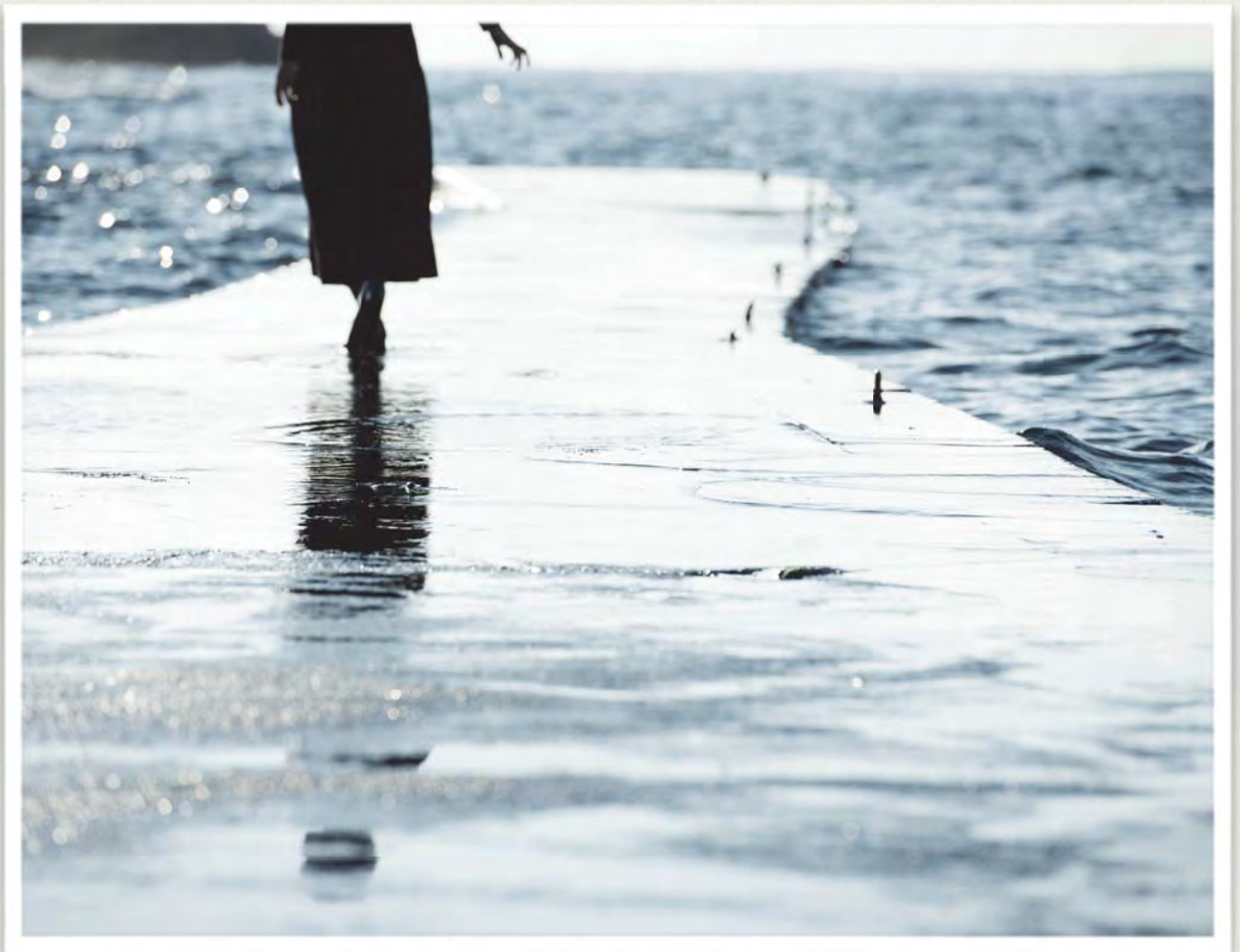


第六章

『充実した、幸福な人生を歩む』

～毎日を充実させたい、生活の質を高めたい、成長を加速させたいと感じているあなたへ～



歴史や先人のやったことを調べ、学ぶことによって、新しい方針を創ること。自分で習得したことを今一度学び直し、新たな気づきと行動につなげること。

「温故」とは、歴史や過去の成功・失敗例を知り、その中から大切な本質を掴むこと（=温める）。過去のしきたりや考え方に固執するという意味ではない。

「知新」とは、得た知識・見識を新たな取り組みに活かすこと。

大きな問題にぶち当たったとき、新たな挑戦を始めるとき、闇雲に行動するのではなく、歴史や過去の事例を深く学び直すことで、新たな突破口を見いだせることがある。

出典は「論語・為政」で、「故きを温（たず）ねて新しきを知らば、以って師と為るべし」です。皆様もこれまでに一度は聞いたことがある言葉ではないでしょうか。

私は、この言葉は、そもそも私たちが生きていく為の基礎となる考え方であると考えます。

当たり前ですが、日々の生活も、仕事も、先人たちが生み出し、紡いできてくれたかけがえのない知識・見識があるからこそ成り立つものです。また、過去に生み出された知識・見識とその歴史（成り立ち）を深く学び、それらの「真意」を掴み、活かすことが教育の本来の姿であると思うのです。

しかし、残念ながら今の日本は「温故知新」が不十分...と感じざるを得ない状況が散見されます。東日本大震災と原発への対応、社会保障の問題、沖縄基地・北方領土問題、失われた20年と揶揄される経済停滞、茶番劇を繰り返す政治...少し考えただけでも、歴史や過去の経験を真剣に学び、新たな方針を生み出せている（教訓を活かしている）とは考えにくい状態です。

