は、リフレッシュな気持ちで、物事に打ち込めるのです。

朝から好スタートを切れると、家事や仕事、勉強の効率を、何倍もアップさせることが、可能になります。

**そのためには、1つめに「行動」を、起こしましょう。**

これまで起こさなかった、行動を起こすことで、偶然の幸運や出会いに、恵まれる機会が、圧倒的に増えるでしょう。

朝早起きをして、朝になにかを、始めるのも、行動の1つです。

**2つめは、「気づき」しましょう。**

自分の身の回りで、起こっていることや、心の中で感じていることを、よく観察しましょう。

また、普段から本や新聞を読んだり、自分で考えたりするなど、日頃の準備も必要です。

**最期の3つめは、「受容」しましょう。**

新しい出会いがあったり、意外な出来事が、起こったりしたとき、目を向けましょう。

そして、「ちょっと待てよ」と、柔軟に受け入れましょう。

**このように、朝の脳のゴールデンタイムを利用して、前向きでポジティブな脳を、作りましょう。**

**思いがけない、出会いや気づきが、生まれる可能性が、高くなります。**

**その結果、「偶然」を「幸運」に、結びつけることが、できるのです。**

**幸せを引き寄せる脳に、変えることが、できるのです。**

# わだかまりは今日中に解決しよう 977



人と人との、日常生活や仕事などの、人間関係において、心の中に「わだかまり」が、残る場合があります。

「わだかまり」とは、心の中に解消されないで、残っている不信や疑念・不満などです。そのために、すっきりとしない気持ちが続き、気持ちが晴れません。

- 友だちとケンカを、してしまった。
- 職場の同僚と、意見が対立して、おさまりが、つかなかった。
- 夫婦で子どもへ指導のことで、話し合ったが、考えがまとまらなかった。
- 知り合いに、悩みを相談したが、相手にしてくれなかった。

このような場合は、嫌な気持ちが、残ったままで、暗い気持ちになります。おそらくわだかまりを、明日に持ち越しても、わだかまりは、なかなか消えません。

**そうであれば、今日中に努力を続け、わだかまりを、解決できれば、気持ちも晴れるのでは、ないでしょうか。**  
**本人同士の姿勢で、たいていのことは、解決できるのです。**

例えば、どんなに仲のよい夫婦でも、長い間には意見が対立したり、おもしろくない感情をいだきあうことがないとは、いいきれません。

そんな時、おもしろくない感情を、そのままにして、背中を向け合っていては、互いに明日という日も、不快な気持ちで、迎えなければなりません。

そんな時には、向かい合って、トコトンまで話し合うなり、互いに反省したりして、その日のうちに、理解し合い、明日という日を、清々しい気分で、迎えるようにしましょう。これが円満な家庭を、築いていくうえに、何よりも大切なことです。

**いろいろな場合に、心の中にわだかまりが、残った時は、すぐにわだかまりを、解決するための努力を、誠実にしましょう。**

**そして、今日中に解決できれば、明日はスッキリとした気分になれます。**

**すぐに解決しようとする人物は、優れた人物なのです。**



# 困難に毅然と耐え抜く「四耐四不訣」 978



松は、枝ぶりは見事でも、割合弱く雪が積もると、折れてしまいます。パキーンと大きな音を立てて、落ちてくる松の枝を、見たことがある方もいると思います。金沢の兼六園では、枝が折れないよう、縄で吊（つる）して、それが冬の風物詩にもなっています。

ちなみに竹は、細くとも大変強く、雪が積もると、すうっと曲がるけれども、雪が落ちるとまた元に戻ります。

竹は折れずに、伏すといいますが、やはり見てくれの強さよりも、困難に耐え、忍ぶ強さこそが、真の強さといえるのです。

**人も竹のように、つまらないことに腹を立てず、ものごとが上手く運んでも、調子に乗らず、よけいな競争をせず、かといって何でも言いなりにならないように、なりたいものです。**

**忍ぶ強さを身につけ、困難にも毅然と耐え抜く、本当の強さを、身につけたいものです。**

清代末期の政治家・曾國藩（そうこくはん）が、四耐四不訣（したいしふけつ）という言葉を残しています。

曾国藩は、単なる地方の名士（郷紳）であり、清国に於いては、非支配者層であったため、決してエリートでは、ありませんでした。

しかし、郷勇という民兵組織を募り、後の湘軍を結成、清国本軍（八旗）が大苦戦する中、太平天国の乱の鎮圧に、努めました。

また、戦いの中で、部下の李鴻章を、大軍を預ける將軍まで育成し、挟撃して太平天国軍を鎮圧させています。

四耐四不訣とは、事を成すために、耐えるべき4つの事、してはいけない事4つを、述べた戒めの言葉です。

## 四耐とは…

耐冷（冷に耐え-孤独や周囲の冷たさに耐え）

耐苦（苦に耐え-苦しさに耐え）

耐煩（煩に耐え-忙しさ、わずらわしさの連続に耐え）

耐閑（閑に耐え-閑職に追われた場合も、それに耐え）

## 四不とは…

不激（激せず-つまらないことに、腹を立てず）

不躁（躁がず：さわがず-うまくいったからといって、はしゃがず）

不競（競わず-無駄な喧嘩をせず）

不随（随わず：したがわず-何でも言いなりにならず）

四耐四不訣は、多様な価値観やあらゆる情報に溢れた、現代に於いても、重要な指針であり、自らのアイデンティティを確立させ、自律のための戒めとなる、言葉だと思えます。

**どんな苦難苦業があっても、四耐四不訣の言葉を胸に、真摯に向き合ひましょう。**

**この言葉を心得て、やっていれば、大業・大成することも、できるでしょう。**

# 願う言葉を繰り返し唱えよう 979



いつも笑顔の自分でありたいと、強く願っているとします。  
心に中で、願っていても、実際なかなか笑顔に、なれないかもしれません。

そんな時には、どうしたら本当に、いつも笑顔の自分で、いられるのでしょうか。  
魂を磨き、成長させるうえで、最も実行しやすい方法の1つが、言葉の力を、活用することです。

すべての言葉には、力があります。  
いい言葉には、いい力が、宿っているのです。  
「こうなりたい」と、自分が願っている事柄を、簡単な1つの単語で、繰り返し唱えましょう。

## ☆いつも笑顔になりたかったら

「笑顔、笑顔、笑顔、笑顔、笑顔、・・・・・・・・・・」と、繰り返し唱えましょう。  
そして、日頃から口ぐせにすると、いいでしょう。  
また、暗い顔になるような事柄に、ぶつかった時に、おまじないのように、唱えるのもいいでしょう。  
自分にあったやり方を、工夫してみてください。