こんな批判をしている私自身も人のことは言えず、全く不十分であると感じています。

そもそも日本という国はどのようにして成ったのか、その国造りの過程において、どのような偉人たちがどんな精神、志向、行動によって今の社会を創造してきたのか。

自分の国、日本の歴史観ですら怪しい状況です。皆さんはいかがでしょう？

自分の仕事、という身近な視点でも同じです。今従事している仕事も、何かしらの背景、理由、歴史があって生まれたもののはず。その仕事の歴史を知り、大きな成果を成し得た先人を見つけ、その人を研究することで、カベを突き抜け、大きく飛躍するための「新たなヒント」を得ることができるかもしれません。

『無知を恐れてはいけない。
それよりもいつわりの知識を恐れよ。』
—パスカル

『人類は進歩していますか？
縄文土器を見ても、ラスコーの壁画を見ても、
現代の人間があんなの作れますか？
技術や生産の面では進歩しているかもしれない。
だが人間としては、むしろ退歩していると言っていい。
調和も、みんな相手の様子を見て、
お互いに六分ぐらいのところで頭を下げあって、
馴れ合うのが調和だと思っている。そんな調和は卑しい。
フェアに己を主張し、ぱんぱんとぶつかりあって、徹底的に闘って、
その結果、互いを認めあったところに成り立つ均衡なら許せるけど、
いま普通に考えられている調和なんて、ぼくは大反対だ。』
—岡本太郎

「温故知新」—混沌としている状況だからこそ、「歴史と先人」を真剣に学んでみる。
単に真似するのではなく、活かして新たなものを創造し、実践する。さあ、改めて一緒に始めましょう！
皆さんは、自分の仕事の歴史、成功・失敗事例を学んでいますか？その真意を掴んでいますか？
過去の経験や慣習に固執するのではなく、それらを活かして新たなチャレンジ、できてますか？

＜“過去の経験を活かす” ベンチマークのポイント＞

1. 成果や結果ではなく、プロセスに焦点をあてる
2. 成功要因は、可能な限り具体的に、鮮明に、詳細に深掘りする
3. 聴く側（学ぶ側）は常に「経験を活かした改善行動」をイメージする
4. 経験を活かす第一歩の「スモールアクション」を決めて、即実践する
5. 実践の結果を定期的に振り返る機会を持つ（仕組みをつくる）

「一途」とは、一つの道をいくこと。一つのことに打ち込む意味。ひたむきさ。

「一心」とは、一つに心を定めること。物事に集中すること。

ひたすらに、ひたむきに、一つのことに懸命に取り組む様をいう。

事業を完成させるにも、仕事において大きな成果をあげるにも、そして、充実した幸せな人生にしていくにも、「一途一心」という心的態度と行動なくしてあり得ない。物事を成就させるための核となる考え方である。

今皆さんは、「一途一心」に何かに打ち込んでいるでしょうか。

今の仕事や技術の質やレベルを、ひたむきに高める努力をしているでしょうか。

私たちを取り巻く現ビジネス環境は、すさまじい量の情報がとてつもないスピードで流通し、仕事の仕方も目まぐるしく変化し、日々効率を高め続けることが求められています。そして同様に、結果（成果）を出すスピードも、個人の成長スピードも常に「より速く」が要求されています。

このような環境のせいでしょうか。私たちは、気づけば「より効率的に、より速く結果がでる手法はないか」「有益な情報やスキルを簡単に手に入れる方法はないか」という安易で短期的な考えに囚われてしまい、「基本的で重要な努力（鍛錬）」を怠ってしまう...という状態に陥ってしまいがちです。

しかし、ご存じの通り、大きな成果を継続して創出しているプロフェッショナルたちは、例外なく日々の「基本的な努力(鍛錬)」—それ自体はたいてい退屈で面倒なことが多い—の継続を重要視します。そして、自分の仕事に誇りを持ち、常により高いレベル（質）を求めてチャレンジし続けています。私が以前に、ある企業の人事制度改革プロジェクトに携わった際の「コンピテンシーインタビュー（好業績者の行動特性を導き出すインタビュー）」でも同様の結果となりました。優秀なマネージャー、リーダークラス約30名に共通した行動特性の中で最も集中した項目が、「仕事のベースとなる基本事項を凡事として徹底実践している」「より質の高い仕事を目指し、自己のスキルを改善、改革する具体的な行動を定期的に行っている」でした。「センスがある、優秀だ」と言われる人ほど、自分の仕事は未だ完成されていないという気持ちを強くもっており、更に高みを目指して基礎的鍛錬の継続と新たなチャレンジをし続けているのです。

そして、この「一途一心」な心的態度と行動があるからこそ、感動的な素晴らしい仕事（成果）を生み出すのだと思います。私自身の仕事にもまだまだ「深さ」が足りないと強く感じます。もっともっと質の高い仕事を実現するために、日々の鍛練とチャレンジ、もう一度見直して参ります。

『夢や目標を達成するには1つしか方法がない。

小さなことを積み重ねること。』

— イチロー（日本・元野球選手、メジャーリーガー）

『自らの成長のために最も優先すべきは、卓越性の追求である。

そこから充実と自信が生まれる。能力は、仕事の質を変えるだけでなく、人間そのものを変えるがゆえに、重大な意味をもつ。』

— P.F.ドラッカー（オーストリア 経営学者・コンサルタント）

「一途一心」—日本人が美德としてきた、この心的態度が最近、薄まっているように感じられます。「スピードと量」を追求する仕事（やり方）では限界が見えてきた時代。私たちは今こそ、仕事・技術の「深さや熟達」を、真剣に見つめ直してみる、目指してやることが必須ではないでしょうか。

皆さんは、「一途一心」に没頭できる何かがありますか？

自分の仕事の質を高める具体的な努力を継続実践できていますか？

＜“一途一心” “卓越” にむけたスモールアクション＞

1. 自分の強み、得意なこと、専門性を書き出し、明確にする
2. 取組んでいる事業、仕事、職種の魅力や価値を書き出し、明確にする
3. 取組んでいる事業、仕事、職種で大きな成果を出している人の言動を調べ、「成功の秘訣」を明らかにする
4. 仕事の「質」向上につながる、小さな行動項目を決め、継続実践する
5. 仕事について、第三者（尊敬する人や親友など）から定期的にフィードバックをもらう環境をつくる

『大事をなさんと欲せば、小さな事を、怠らず勤むべし。小積みりて大となればなり。』～二宮尊徳「二宮翁夜話」巻之一の一四より

「大きな事を成そうとするのなら、小さなことも疎かにせず、真面目に取り組むことが大切だ。小さなことが積み重なって、大きなことが成るのだ」仕事だけでなく、人との信頼関係にも通じる重要な考え方。二宮翁の話はさらに続く。

「器の小さな人間ほど大きな結果を望む割には小さな努力を怠り、うまくいかないことに機嫌を損ね、できる事もやろうとしない。だから最後まで何もできずに終わってしまう。これは小さな物の積み重ねが大きなものを作り上げるということを知らないからだ。

百万石の米でも米の粒が大きいわけではないし、どんなに広い田んぼも一鍬ずつ鍬を入れることによって耕され、千里の道も一歩ずつ歩いて行くことによってたどり着くことができ、大きな山も一簣の土が集まって作られている。

このことを頭に入れて小さなことから頑張っていけば、最後には大きな成功を収めることができる。小さなことを疎かにする者は大きな結果を得ることはできない」

そんなことは百も承知だよ・・・と流してしまいそうな内容ですが、皆さん、いかがでしょうか。

「小さなことの積み重ね」によって、大きな成長を獲得できた、大きな変化を生み出すことができる、大きなチャンス掴むことができる、このような事例は世の中にたくさん転がっています。

私自身も今振り返れば、前職のコンサルティング会社では、「小さな雑事にも懸命に取り組む姿勢」があったからこそ、それを見てくれていた上司や先輩から、様々なチャンスを頂けたのだと確信しています。入社時の挨拶、納期前の報告書提出、デスク周りの整理整頓、シュレッダーのゴミ袋の差し替え、メールへの早いレスポンス、分からなくても自分なりに考えてから出す企画書や議事録、メールで済まらずに足を運んでのお願い・・・などなど、全て出来ているわけではなかったけれど、意識して実行しようとはしていました。なにせ、全く経験も知識もない中での転職だったので、小さなことを懸命にやって、しがみつくしかなかったのです・・・。

しかし、結果としてこの姿勢が、「やりたいことに携われている今」を創ってくれているのです。

『小事に喜びを感じる人を見るならば思え、
彼は既に大事を成し遂げたのだ』

— ヨハン・ゲーテ（ドイツ・詩人、小説家）

『試合はもちろん、毎日の練習も体調管理も、
一切力を抜かずにやり続ける。
その繰り返しによって、確固たる自信が少しずつ築かれていくものだ。
「自分はそうしてやってきた」という誇りが、
前向きな姿勢にもつながる。』

— 三浦知良(カズ)

「小積みもりて大となる」—

小さな一歩こそ大切にしていこう。そして継続してゆこう。

その活動はいつか必ず「大きな成長と変化」へ、そして「周囲からの厚い信頼」へとつながるから。

皆さんは、一見雑用に見えるような「小さな仕事」にも懸命に取り組んでいますか？

今担当している仕事に、誇りをもって取り組んでいますか？

＜“自分の仕事”に誇りを持つために意識したいこと＞

1. 今の仕事を選択した「理由」「きっかけ」に「プラスの意味づけ」を試みる
2. 仕事における「出逢い」から得たことに意識をフォーカスしてみる
3. 仕事の中で自分なりの「こだわり」をつくってみる
4. 同じ仕事でワクワクして(やりがい感を感じて)いる人との接点を持つ
5. 自分の仕事は何に貢献しているかを明確にしてみる

「笑門来福」—笑う門には福来る。「上方（京都）いろはかるた」の一つ。いつも笑い声が溢れる家（＝門）には、自然と幸運が訪れてくる。明るく朗らかにいれば幸せがやってくる、例え悲しいこと・苦しいことがあっても、希望を失わずに笑顔でいれば幸せがやって来るという意味。辛い、悲しい、しんどい・・・そんな時、暗く困惑した表情で落ち込んでしまっはますます状況は悪化してしまうものだ。辛く厳しい局面にある時こそ、「笑い」と「笑顔」を意識し、それを感じる時間を意図的に増やしていこう。

楽しく幸せである—だから笑いと笑顔が生まれる、という考え方だけでなく、笑いと笑顔—それが「幸せ」を引き寄せている、という考え方も存在する。実は後者の方がより本質的ではないだろうか。

皆さんは最近、いつ大笑いしましたか？

日々の生活の中で、「笑顔」でいることが多いですか？それとも少ないですか？

改めて言うまでもなく、「笑い」「笑顔」は人生を楽しく、豊かにしてくれます。

家族、友人、職場の上司・同僚、お客様・・・、相手とどんな関係にあるかに関わらず、一緒にいる時に「笑い」が多いと、自然ともっと一緒にいたい、また会いたいという気持ちになってしまうものです。

私もやはり「笑い」（ユーモア）が大好きで、人と話していると、隙あらば笑いを取りたくて仕掛けてしまいます（といってもスベることも結構多いのですが・・・）。相手が笑ってくれた時は、本当に嬉しいですし、それだけで「この人とはウマが合うかも」と感じてしまいます。