他にもいくつか、紹介します。

## ☆いい機会を生かしたかったら

「チャンス、チャンス、チャンス、チャンス、チャンス、・・・・・・・・・・」

## ☆恐れがあつて躊躇するとき

「勇気、勇気、勇気、勇気、勇気、・・・・・・・・・・」

## ☆1歩を踏み出したいとき

「行動、行動、行動、行動、行動、・・・・・・・・・・」

## ☆不安な気持ちを落ち着けたいとき

「大丈夫、大丈夫、大丈夫、大丈夫、大丈夫、・・・・・・・・・・」

## ☆上がり症を克服したいとき

「冷静、冷静、冷静、冷静、冷静、・・・・・・・・・・」

このように、よい波動の願う言葉が、口ぐせになると、願いが叶うようになります。  
だんだんと、人間的な魅力が、増してきます。

**ぜひ、自分の成長を、楽しみながら、実践していただければと、思います。**

# あなたの才能の生かし方 980



人生には、さまざまな生き方が、あります。  
それなのに、多くの人は、たまたま与えられたものの中でしか、生きていません。  
それをたとえるなら、「定食的」な生き方です。

もっと自由な選択を、してもいいのでは、ないでしょうか。  
自分の食べたいものを選ぶには、いろいろなお店で、いろいろなものを食べ、広い選択肢を知るとともに、自分の好みを、知る必要があります。  
なにを食べるかに、たとえましたが、人生も同じです。  
ほとんどの人は、どんなことをして、生きるのかの、潤沢な選択肢を、持っていません。  
人は、自分にどんな才能があるのか、よく知らないのです。  
人は、自分にその才能を、どんな方法で、人の役に立たせるのか、よく知らないのです。

そこで、人にはどんな特徴的な才能があるのか、そして、それをどんな方法で、役に立てられるのかについて、紹介します。

## あなたの才能は？

- ☆ **ヒーロー**（人に希望を与える、平和を願う）
- ☆ **サポーター**（人の助けをする、人に相談する）
- ☆ **リーダー**（人を導く、人をまとめる）
- ☆ **哲学者**（人生の知恵を探求する、新しい視点を、見つける）
- ☆ **エンターテイナー**（人を楽しませる、人の心を、自由にさせる）
- ☆ **変革者**（世の中の常識を変える、古きを壊し、新しい世界を、生み出す）
- ☆ **アーティスト**（常識を越えたものを作る、自分らしさを表現する）
- ☆ **クリエイター**（新しい発想を、生み出す、新しいものを、創造する）
- ☆ **開拓者**（新しい分野を見つけ、切り開く、拡大拡張をもたらす）
- ☆ **教育者**（知恵がある、人の才能を引き出す）
- ☆ **管理者**（物事をしっかり管理する、安定バランスを、もたらす）
- ☆ **ヒーラー**（人の心と体を癒す、人を励ましたり、安心させる）

## どんな方法で、人の役に立つ？

- ★アイデアを出す
- ★サポートする
- ★まとめる（調整する）
- ★作る
- ★整理する
- ★プロデュースする
- ★情報を提供する
- ★売る
- ★教える
- ★元気づける
- ★問題解決する
- ★仲介する

ここでは、一般的な才能と、生かし方を、12種類紹介しました。  
自分の才能はどれか、どんなふうに、生かしたいかを、選んでみて下さい。  
複数選んでみても、いいのです。

これからの人生は、積極的に才能を開発して、多様な方法で、人の役に立ちましょう。  
人生にも、才能にも、定食のように、決まり切ったメニューは、いつさいないのです。  
**可能性は、無限大に広がって、いるのです。**

## 誹謗中傷は人の心を追いつめる 981



以前テレビで、女子プロレスラーが、亡くなったことを、知りました。  
なんと22歳という、若さでした。

テレビからの情報によると、SNSによる誹謗中傷を受け、悩んでいた、とのことでした。  
匿名による書き込みは、現在無法地帯と、化しています。

**本来なら、自分の発する言葉には、責任を伴います。  
それをくぐり抜けるのが、SNSの匿名による、書き込みなのです。**

**誰かが「言語もウイルスだ」と、言っていましたが、悪い言葉は、人によって、瞬く間に世界中に、拡散していきます。  
匿名の誹謗中傷は、繰り返され、しだいに人の心を、追いつめていくのです。**

匿名による、無責任な言葉の書き込みが、ウイルスになり、ターゲットになった人が、そのウイルスを浴びてしまい、命を絶ったとしたら、悲しい限りです。  
SNSによる、匿名の誹謗中傷は、決してしてはならない、ことなのです。

アカウントを削除しても、辛辣な書き込みをしたという事実は、自分の中から、消えることは、ありません。  
今までに、やったことがある人は、これから絶対・絶対・絶対に、しないようにしましょう。

**本来の言葉の役割は、誰かを救うことに、あるのです。  
そして、不正と戦う武器になり、悲しみを癒（いや）す光にも、なるのです。**

**言葉本来の力を使って、人を救う光として、生かしていきましょう。  
言葉で人の心に、明るい希望の光を、灯していきたいものです。**



# ストレス解消法を見つけよう 982



上司に文句を言われたり、仕事が思うように、進まなかったり、恋人とケンカしたり、急に楽しみにしていた、友だちとの旅行が、キャンセルになったりなどすることが、あるでしょう。