遺伝子工学の世界的権威である村上和雄筑波大学名誉教授によると、人間の遺伝子には1000文字×1000ページの百科事典約3200冊分という膨大な情報が入っているが、人は生涯にその3%しか使用しておらず、97%の遺伝子情報は眠っているOff状態にあるそうです。従って、その眠っている遺伝子たちをONにし、膨大な情報を使える状態にすれば、人間の可能性は無限に広がっていくはずだと提唱されています。そしてなんと、その遺伝子をOnにする有効な手段の一つが「笑い」であるそうなのです。

また、「笑い」は副交感神経を優位な状態にし、脳をリラックスさせることからストレスを大幅に軽減したり、NK細胞（ナチュラルキラー細胞）が活性化されることからがん予防や糖尿病の治療にも効果があるといわれています。

「笑い」—本当に素晴らしいパワフルなエネルギーですね。

『笑いの無い日は、無駄にされた日である。

人生はクローズアップで見れば悲劇。ロングショットで見れば喜劇。』

— チャールズ・チャップリン（イギリス・映画俳優・監督、コメディアン）

『唯一の救いは、ユーモアのセンスだけだ。

これは呼吸を続ける限りはなくさないようにしよう。』

— アルベルト・アインシュタイン（ドイツ・理論物理学者、発明家）

「笑門来福」—

「笑い」と「笑顔」のあふれる毎日に自らしてゆこう。

一度きりの人生、大切な人たちと「笑い合える」時間をたくさん共有しよう。

互いに充実した毎日を過ごすために、そして真の「幸せ」を得るために。

＜村上教授流 遺伝子をOnにして可能性を引き出す方法＞

1. 定期的に環境を変える、新しいことに取り組む
2. どんな場面でも物事を前向きに見る、考える
3. 笑う、感動する、熱中する時間を持つ
4. 「Give and Give」の精神で人と接する
5. 心から感謝し、そして伝える

憂い事(心配ごとや面倒ごと)は先に片づけ、その後でゆっくり楽しむ意。
為政者、志士、仁者の持つべき心構えを説いた言葉。
天下国家の重大な問題を先に立って予見し、心配し、それを解決。
我が身の「目先の楽しみ」は後に回し、天下や人民の喜びや楽しみ、長期的な幸せを優先させる—
広く目と耳と心を開いて物事の本質を捉え、本当に大切なことを優先させる。たとえその選択が、目先では痛みや不利益を伴うものであっても、
勇気と覚悟をもって「重要事項」を断行する—
国だけでなく、人の人生の選択にもそのような瞬間が必ず必要である。

皆さんは、本当に「大切なこと」に時間を使えていますか？

目先の問題解決や利益を得るためではなく、中長期の視点で「大切なこと」が明確でしょうか？

先憂後楽—「後楽園」の名前の由来とも言われているこの考え方、なかなか難しいですよ。

コンサルタント、ファシリテーターという仕事をしていながら情けないのですが、私自身、目先の「雑事」に囚われてしまう、新たなチャレンジより変化の少ない「無難な選択」をしてしまう傾向が強いと自覚しています。今でも、ちょっと油断すると「後悔！」という状態になりかねません。従って、様々な場面で意図的に次のような言葉を自分に投げかけるよう心がけています。

「本当にその時間の使い方でもいいの？」「それ、絶対に先送りしない方がいいよね？」

「それって、本当に今やらなきゃいけないこと？」「その選択、楽な方に流れていない？」

「その作業に時間と労力を使って、本当に意味あるの？価値あるの？」

また、自分だけの問いかけでは限界があるので、恩師や大切な友人にもこういった視点でチェック、フィードバックをいただく機会を定期的に設け、「本当に大切なこと」を明確にし、少しでも「先憂後楽」的な活動になるよう、怠惰な自分を律している毎日です。一度きりの人生、戻らない時間—「本当に大切なこと」に集中し、後悔しない充実した時間を過ごしていきたいですね。

『ビジネスでは、6ヶ月早くやっていたら良かったということはある。
しかし、6ヶ月先延ばしにすれば良かったということはまずない。』

—ジャック・ウェルチ（アメリカ・経営者、元GE最高経営責任者）

『速やかならんを欲すればすなわち達せず、
小利を見ればすなわち大事成らず。

（早く成果を出そうとあせっては物事を誤り、
目先の利益を追っていつに大事を成すことは無い）』

—孔子（中国・思想家、哲学者）

「先憂後楽」—

今、そして将来の自分にとって「本当に大切なこと」って何だろう？

本当の自分はきっと分かっているはず。今、何に注力すべきなのか、何処に時間を使うのか。

先が不透明で、もしかしたら転んでしまうかもしれないけど、あなたの直感がその道を選ぶなら、臆することなく決断しよう。一歩前に進もう。その先の情景は、きっと素晴らしいはずだから。

＜”本当に大切なこと”を見つけるために意識したいこと

1. 自分の直感を大切にする（頭で考えようとしない）
2. 時間軸は長く、視点は高く、目的思考で、物事を考察する
3. 自分の周囲(特に楽しいこと)について、改めて心に向け、観察してみる
4. ありたい状態を鮮明にイメージし、その時の気持ちを味わってみる
5. 信頼する人に「大切に感じていること」を伝えてみて、フィードバックをもらう

感性とは、人間の持つ重要な知覚能力。感じる力。第六感。

美・愛・悲・恐など形のないものを知覚する非言語的、無意識的、直感的なもの。

人が世界や外界の事象（もの・こと・情報）に感覚というフィルターを通じて出会い、関係性や意味合いを生み出し、創造性を展開、圧倒的な行動力を生み出す力。

理性や知性が重要視されがちな現代社会。私たちは思い悩み、考えすぎてしまい、結局何もせず、事態は一層悪くなる—
こんなことがないだろうか。

先が見えずリスクが多い時こそ、感性の力。

自分の直感を信じ、まずは決断する、行動を起こしてみる、チャレンジする。未来を創るのも、問題解決の突破口を見出すのも、決断と行動から生まれるのだから。

皆さんは、自分の「感性」を大切にしていますか？

考えすぎて、悩みすぎて、「やりたい」と感じることに躊躇してはいませんか？

私はコンサルティングという仕事に長く従事してきたことも影響してか、論理的に整理して考える、事実ベースで根拠を明確にする、正しいか間違っているかで判断する、費用対効果（メリット）が高い選択をする、リスクを想定して綿密な計画を立てる・・・といった「頭で考える」を重視して動くこと、選択することが多かったと感じています。

もちろん、このような理性的アプローチは重要であり、否定はしません。しかし振り返れば、楽しさ、ワクワク感、充実感、達成感といった感覚に満たされた思い出は、頭で考えた綿密な計画から生まれた結果でなく、不透明な状況でも思い切って決断・努力して得た結果であることに気づきます。

転職やアクティブプラスの立ち上げは、まさに「感性」重視の決断でした。

自分の感情と素直に向き合う、直感を信じて決断する、相手の心情に寄り添い共感する、...「理性」に偏りすぎ、できないケースもまだまだ多いのですが、充実した毎日・人生のため、「感性アプローチ」を一層重視して行動していこうと思います。

『金より芸が欲しい、権力より感性が欲しい。』

— 北野 武（お笑いタレント・映画監督）

『<物>だけで<もの>を考える時代は終わった。

これからは<心>と<意識>を考えたものづくりの時代だ。』

— 井深 大（ソニー創業者）

「感性を磨く」—

頭で考えた無難な選択より、直感で感じたワクワクする選択を。

先の見えない、不確実な時代であるからこそ「心」で感じる直感を重視していこう。

もともと人間は感情の生きもの。幸福感も頭で考えるものじゃない。

その人間が生み出すビジネスだって「感性」が重要だ。

「感動」を与える付加価値の高い商品・サービスは、「感性」の高い人から生み出されるはず。

活力ある社会を創り、充実した人生を送るために、まずは自分の「感性」を磨いていこう。

＜“感性”を磨くために意識したいこと＞

1. 生活パターンを意図的、定期的に変えてみる
2. 自分とは違う価値観を持つ人と接する
3. 仕事でもプライベートでもこだわりを持ち、没頭する
4. 「何を考えているか」「何を感じているか」両方に意識を向ける
5. 楽しさ(笑い)、悲しみ(泣き)、怒りといった感情を出せる環境づくり

江戸時代の俳諧師、松尾芭蕉が唱えた俳諧の基本理念の一つ。

「不易」は、いつまでも変わらない伝統や芸術の精神。時代を超えた真理。「流行」は、時代の変化とともに変わり新しくなるもの、変えていくべきものの意。

不変の真理を知らなければ基礎が確立せず、変化を感知できなければ新たな進展がない。一見相反するこの二つの言葉は、実はそのエネルギー元は一緒。相互に密接な関係を持つ大切なもので、「不易」と「流行」の狭間を行き来する中で、物事の価値が磨かれ、発展と成長を生み出すことができるという示唆。

自分や組織の成長を願うとき、「不易」と「流行」を深く考察してみてもうどうだろう。

どちらかに固執するのではなく、両面をバランスよく捉えるとき、今、自分が本当に「成したいこと」がはっきり見えてくるのではないだろうか。

昨今のビジネスでは「環境変化に対応しろ！」という言葉が常に叫ばれており、その時々「流行」をいかに押さえて自分たちの活動を変化させていくかに焦点が絞られているような感じがします。

私自身も研修やコンサルティングの現場では、「環境変化への対応」を意識してメッセージ発信することが多いという自覚があります。最近では、「グローバル化」「ダイバーシティ」などが教育業界におけるトレンド＝「流行」でしょうか。

しかしながら、そのような「流行」の表面だけを捉えて何らかの施策を導入（例えば「グローバル化」や「ダイバーシティ」を推進して成功している企業や組織の施策をそのまま真似して導入）しても、実際には思い描いたような成果が出ない...という事例はよく耳にします。逆に、自分たちが大切にしたい伝統や価値観（「不易」）にこだわりすぎて、柔軟性を失い、うまく顧客(社会)にその価値が伝わらず成果がでない・・・、といった例も散見されます。

目先の変化に流されやすい私自身への戒めも込めて、

—目先の損得に囚われることなく、「自分が本当に大切にしたいこと」と「環境変化の実態」の両面を明確に捉え、それらを融合した「言動」を優先して選択する—を実践して参りましょう。

皆さんも、今一度、自分の「不易」と「流行」を深めてみませんか。もし望む結果を得ていないとしたら、そのバランスをチェックしてみてはいかがでしょうか。

『方向を間違えたり、やりすぎたりしないようにするには、まず
「本当は重要でもなんでもない」1000のことにNoと言う必要がある』
—スティーブ・ジョブズ（アメリカ・経営コンサルタント、Apple創業者）

『変化を望むならば、まずは己自身が変わらねばならない。』
—マハトマ・ガンジー（インド・弁護士、宗教家、政治指導者）

「不易流行」—

環境変化に「翻弄」されるのではなく、真の「適応」とは何かを深く考察しよう。
自分の考え方や価値観に「固執」するのではなく、本質はそのままに「表現」を変えて
いこう。