そんな時に、イライラが増し、ストレスが、たまります。

**ストレスが、たまったままでは、心にとっても体にとっても、いいことはありません。**

**そんな時は、自分にあったストレス解消法で、早く心を、落ち着かせましょう。**

**ストレスを上手に、解消できる人は、自分を上手く、コントロールできる人なのです。**

**ここで、熊本日々新聞掲載、小学5年（女子）の「心落ち着かせる私のやり方」を紹介し  
ます。**

私は、生活の中でイライラすることがあります。

例えば、親から何回も同じことを言われた時や、これからやろうとしている時に「○○せんね」と言われる時に、イラッとします。

そんな時の私のイライラの解消法は、二つあります。

一つ目は、ぬいぐるみやクッションを、思いっきりたたく方法です。

そうすると、たたいた瞬間は何もかも忘れられて、気持ちがとても楽になります。

二つ目は、身の回りにあるいらぬ白紙に、えんぴつで何でもいから、描く方法です。

そうすると、手も自由に動かして、描いている間は、心も体もとっても気持ちがよくなります。

私の場合、少ししんが濃いえんぴつで、ぐちゃぐちゃと描くと、心が落ち着きます。

みなさんも、イライラすることは、たくさんあると思います。

そんな時は、自分が、心が落ち着く、心がスッキリするストレス解消法を考えると、いいと思います。

イラッとした時やストレスがたまった時は、自分のやり方を試して、心を落ち着かせるといいですよ。

この女子は、イライラした時に、二つのストレス解消法で、上手に気持ちを、落ち着かせています。

ストレス解消法が、自分にとっても、合っているのだと思います。

自分のことが、よくわかっていて、素晴らしいと感じました。

できれば親から注意を受けないように、先に行動するといいでしょう。

**イライラした時は、素早くストレスを、解消できれば、最高です。**

**ストレス解消法として、大声で叫ぶ、体操・ストレッチなど体を動かす、好きなことをする、美味し物を食べる、友だちに話を聞いてもらう、好きな本を読む、早く寝る、買いものに出かける、深呼吸する、休憩する、お酒を飲む、今していることに集中する、などいろいろあります。**

**自分にあった、ストレス解消法を見つけ、実践しましょう。**

**ストレスと上手に、つき合っていきたいものです。**

# 耳学問を実践しよう 983



同じような仕事や生活を、続けていると、創造力がなくなってきました。  
毎日がマンネリ化して、刺激がなくなってくるのです。

日常の業務に追われ、読むと言え、週刊誌ぐらいの毎日。  
アウトプットだけで、インプットが絶対的に、不足してきます。

これを防ぐには、もちろん専門の書物をひもといたり、自分なりの情報収集を工夫したりするのが、1番よいでしょうが、忙しい仕事を抱えている身として、毎日この努力を続けるのは、並大抵のことではありません。

そこで、耳学問という方法を、おすすめします。  
字を眺めたりして知識、教養を身につけるのではなく、自分の周囲にいる人物から、話を聞くことによって、自分のものとするわけです。

- ☆上司から、仕事上の貴重な経験を聞く
- ☆同僚から、新鮮なアイデアの情報を聞く
- ☆友だちから、現在流行している言葉を聞く
- ☆妻から、今読んでいる本の内容で、役に立ちそうなことを聞く
- ☆テレビの討論会を見て、知らなかった、たくさんの解決方法を聞く
- ☆飲み会に参加して、いろんな違った職種の人の苦労話を聞く

話を聞くだけでは、受け売りだと思いかも知れませんが、これも立派な勉強の一つなのです。

いつでもどこでもどんな時でも、気軽に耳学問が、実践できるのです。

一国の運命を預かる首相、日本株式会社の領袖である財界首脳たち、その他諸々の成功者たちは、皆一律に耳学問を、実践しています。

一個人では、とても収集しきれない知識の量も、耳学問ですと、すんなりおさまってしまうのです。

要は、他人に学ぶ心が、大切なのです。  
勉強するヒマもないとぼやく人たちは、学ぶ心のなさを、方法論的な戸惑いに、転嫁しているだけなのです。

情報化社会という言葉が、当たり前になってしまった今日、他人を自分の環の中に入れた上で、知識等の収集を図ることが、大事なのです。



# 井戸端会議でコミュニケーションを 984



豊かな生活は、楽しめるようになってきましたが、ますます近所づきあいは、薄くなりました。

家庭においても、核家族化して、親子のきずなさえ、途絶えがちです。

人生の3分の1の時間を占める、職場の中でも、気持ちのゆとりがなく、コミュニケーションをする場がない、状況にあります。

職場は、もちろん仕事をするところですが、その仕事も社員同士の意思疎通が、スムーズにっていないと、上手くいきません。

**「井戸端会議」という、言葉があります。**

**昔は文字通り、下町にいけば、どこの長屋にも、そこで生活する人たち共有の炊事・洗濯のための井戸が、一つはあったものです。**

そこで、お昼前となれば、おかみさんたちが、三々五々洗濯物を抱えて集合、井戸の周りのそれぞれの指定席に陣取って、子どもの病気や自慢話、亭主のノロケともグチともつかぬ話、はてはしゅうとめさんの陰口など、いいたい放題、ワイワイ、ガヤガヤ。それでも洗う手を休めずに、一緒に笑ったり、泣いたり、わめいたり。

ここがおかみさんたちにとって、数少ない情報交換の場であり、日頃のうっぷんのはけ口だったのです。

ところで、現代はどうでしょうか。

井戸が、便利な水道に変わり、パイプの通りが、よくなった分だけ、人の心や気持ちの通じ合いが、欠けてきたのでは、ないでしょうか。

**家庭・地域・職場などにおいて、井戸端会議をしましょう。**

☆いっしょに、話をしながら、食事をする

☆コーヒーやお茶を飲みながら、話をする

☆職場の帰りに、居酒屋に寄って、仲間とビールを飲み、語り合う

☆休憩中に、お菓子をつまみながら、話をする

☆メール・ライン等で、楽しいことの情報交換をする

☆いっしょに、楽しい遊びをしながら、話をする

☆廊下で出会ったときに、立ち止まって、話をする

このように、お互いに、楽しく語り合える場や時を設け、コミュニケーションに、心がけるようにしましょう。

**いっしょに、心から楽しく話せることは、心が通じ合える、ということなのです。**

**自分にとっても、みんなにとっても、素晴らしいことなのです。**

## 報告では善後策も伝えよう 985



部下が上司に、仕事のことで、報告する時があります。  
報告しやすいのは、結果がいい時です。

結果が良ければ、上司が喜ぶので、報告しやすいのです。  
仕事が順調に、進んでいるので、問題や課題はないのです。  
報告しにくいのは、結果が悪い時です。  
仕事が上手く、進んでいないので、問題や課題が多いのです。

悪い結果であれば、上司から怒られたり、注意を受ける可能性があります。  
そんな時は、上司にわざと報告しなかったり、しかたなく悪い結果だけを、一部報告したりします。  
部下がこのような態度では、課題解決できなくて、立派な仕事ができるはずがありません。

**「不可能という語は、わが辞書になし」と、豪語したナポレオンは、我々が日常仕事をし  
ていく上にも、役立つエピソードを、残しています。**

戦いに勝った報告が、次々に伝令によってもたらされ、そのたびごとに、起こされたナポレオンは、顔を真っ赤にして、怒鳴ったそうです。

**「勝った報告は、いちいちしないでよい！ 不利な報告をしろ！」**

ナポレオンの命令は、全軍に渡り、そして、それからは自軍にとって、不利な状況報告だけが、彼の下に集まってくるようになりました。  
幾度か伝令の声を聞くにつれ、またもや烈火の如く怒り出し、そしてこう言ったという。