今の私たちも、日本も、「不易」と「流行」のバランスが崩れてはいないだろうか。
明るい兆しが見え始めた今のタイミングだからこそ、改めてこれらに心を向けたい。
より幸せで充実した今と将来を築いていくために。そして、自分の成長のために。

＜"不易流行"を意識するための3つの質問＞

1. あなたが生きていく上で大切にしている価値観・考え方を3つあげてください
2. 今の仕事とプライベートにおける「環境変化」をそれぞれ3つあげてください
3. 上記を踏まえ、より充実した毎日にするために「やめること」「新たに始めること」をそれぞれ3つ設定ください

巧遅は拙速に如かず

2013.10

「孫子・作戦」にある「兵は拙速を聞くも、未だ巧の久しきを賭ざるなり」に基づく格言。

戦いにおいては、理想の戦術や完璧な勝利を目指すよりも、完璧でなくても早く一定の戦果を出して戦いを終息させることを狙うべきである...という教え。転じて、仕事においても、出来栄えにこだわりすぎて仕上がりに時間がかかる（巧遅）よりも、その目的から逆算して一定の成果を早く出していく（拙速）やり方の方が、往々にしてより大きな成果を獲得できるという意味。

仕事において、出来栄えや品質は確かにとても重要である。

しかし、それに固執しすぎて約束の期限に間に合わなかったり、こだわりそのものが実はそんなに意味（価値）がなかったりしたのでは勿体ない。仕事の目的から考えて最も重要な部分を見極め、成果を早め早めに出していく—。私たちもこの視点で、再度、仕事の仕方を見直してみるべきではないだろうか。

「仕事のスピードが品質をも高めていく」

私が上司からよく指導いただいた言葉です。

コンサルティング会社に入って仕事の流れが掴め始めたころ、私は任された仕事は責任を持ってやりきろう、上司や顧客の期待に精一杯応えようと、可能な限り質の高いアウトプット(成果物)を出すことを目指し、期限ギリギリまで時間をかけて取り組んでいました。

その結果は...というと、もちろん質の高い(期待以上の)アウトプットを出せた時もありましたが、期限を過ぎてしまったり、自分目線での「質の高い」になっていて大幅な修正をしなければならなかった、というケースの方が圧倒的に多かった...というのが正直なところです。更に、任される仕事の量が増えてくると、この仕事の仕方では限界がきて、徹夜しても間に合わず、品質を高めるどころか、品質不良を起こしてクレームに発展...という苦い思い出も恥ずかしながらけっこうあります。

こんなまずい状態のとき、上司・先輩から深めるように諭されたこと、それは、「品質の良し悪しは誰が決めるのか」「仕事で結果を出すというのはどういうことなのか」

「仕事のスピードと品質はトレードオフなのか」「そのこだわりは本当に時間をかける価値があるのか」といった内容でした。

『責任感を持ち高い品質を目指して取り組むマインドと姿勢は素晴らしい。そう考えるのなら尚更、一人で悶々と悩んで完璧を目指すより、ある一定レベルまで自分で考えたら依頼(納品)先や仲間に仮提示して品質を確かめ、修正を加えていく—。この活動をスピーディーに行っていく行動こそ、質の高い仕事、アウトプットを生み出す確率を高めるのだ』。

「Quick Response & Modify」 — 早め早めの検討・連絡・相談・修正
仕事の「質」を高めていくための仕事の仕方として、実践を心がけている私の信条です。

『物事を迅速、正確に処する能力があるかどうか。

**頼まれた仕事を催促されるようでは
仕事で信頼を得ることはできんね。』**

— 小林一三 (阪急東宝グループ創業者)

「巧遅は拙速に如かず」 —

事業環境がとんでもないスピードで変化していく今だからこそ意識したい。
懸命に取り組んでいる「質の高い仕事」「こだわり」は本当に価値があるのかを—
依頼先の「品質への期待値」は時間の経過とともにどんどん高まっていくことを—
スピーディな対応は、依頼先に安心感、信頼、求める高い品質を生み出すことを—
自分の仕事の仕方、この視点で見直してみてもはどうだろうか？

<“拙速” な仕事の仕方にするための3つのポイント>

1. 仕事の目的を確認し、自分で6割までの完成イメージを先ずは検討する
2. 仕事の進捗状況を「見える」状態にするよう環境を整える
3. コミュニケーションは「自分発信」「先手先手で」を心がける

由来は武士の間で用いられた言葉より。

「一所（ひとところ）の領地で、死活にかかわるほど重視した土地」の意。その原義は、「一か所の所領を、命にかけて生活の頼みとすること」。転じて、「命がけで物事を行うこと。真剣に物事にあたること」を意味する。※一生懸命は「いっしょ(一所)」が「いっしょう」と読まれるようになって転化した言葉

過去(栄光や挫折)を引きずりすぎてしまうがために、
先々のこと（目標や将来不安）ばかり気にかけてしまうがために、
今の自分自身、周りの人たち、取り組んでいる仕事に真剣に向き合っていない...

そんな状態にないだろうか？人生を楽しく、充実したものにする秘訣は、
今的一所（ひとところ）に心を向け、精一杯取り組むことから始めること。その連続体が人生なのだから。

さあ、自分の心の声に、支えてくれる周囲の人たちの声に、そして、
今取り組んでいる仕事に、真剣に向き合い、心を込めて行動していこう。

ここ数年は、普段逢うことが少ない友人や恩師、お客様とたくさん会うことができました。本当に充実した楽しい時間だったのですが、複数の方から同じようなフィードバックをいただきました。それは、

「以前と比べて、肩の力が抜けてきた、自然になってきた感じがする」

「地に足がついた、無理のない感じがする」

といった内容でした。単に「歳食っただけじゃ...」という声も聞こえてきそうですが、そこは前向きに受け止めさせていただき、少しは「今」を大切に味わうという思考、立ち居振る舞いができるようになってきたのかもしれない、と捉えさせていただきました。

確かに振り返れば、背伸びをして自分を等身大以上に見せようとしたり、相手に対抗心むき出しにして突っかかりたり、知ったかぶりをしてみたり、何か行動していないと不安になって頼まれたことは何でも受けてみたり・・・ということが多々あったように思います。このような考え方や行動が自分の能力的向上につながった面も無くはないのですが、やはり、自分の「小我」ではなく、その時点での周囲の人たちに、仕事に、何より本当の自分の気持ちに意識を向けた方が良かったと感じます。

千里の道も一歩から...浮足立つことなく、まずは「一所」に「懸命」になること。
年の初めに、自分の心持ちと行動を、改めて見つめ直そうと思います。

『あなたが虚しく生きた今日は、
昨日死んでいった者があれほど生きたいと願った明日』
—小説「カシコギ」より

『どんなに悔いても過去は変わらない。
どれほど心配したところで未来もどうなるものでもない。
今、現在に最善を尽くすことである。』
—松下幸之助（日本・実業家、現Panasonic創業者）

「一所懸命」—

今の自分の境遇は「必然」と捉え、大切にしていこう。

心に焦りを感じたら、ゆっくり深呼吸を。心が不安に駆られたら、しばらく空を見上げて。

理屈なんかいい。ただ、今の自分を、自分の力を信じて、「一所」に集中しよう。
そこから全てが動き出す。

「懸命」な行動は、必ずや素晴らしい未来を運んでしてくれるだろう。

＜充実した一年とするための3つの質問＞

1. 今年の自分にプレゼントするなら、どんな言葉を贈りますか？
2. 今の仕事を更に素晴らしいものにするなら、何をプラスしますか？
3. 今、一番「ありがとう」を伝えたい人は誰ですか？

矛盾と葛藤に学ぶ

2014.4

「矛盾」とは、2つの物事が食い違い、つじつまが合わない意。

矛(ほこ)盾(たて)商人と客のやり取り、中国「韓非子」難一の記事を語源とする言葉。

「葛藤」とは、人がいがみ合ったり感情がもつれ合う様、心の中に相反する動機・欲求などが存在し、その選択に迷っている状態を表す言葉。

葛は「かづら」とよみ、木に巻きついて伸びるつる草。藤もつるを伸ばす植物であることから、葛や藤の枝がのびて絡み合う、もつれた様子を比喻したことに由来する。

仕事も含めた日々の生活において、“一本筋の通った考え方”や“一つの正解”をベースに、互いに理解し合えることばかりであったならなんと楽だろうー。

しかし、実際にはそうはいかない。今日上手くいった選択は、明日通用するとは限らない。Aさんに通用した対応が、Bさんの逆鱗に触れる…。全くをもって、予測不能で多様性に富む、矛盾と葛藤に満ちた世の中である。一見面倒で厄介に思える世の中だが、このような矛盾と葛藤があり、それに向き合うからこそ「創造性」「成長」が育まれる…という見方もあるのではないだろうか。

存在しない唯一無二の正解を探すより、矛盾と葛藤を受け入れ、「今」に懸命に対応する—そんな考え方と姿勢が大切なのではないだろうか。

今月は新入社員研修一色の月でした。「最近の若者は…」から始まるネガティブメッセージを良く耳にしますが、私が出会った新人たちは、素直で真面目で懸命な姿勢を持った素晴らしい人たちが殆どであったと感じています。インストラクターとして、社会人の先輩として、彼・彼女たちを勇気づけてあげる立場にあるはずですが、元気な挨拶・キビキビとした動き・素直な返事・懸命な眼差しなど、その前向きな姿勢とエネルギーに、こちらがたくさんの元気をいただけてしまいました。

そんなキラキラした彼・彼女たちですが、気になる課題が一つあります。

それは、「一つの解を得よう」としすぎる傾向です。こちらが指摘したことに対して即修正する力、提示した内容の理解度は申し分ないのですが、「本当にそうか?」「他に考え方はないか?」「何故そうなのか?」といった問が出にくいと感じるのです。ビジネスの現場では同じような場面であっても、その状況や相手によって柔軟に対応を変えることが求められ、上司・先輩からの指示も一貫性がなく矛盾していると感じる場面や、どちらを選択したら良いか迷い・悩むことが常です。「唯一の正解探し」に囚われてしまうと、遭遇した「矛盾や葛藤」と折り合いをつけ、しなやかな思考でスピーディーに行動すること(結果として事態を好転させること)が困難になってしまいます。

「矛盾や葛藤」、一瞬は戸惑ったとしても、その「事象」の根底にある「意味」を探して学び、次に活かすという「経験学習」を習慣にして欲しい...期待と共に、そんなメッセージを送っています。

『人生は迷いも不安も葛藤も必ずついてくるものです。

背負うものが増えるたびに、ピュアだった自分に異質な要素が混じって濁っていくような気がするかもしれません。だけど怖がらなくていいんです。水が濁ると先が見えにくくなるけど、だからこそしっかりと見ようと目を凝らすじゃないですか。そうやって葛藤に立ち向かい、濁りも臆せず取り組んで、新しい色の自分をつくっていけばいいのです』

— 宮田亮平 (金属工芸家 東京藝術大学学長)

「矛盾と葛藤に学ぶ」—

今、何か矛盾を感じていることがあるだろうか。葛藤があるだろうか。

もしそうなら、あなたの新たな「可能性の扉」が開くきっかけが訪れているのかもしれない。「矛盾」との出会いは、異なる考え方やモノの見方を学び、自分の「軸」が明確になる機会。「葛藤」のある状態は、逃げずに立ち向かう勇気と困難を切り拓く対応力を高める機会。人が生きる目的の1つが「成長すること」であるならば、「矛盾と葛藤」にこそ学びたい。

<“矛盾・葛藤”に出会った時に自分に問いたい3つの質問>

1. 何故、その「矛盾・葛藤」を感じているのか?
2. どんな「選択肢」があるか? 得られるもの、失うものは何か?
3. この「矛盾・葛藤」から学べることは何か?