**「負けた、負けたといって、一体俺に何をしろというのか！ 俺一人で何ができる！ 各将校どもは、そのときどう対処したのか、これから打つ手は、どんな方法なのか、その処置、対策をもって、判断を仰ぎに来い！」**

社内における報告も、成功とか勝ったとかのいい結果ならともかく、失敗した、売り上げダウン、目標達成できずといったことは、報告だけすればよい、というものではありません。

当事者、現場の人間として、自分なり担当部署なりの善後策を練ってから、報告すべきでしょう。

さらに、形成立て直しが可能であれば、常に上司と相談し、アドバイスを得て、最善の対処をするよう、心がけるべきです。

**大切なのは、自分がどれだけ仕事に必死になり、主体的に関わっているか、ということです。**

**悪い報告では、善後策も必ず、伝えるようにしましょう。**

**決して、人ごとみたいに、対岸の火事を、報告するようなことがないよう、十分注意していきましょう。**

# 何気ない親切が心に染みる 986



ちょっとした何気ない人の親切が、ふと心に、染めることがあります。人は親切にされると、心がぼかぼかで、気持ち良くなります。自分を大切にしてくれたことに、喜びと嬉しさで、いっぱいになります。相手に対して、強く感謝の念が、湧き起こるのです。

**【親切の語源・由来】を、紹介します。**

**「切」は刃物をじかに当てるように「身近である」「行き届く」という意味があります。つまり、身近に寄り添い、行き届くようにすることが、「親切」の意味なのです。**

**ここで、銀行での親切な出来事を、紹介します。**

ある銀行の窓口で、中年の女性が「満期がきているのに、おたくの行員は、誰も来てくれないし、知らせてもくれない。預かる時だけ一生懸命で、あとは知らんぷりでは、もう預ける気にならない」と言って、大変な剣幕で、300万円の定期預金の解約を、申し出ました。

対応に当たった窓口嬢は、丁重にわびた後、後方の事務員に「できるだけ急いで下さい」と声をかけて、解約の手続きを、頼みました。ほどなく現金が出納の窓口から、払い出されましたが、ちょうどその時、あやしかった空から、大粒の雨が降り出し、その中年の女性は、傘を持っていなかった上に、子どもを連れていたので、出るに出られず、困った顔つきをしていました。

窓口嬢は、それを見て、自分のロッカーへ走り、自分の置き傘を取り出すと、ロビーへかけ出し、その女性に使うできるように、申し出たのです。彼女のその時の態度は、本当に心から同情しての好意からのものであることは、よく汲みとれました。中年の女性は、さっきまでのすさまじい剣幕とは、打って変わって、本当に嬉しそうに傘を借りて、帰っていきました。

それからしばらくして、支店長のところへ、電話がありました。さっきの中年の女性からです。金輪際おたくへは、預金をすまいと思ったけれど、窓口の若い女性の気づかいに、心をうごかされた。また再度預金をすることにしたので、誰か来て欲しいとのことでした。

**窓口嬢の心のこもった親切心が、彼女の心に、染みたのです。そして、態度を軟化させたのです。**

**これは何も、ビジネスに限りません。**

**人のちょっとした、何気ない親切が、人の心に、染みこむのです。そのことが、相手の心を、開くきっかけにもなるのです。**

# サラリーマンの悲哀や戸惑いを感じよう

## 987



サラリーマンは、生きるのに大変なんです。  
朝から晩まで、上司に怒られながら、必死で働きます。  
クタクタになり、家庭に帰れば、妻や子どもたちが、あまり相手をしてくれません。  
平社員から、なかなか昇格しないので、いろんな人から、バカにされがちです。  
楽しみの給料日も、持って帰れば、妻から「給料、こんなに少ないの」と言われます。

こんなサラリーマンなら、可愛そうで、同情の限りです。  
ここで、サラリーマン川柳ベスト10（第一生命保険発表）を紹介します。

- 1位 **我が家では 最強スクラム 妻・娘**
- 2位 **パプリカを 食べない我が子が 踊ってる**
- 3位 **話聞け！ スマホいじるな！ 「メモですが」**
- 4位 **おじさんは スマホ使えず キャッシュです**
- 5位 **たばこ辞め それでも妻に 煙たがれ**
- 6位 **足りないの？ そもそも無いのよ 2000万**
- 7位 **登録が ストレスだらけの キャッシュレス**
- 8位 **ジジババも 子育て参加 ワンチーム**
- 9位 **ギガバイト 時給いくらか 孫に聞く**
- 10位 **「早う、帰れ！」 言ってる上司が 帰らない**

首位は、ラグビー・ワールドカップになぞらえて、50代男性が、家庭の悲哀を読んだ「我が家では 最強スクラム 妻・娘」でした。

普及が進む、キャッシュレス決済への困惑を表現したのは「おじさん スマホ使えず キャッシュです」（4位）と、「登録が ストレスだらけの キャッシュレス」（7位）でした。

5位の「たばこ辞め それでも妻に 煙たがれ」は、一念発起して、たばこを断ったものの、妻の共感を得られない、寂しさを嘆いています。

さて、サラリーマンの悲哀や戸惑いを、感じていただけたでしょうか。

実際は、こんなサラリーマンばかりでは、ないでしょう。

多くのサラリーマンは、仕事で自分の力を発揮して、家庭円満で頑張っているのです。  
サラリーマンの皆様、これからも体に気をつけて、楽しくお過ごし下さい。

## 相手の立場に立とう 988



相手の立場に立って、相手の気持ちを理解し、行動することは、大切なことです。デパートやスーパーなどでは、お客様あつての商売なのです。だからお客様に、失礼のないよう、お客様の立場に立って考え、精一杯のサービスを、提供しているのです。

しかし、多くの人が、「相手の立場に立つ」という言葉を使いますが、この真意を理解している人は、少ないようです。

英語に、understandという単語が、あります。  
アンダー（下）スタンド（立つ）、つまり相手の立っている下について「理解する」という意味にとれます。

また「相手の靴をはく」という言葉も、あります。  
相手の靴をはくためには、自分の靴をぬがねばなりませんし、自分とは、サイズもスタイルも好みも、違います。  
それをあえて、はくということが、相手の立場に立つ、ということです。

よい小学校を見分けるには、先生たちが子どものために、書く張り紙の位置を見ると、いいでしょう。  
「なかよくあそぼう」「きれいにせいとん」など、教室の壁の中央にあるのは、参観日の親のためです。  
子どもたちのためには、目線がずっと低い靴箱、掃除道具の位置に、貼ってあるのです。

私たちは、電話でよく朝一番で、伺いますといいます。  
そして訪問は、10時半頃します。  
それはこちらの立場であつて、相手は9時から、訪問を待っているのです。

お客様が「高いな」と言う。  
「いえ高くありません」と応える。  
「遠いね」「いえ遠くありません」こんな応報話を交わすのは、まだ自分の靴を、はいたままだということです。

どんな時も、相手の立場に、立ちましょう。  
相手の立場に立てば、見えなかったことが、たくさん見えるように、なるのです。



## 好印象を与えるための自己点検 989



相手に好印象を与えることは、とても大切なことです。  
好印象を与えると、相手から喜ばれ、仕事など上手くいく場合が、多いのです。

それでは、まず自己点検を、してみましょう。

- 髪は、清潔ですか。
- お化粧の感じは、いいですか。
- 服装のセンスは、いいですか。
- 手の爪は、きれいですか。
- 靴と靴下のバランスは、いいですか。

さて、総合点は、百点満点中何点でしたか。  
全体的に清潔感を感じ、明るいセンスある印象を、与えているなら合格です。

**姿、形だけが大事というわけでは、もちろんありません。**  
**ほほえみ、親切、エチケット、マナー、明るい応答、ミスのないしっかりした仕事など、**  
**どれも好印象を、相手に与えます。**

中でも明るい対応は、周りの人々に、何かハツラツとした、素晴らしい影響を、与えます。  
働きやすい、楽しい環境の中において、毎日の仕事ができるように、心がけたいものです。

とくにお客様に、与える印象は、大切です。  
よく受付嬢を見れば、その会社がわかるとありますが、企業は人なりです。  
絶えずお客様の目に、さらされていて、会社全体が、判断されているのです。

**自分だけの満足で、終わっているかもしれません。**  
**周りに不快な気持ちを与えてないか、好印象を与えているか、ときどき自己点検をしまし**  
**よう。**

**あなたの好印象が、周りの人や会社全体に、広がっているのです。**  
**大海よりも、なお壮大なものは、大空です。**  
**大空より、なお壮大なものは、人心なのです。**



# 心をここに置き今を大切に 990



あなたは、あなたがやっていることに、心を集中していますか。  
今を大切に、過ごしていますか。

**孔子の言葉に「心ここに在らざれば、視れども見えず、聴けども聴けず、食えどもその味を知らず」というのがあります。  
ふだんの生活における、心の置き場所、あり場所について、言った言葉です。**

つまり、気持ちを今現在に、集中させなければ、何も見えないし、聞こえないし、わからないのだという意味です。  
常に他のものごとに、心がいつているようでは、駄目だと孔子は、教えているのです。

この言葉を、仕事に当てはめてみると、現在に神経を集中していなければ、ミスを招いたり、無駄な手数を、かけてしまいます。  
人生にあてはめてみれば、いいかげんな生き方しかできないし、対人関係の上でも、信頼を失ってしまいます。

自分の胸に、手を当てて、よく考えてみて下さい。  
きつと思いが当たる、ふしもあるかと思えます。

どうも気が乗らない、仕事に身が入らない、という時に限って、大ポカを演じたりしているはず。  
これこそ、心ここに在らずの精神状態に、なっているのです。

**人と話をする時、視る時、食べる時、学ぶ時、遊ぶ時、どんな場合でも、現在に心を集中させて、真剣に取り組みましょう。  
心をここに置き、今を大切にすることが、仕事でも人生でも、必要なのです。**

**その姿勢こそが、人生の勝利を得、仕事の成功を勝ち取る、最大の秘訣なのです。**



# 学校の教えを生きる力に 991



人は、小学校、中学校、高等学校、大学などの学校を、経験しています。学校においては、学習の学び、部活動の学び、友だち同士の学び、先生からの学びなどがあります。

**それに多くの人は、意識してないかも知れませんが、学校の教えがあるのです。**

**例えば、校訓、学校目標、学級目標、目指す児童・生徒像、教育スローガン、校歌、学校の決まりなどです。**

これらの学校の教えが、気づかないうちに多くの人に、無意識的に浸透しているのです。自分は、そんな教えなんか、知らないと言う人でも、昔の同級生と話をする、気がつく人もいるかも知れません。

ある日知らない場所を散歩していた時、ふと気がつくと、ある農業高等学校の門の前に、たどり着きました。

門の周りを見てみると、次の大きな看板がありました。

素晴らしい教えだと、感じましたので、紹介します。

## 校訓

敬天愛人

## 阿村九淵先生遺訓（建学の精神）

其手足を  
低き地に働かし  
心を高き  
天に置けよ

## 教育スローガン

『夢実現へ志高く』  
～夢に向けて即行動  
そして継続～

## 8つの気配り

- ①挨拶は、心通わず贈り物
- ②5分前、守る心が余裕うむ
- ③服装は、あなたの心の鏡です
- ④忘れ物、家出る前にもう一度
- ⑤みてみよう、机の中と身のまわり
- ⑥使ってますか？ きれいな日本語
- ⑦イライラは、急ぐあなたの命とり
- ⑧掃除とは、あなたの心を磨くもの

これらの学校の教えを受けて、高校生が学んでいることに、喜びを感じました。

三年間教えを学び、具体的な行動をすることで、人間としての基盤が、育つと感じました。

**学校の教えは、私たち自身の人間性や考え方に、大きく影響を、与えているのです。**

**育ってきた学校の教えを、生きる力として、さらに人として、成長していきたいものです。**

# あなたを気にしていない 992



多くの人は、周りの目を気にして、生きています。  
周りの人からよく見られたい、周りの人から自分を認めてもらいたい、周りの人から自分の仕事を高く評価してもらいたい、と願います。

**しかし、周りの目を気にしすぎるようになると、自分自身を見失ってしまいます。**

- **小さな失敗を、いつまでもクヨクヨしてしまいます。**
- **仕事に完璧を求めて、疲れ切ってしまう。**
- **周りの人の様子ばかりが気になり、自分のやるべきことに、集中できなくなります。**

しかし、本当に周りの人は、人のことをしっかりと、見ているのでしょうか。  
ここで、本業の漫画家よりも、個性派タレントとして、すっかり売れっ子になった蛭子能収（えびすよしかず）さんのアドバイスを紹介します。

蛭子さんに、あるお笑いタレントが、自分の芸についての悩みを相談したとき、こんな話をしていました。

あるとき、蛭子さんは、ついっっかり、ギャブル漫画の雑誌に描いている「競艇漫画」の原稿と、過激な雑誌に描いている「エッチな漫画」の原稿を、間違っあべこべに送ってしまったそうです。

送って数日経てから、原稿を間違っ送ったことに、気がついたのですが、「まあ、いいや」と思って、放っておいたのです。

そうしたら、どちらの雑誌社からも「原稿が間違えて、送られてきています」との連絡がありません。

それどころか、どちらの雑誌にも、間違えたままの原稿が、掲載されてしまったのです。しかも、掲載後、読者からも何も言われません。

「あっ、だーれも、自分の漫画なんて見てないや」  
それ以来、なんだかすごく、楽になったのだそうです。  
蛭子さんは、芸に悩むお笑い芸人へ、この話をして、最期にこう言っていました。

**「世の中の人、君のことなんて、たいして見てないから、気にしなくていいよ」**

蛭子さんのアドバイスのとおり、あなたのことを周りの人は、あまり見ていないのです。  
周りの人ことを、気にする必要は、ないのです。

**もっとリラックスして、思いっきり自由に、自分の個性を発揮しましょう。  
周りの人より、もっと自分を、大切にしましょう。**

## 自分を演出しよう 993



多くの人に、自分自身を、見せる場合があります。  
講演、楽器の演奏、発表会、プレゼン、説明会など、いろいろあります。

そのような物事を、表現するときに、それを効果的に、見せることが大切です。  
つまり、人に自分の良さを、最高の状態で、見せる演出が、必要なのです。

あるプロ講師は、講演会で人前に立つとき、「自分は世界一ウマイ講演者だ」と、自分で自分をダメにして、心をコントロールし、テンションを上げてから、演台に立つそうです。最高のパフォーマンスができるように、自分を演出しているのです。

成功者と呼ばれる人の中には、そうやって、自分の中にもう一人、「スゴイ自分」を作り上げて、人前では、その「スーパースターである、もう一人の自分」に成りきる人がいます。

カリスマロック歌手の「永ちゃん」こと矢沢永吉さんは、こんなことを言っています。  
「もうね、暗示をかけちゃうの。自分に。『オレは才能あるんだ』『素晴らしいんだ』って思わない限り、やってられないものね。自分で『ちょっと、僕は・・・』という奴は、人前で歌う資格はない」

矢沢さんは、「ヤザワは、こう思うんです」って、自分のことを「ヤザワ」と、三人称で呼びます。

常に「大スターのヤザワは、こんなときにどうするか？ 何と言うか？」と客観的に考えながら、自分を演出しているからなのでは、ないでしょうか。

この二人のように、人前で何かをする時には、「自分はウマイんだ」「自分は才能があるんだ」「素晴らしいんだ」と、暗示をかけましょう。  
そして、その通りに成りきりましょう。

自分を意識的に、演出することで、最高のパフォーマンスが、発揮できるのです。



## 安易に他人に注意しない 994



悪いことをなどをしている人を見たら、注意をする人がいます。

「静かにして、人の話を聞いて下さい」「この場所では、写真撮影は禁止されています」「もう遅い時間だから、家に帰りなさい」「グズグズせず、さっさと仕事をしなさい」など、注意をします。

**このように他人に注意をすることは、本当は勇気がいることで、ありがたいことなのです。しかし、他人に注意をする場合は、正義ヅラをして、安易に注意すると、失敗することがあります。**

講演会で席に座ってたある人が、席を立て、何処かへ行こうとしていました。

それを見て、係の人が「今は勝手に、席を立たないで下さい」と、注意をしました。

ある人は、本当はトイレに行きたかったのに、その言葉を聞いて、困ってしまいました。

席に座って長い時間仕事をしていたある人が、リラックスのために、コーヒーを入れて、飲もうとしていました。

それを見て、上司が「仕事をサボってもらっては困る」と、注意をしました。

ある人は、コーヒーも飲めず、少しの休憩も取れなくなりました。

**このようにどんな事情があつて、何故そのような行動をしているのか知らずに、注意をしても、大変困ってしまうのです。**

**ここで、面白い話を紹介します。**

Aさんが会社に入社したころ、仕事でかかわりがあるほかの部門に、仕事にしよっちゅう奥さんと電話をしている、係長がいたそうです。

しかも、奥さんも大胆で、旦那さんの携帯ではなく、会社の代表電話に、堂々とかけてくるのです。

その係に行って、仕事の打ち合わせなどをしていると、その係長に「〇〇係長、奥さんから電話です」と、声がかかる場面をよく目撃していて、「自分がここにいるときだけでも、こんなに電話がくるなんて、いくらなんでも私用電話が多いのでは」と思っていたそうです。

その係長は、奥さんから電話がかかってくると、いつも周りに聞こえないくらいの小聲で、長々と会話をしている。

周りの社員もひとと言、「係長、いい加減に私用電話は、やめてください」と言えばいいのにと思っていたのですね。

しかしある日、その係長が、奥さんからの電話を、こう言って切るのを、目撃したのです。

「では、間違いなく納品しておきます。失礼致します」

そうです。

係長は奥様と電話しているのではなく、取引先の「奥」という名前の人と、商談をしていたのです。

Aさんは、「もし、正義ヅラをして『私用電話は、ほどほどにしてはいかがですか？』なんて言っていたらと思うと、今でもゾツとする」と、言っています。

もし注意すれば、係長に大変失礼なことになり、なっていたと思います。

この例は、「相手の事情も知らずに、正義ヅラして、安易に注意してはいけない」ことを、強く教えています。

**もちろんカットなって、理性を失った状況での注意もいけません。**

**場合によっては、取り返しがつかない、悪いことも起こります。**

**注意をする時は、状況や事情を十分配慮して、冷静な態度で、他人に優しく注意するようにしましょう。**

# 自分のファンを大切にしよう 995



あなたには、たくさんのファンがいます。

祖父母、両親、妻又は夫、兄弟姉妹、子どもなどがいます。

それ以外に、学校時代の同級生、職場の仲間、趣味の仲間、地域の方々、友だち、知り合いなどがいます。

さらに、自分では気づかない人でも、あなたのファンが、たくさんいるのです。

**多くのファンが、あなたの周りにいて、あなたを応援したり、期待したり、仲良くしたり、愛したりしているのです。**

**そんな自分のファンを、日頃から大切にすることは、とても大事なことです。**

落語家でタレントの笑福亭鶴瓶（しょうふくていつるべ）師匠は、とてもファンを、大切にすることで知られています。

番組で地方などへ行くことが、多い鶴瓶師匠。

一般の人と交流する機会が、とても多いのですが、ロケ先では、どんなときにサインや記念写真を頼まれても、断ることはないのだとか。

本人曰く。

「言っとくけど、俺、日本で1番サインしているよ。二千円札よりオレのサインのほうが、多いわ」

ここまで豪語できるほど、サインをしているのです。

あるときのことです。

鶴瓶師匠は落語のライブで、ファンの女性からプレゼントと長い手紙をもらったそうです。

そして、その手紙の中には、その女性の自宅の電話番号が。

普通、芸人はファンからプレゼントや手紙をもらってもそのままです。

ましてや、いくら電話番号が書いてあっても、美人のファンからメールアドレスをもらった独身タレントでもないかぎり、直接、タレントのほうから連絡をすることなんて、ありえないことです。

ところが鶴瓶師匠、そのファンの女性の自宅へ、わざわざ自分から電話をかけて、こう言ったそうです。

「プレゼントと手紙、ありがとうな、全部読ませてもらったで」

一人一人のファンを、ここまで大切にする姿勢。

できそうで、できないことだと思います。

一流は、違いますね。

**鶴瓶師匠は、心底ファンを愛していて、大切にしているのです。**

**そしてどんな人であろうが、どんなに忙しくても、サイン、お礼や優しい声かけを、しているのです。**

**だからこそ多くのファンがいて、ファンから愛され続けているのです。**

**自分にもファンがいることを自覚して、もっと自分のファンを、大切にしましょう。**

**すると、ファンの輪が、さらに広がってくるのです。**

# 話の場を盛り上げよう 996



話の場に多くの方が、参加する場合があります。  
一人一人をよく見てみると、しゃべりすぎの人、黙っていてほとんどしゃべらない人、必要な時にだけに、少ししゃべる人など、さまざまな人がいます。

**そんな中で、ひときわ際立っている人がいるのです。  
それは、話の場を盛り上げようと、頑張っている人なのです。**

せっかく多くの方が、参加している場なので、いろいろな話が出て、楽しい雰囲気になるように、進行役を演じたり、楽しい話をしたり、冗談を言ったりして、盛り上げているのです。

そんな人は、何事も積極的で、温かさがあり、優しい気配りが、できる人なのです。

前身の番組も含め31年半もの間、テレビのトーク番組の司会を務めていた小堺一機（こさかいかずき）さん。

ゲストの中には、放送時間を気にせず、しゃべり続ける人や、スタジオが凍りつくほど、寒いギャグを連発する人もいます。

そういう人たちを相手に、場を盛り上げていく、小堺さんの切り返しワザは、もはや芸術の域でした。

**では、その「切り返しワザ」を、いくつか紹介します。**

**☆おしゃべりやダジャレが、止まらないゲストには・・・。**

「すみません、誰か後ろから鈍器で殴って下さい」

「(客席に向かって) この中にお医者さんは、いらっしやいませんか？」

「(あさっての方向を向いて) 誰かーっ」

**☆ゲストのギャグがすべて、スタジオがシーンとしてしまったときは・・・。**

「東京にも、こんな静かなところが、あったんですね」

**☆ものすごい勢いで、マシンガントークをするゲストには・・・。**

「あの、ひとつ質問なんですけど・・・。いつ息してるんですか？」

**☆延々と話し続けるゲストには・・・。**

「お客様、そろそろ看板なんですけど」

**☆ひと目で場違いな服装をした、ゲストが登場したときは・・・。**

「これは、大ごとになりますよ・・・」

ヘタをすると場の空気が、悪くなってしまいかねないところを、絶妙なギャグで、笑いに変えているのが、素晴らしいところです。

話の場を盛り上げようと、あの手この手で、工夫をしているのです。

**話の場で、話を盛り上げようと意識していて、その努力を怠らない人は、みんなから喜ばれるのです。**

**ぜひ話の場では、盛り上げ役ができるように、少し努力をしてみませんか。**

# 人の話の勘違いにご用心 997



人の話を聞いて、勘違いをすることがあります。  
すぐに勘違いと、気づけばいいのですが、いつまでもそのことに、気づかないでいます。

**次のような勘違いをした人がいました。**

- 尾崎豊を「尾崎ゆかた」という浴衣ブランドだと、思っていた。
- 東名高速を「透明高速」だと、思っていた。
- 人間ドックを受けると「人が犬に変身する」と思って、親のことを心配していた。
- オーマイガーを「おっぱいだー」と、聞き間違えていて、テレビで聞かされたときに、恥ずかしがっていた。
- きくらげは「黄クラゲ」だと、思っていた。キノコだと知らず。おいしいクラゲだなとばかり・・・。

このように、いつまでもそうだと、思い込んでしまいます。  
そのことで、恥ずかしい思いを、してしまうこともあります。

**次に「ペットの勘違い」を、紹介します。**

皆さんのなかに、ペットにイヌを飼っている方、いますか？

ペットって、もう家族みたいなものですよね。

アメリカでは、セレブが別荘に飼っていたイヌを、そのまま捨てて、行ってしまって、それが野生化した「サマードッグ」というのが、問題になっていると、聞いたことがあります。とんでもない話です。

そういえば、友人からこんな話を、聞いたことがあります。

その友人の知り合いが、ある日、「昨日、ペットを捨ててきた」と、言ったのだそうです。その人はチワワを飼っていて、「たしか可愛がっていたはずなのに」と思った友人は、驚いて聞き返しました。

「えっ、ペット、捨てちゃったの？ 捨ててきたって、どこに？」

すると、「駅前に大きなスーパーがあるじゃない。あそこに」と、言うではありませんか！

「うそ！ 捨てるくらいなら、誰かに引き取ってもらえば、よかったのに！」

「誰も引き取ってくれないよ。あんなもん。だからスーパーの駐車場にある、ペットを処理するための機械の中に、入れてつぶしてきた。無料でペチャンコにしてくれるから」

チワワをペチャンコにして、信じられない話ですよ。

コイツ、血も涙もないなって思って、よく聞いてみたら、ただの勘違いでした。

知り合いは「家に溜まっていた、ペットボトルを捨ててきた」だけだったのです。

友人はしみじみと、言っていました。

「ペットボトルを、ペットって略すなよ・・・」

**相手から聞いた言葉を想像して、自分の判断でイヌのペットと、決めつけてしまうのです。聞いた途端に、自分の思ったとおりに、判断してしまうのです。**

**人の話の勘違いに、用心しましょう。**

**話の重要なポイントとなる言葉は、しっかり詳しく聞いて、じっくり時間をかけ、判断するようにしましょう。**

**そうすると、勘違いが、少しは少なくなることでしょう。**

# 「メビウスの輪」みたいな人になろう 998



人から嫌われるタイプは、裏と表が、明らかに違う人です。  
例えば、人が大勢いる前では、優しそうな態度ですが、人がいないと別人のように、威張った態度の人がいます。

**このように裏と表がある人は、誰も信頼しません。  
何事においても、一貫性がないのです。**

さんまさんは、「日本人が好きなタレント」において、圧倒的な1位です。  
どうしてそんなに人気があるのでしょうか。  
タレントの関根勤さんは、さんまさんについて「あの人は、メビウスの輪」と言っています。  
「メビウスの輪」とは、帯をひとひねりしてから、端っこをつなげるとできる「裏も表もない帯」のことです。

関根さんによると、「さんまさんは、テレビの本番と普段がまったく一緒。裏表がぜんぜんないからメビウスの輪」だと言うのです。  
たとえば、ゴルフをやっているとき、キャディーさんが、さんまさんに「何番のクラブにしますか？」と聞くと、さんまさんは、こう答えます。  
「5番アイアンと・・・キャディーさんの愛をちょうだい」  
これを聞いたキャディーさんは、大笑いするわけです。

道路の料金上でも、さんまさんは、わざと閉まったままの車のウインドウに、手をぶつけて料金所のおじさんを笑わせます。  
関根さんは、そういう「いつでもどこでも、周りの人間を笑わせ続ける、さんまさんの姿」を見るたびに、「この人はすごい」と感心しているのだそうです。

裏表がないと言えば、さんまさんは、元の奥さん、大竹しのぶさんとの過去についても、物まね付きで、よくネタにしていますよね。  
しのぶさんとは、お互いに「お客様や視聴者にウケれば、何を話してもいい」と約束を交わしているそうです。  
また、スキャンダルで世間を騒がせているタレントが、自分の番組に来ると、最初にそのスキャンダルについて「あれ、本当はどうなん？」と触れてくれるので、ゲストのほうも、逆に気がラクになるそうです。

**さんまさんは、裏と表がなく、「メビウスの輪」みたいな人なのです。  
いつでも、どこでも、どんな人に対しても、サービス精神が、旺盛なのです。**

**「メビウスの輪」みたいな人に、なりましょう。  
そして、もっともっと多くの人に、好かれる人になりましょう。**

# 悩みは時間が経てば変化する 999



人生は、悩みの連続です。  
悩みがない人は、いないのです。

大なり小なり悩みを、持っているのです。  
何か悩みごとが発生して、解決策がないとき、こう思うといいでしょう。  
「大丈夫。なんとかなる」

問題が発生して、「ああーっ、いったい明日どうなるんだーっ」って思っても、実際に明日になると、必ずどうにかかります。  
地球の自転が止まらない限り、なんとかなるものなのです。

**今、どんなに真剣に悩んでいることでも、10年経てばその悩みは6文字か、4文字か、2文字のものに変化します。**

**6文字とは、すなわち「わらいばなし」**

**4文字とは、すなわち「おもいで」**

**2文字とは、すなわち「ネタ」**

「悩み」なんて、10年後には、「笑い話」として笑い飛ばすか、「思い出」として懐かしむか、「ネタ」として人に話すかのどれかになります。

あるカウンセラーが、こんなことを言っていました。  
「イジメにあたりして、死にたいという子どもには、へ々に『死んではいけない』と言うよりも、『1年後にまだ死にたければ、そのときは死んでもいい』と伝えるんです」

10年どころか1年です。  
そんなことを言って、大丈夫なのか心配になりますが、子どもの世界の1年は、大人の世界の10年くらいにあたり、環境が激変するので、1年後には問題が解決していることが、ほとんどなのだそうです。

**チャップリンは、映画『ライムライト』の中で、「時は偉大な作家だ。常に完璧な結末を書く」と言っています。**

**永遠に続くように思えるあなたの悩みも、時間が経てば状況が変わって、解決するのです。時間が悩みの薬と思って、気楽に時間が過ぎるのを待ちましょう。**



# よいことをみんなに伝えよう 1000



会社で、いい商品ができたとします。  
しかし、その商品が売れなければ、本当の意味でのいい商品とはいえません。  
そのためにも、その商品の特徴や良さを、みんなに伝えなければいけません。

**かのアインシュタインは、自分の「相対性理論」について、誰にでもわかるように説明するとき、次のようなたとえ話をしていました。**

**「熱いストーブの上に手を置いたら、1分を1時間に感じるし、大好きな女の子とデートしているときは、1時間も1分にしか感じない。それが相対性というものだ」**

とても有名なたとえ話なので、知っている人が、いるかもしれません。  
なんだか、アインシュタインにうまく丸め込まれているような気もしますが、「時間は、実は一定ではない」という、ウソっぽい理論を「なるほど～」と思えるレベルで、説明しています。

**iPS細胞の研究の功績により、ノーベル生理学・医学賞を受賞した、山中伸弥（しんや）教授は、次のようなことを言っています。**

「アメリカに留学して、いろいろな人から言われた言葉の中で、とくに印象に残っているのは、『研究者にとって重要なことは、実験をしていい結果を出すというのは、全体の半分である。残り半分は、何が重要なのかということ、その結果を、どうやって人に伝えるか、ということである』という言葉です。私はこの言葉を聞いて、プレゼンテーションや論文などで、研究結果を『アウトプット』し、『発信すること』の重要性を、再確認したのです。

山中教授は、今でもテレビ出演、講演会、著書など多くの機会を生かして、よいことを伝え続けています。

確かにどんなに有効な研究結果も、人に伝えなければ、「宝の持ち腐れ」なのです。  
そうしてみると、アインシュタインもその重要性を、十分に認識していたからこそ、最初のたとえ話を、考えたのかもしれない。

**私も「しあわせ塾」のホームページ・ブログを公開して、よいことをみんなに、伝え続けています。**

**あなたが知っているよいことを、ぜひみんなに伝えましょう。  
どんな小さなことでもいいので、伝える努力を続けましょう。**

**多くの人が、伝えることに力を注ぐと、もっともっとみんな幸せになることでしょう。  
社会全体が、さらに明るい社会になることでしょう。**