訓読みで「意を一にし、心を専らにす」—中国春秋時代の書、管子・内業より。他のことは考えず、一つの事（自分のやりたいこと）に心を集中するという意。「一意」とは、自分の考えや、やりたいことなどの目的として決めたこと。「心」は感情のことを意味し、「専心」は、迷いを起こす原因となる怒り、妬み、おごりなどの感情囚われずに、無心に謙虚に集中する様。

自分の決めた目的ややりたいと感じたことの為に、余計なことを考えないで、ただひたすら、それに心を集中する。その行動が大きな成果と真の幸福感を生み出す。

一つのことに集中し、夢中になって取り組んでいる時間がどれだけあるだろうか。自分の仕事の「質」を最大限に高める活動をどれだけ真剣にやっているだろうか。

安易な妥協をせず、隣の芝に心を揺さぶられることなく、今取り組んでいることに専心しよう。

「大きな成果」「感動する仕事」は、きっとこのような活動から生まれるはずだから。

今、皆さんには無我夢中で真剣に取り組んでいることがありますか？

自分の仕事の「質」を飛躍的に高めるために、何を実践していますか？

先日、私の尊敬する恩師（前職の上司）と懇親の機会を持ちました。現在の仕事の近況といった身近な話題から、今後の日本や世界がどのような方向に向かうだろうといった大きな話題まで、本当に色々と話が膨らみ、尽きず、とてもワクワクする時間を過ごすことができました。

その中で投げかけられたある素朴な問いが私の胸に突き刺さりました。

『ところで石月さんは、今の仕事の質、自分の強みを圧倒的に高める活動はできている？』

確かに最近の自分を顧みると、「〇〇事業に関わってみたい」「〇〇という新しいサービスを立ち上げたら面白いのでは」など、思考のベクトルが様々な方向に拡散傾向にあったと気づきました。勿論、今の仕事の「質」を高める活動は継続しているつもりですが、「圧倒的」にまで高める活動になっていたかという疑問は拭えません。

可能性を限定せず、色々と「ありたい姿」を描くのはいい。しかし、自分が心からやりたいと感じていること、自分らしさや強みが発揮できるステージ、今取り組んでいる大切な仕事、これらを感じ動レベルに持っていく活動が疎かになってしまっは本末転倒である―、この業界に入って14年、独立して丸4年を迎えるタイミングで大切な示唆をいただけたと感じました。

**『自らの成長のために最も優先すべきは、卓越性の追求である。
能力は、仕事の質を変えるだけでなく、人間そのものを変えるがゆえに、
重大な意味を持つ』**

― P.F.ドラッカー（オーストリア 経営学者・コンサルタント）

**『サラリーマンに限らず、社会生活で成功するには、その道でエキスパート
になることだ。ある一つのことについて、どうしてもその人でなければな
らないという人間になることだ 』**

― 小林一三（阪急東宝グループ創業者）

「一意専心」―

夢中になって取り組みたいと想える何かを見つけよう。

今任されている仕事、自分が価値を発揮できる領域、「あなたらしさ」を見つめ直してみよう。

そして、その自分の「コア（芯となるもの、強み）」を圧倒的なレベルへ、ピカピカに磨き上げるのだ。

輝く「コア」があるからこそ、様々な分野へのチャレンジから得られる、「見識や経験」「開発できるスキル」「獲得できる成果」も大きなものとなるはずだから。

安易な妥協をせず、自分の心のバーを上げ続け、真摯に「一意」と向き合っていこう。

＜“一意専心”に向けて確認したい3つの問い＞

1. あなたの「コア（芯となるもの、強み）」とは何ですか？
2. あなたの「コア」は誰に対して、どのような場面で輝きますか？
3. あなたの「コア」のレベルを更に高めるために何が必要ですか？

運氣を高める

2015.6

“運氣”とは、自然界の現象に現れる人間の運勢。

起源は中国古代の人々が自然を長期間に渡って観測し、その気候の変化の中に法則性を見出し、中医学の基礎の一理論(五運六気)としてまとめたものとされる。

何をやっても上手くいく時、思うようにコトが進まない時は確かに存在する。それは大きな自然の流れ「天運」が影響しているのかもしれない。

しかし、「天運」だけで私たちの「幸・不幸」は決まらない。私たちの心持ちと行動で、よい「氣(エネルギー)」を「運—運ぶ、呼び込む」こともまたできるのだから。

上手くいかない時ほど自分の心と行動を見直したい。そして良い「天運」が巡ってくる時期に備えたい。「運氣」を高める心がけと行動を、今この瞬間からはじめたい。

皆さんは現在、自分は「運がいい」「幸運」に恵まれていると感じていますか？

人には良いサイクルにあるタイミングと悪いサイクルにはまっているタイミングが確かにあると思います。私は全く分からない分野なのですが、そういった「運氣の状態」を観てくれる友人がいて、今年は「健康に留意してコトに臨む必要がある時期だ」とアドバイスされました。

この手の話は「信じる、信じない」色々と考え方はあると思いますが、私はそのアドバイスの後で友人が付け加えたメッセージ—「今伝えたのは運氣の大きな流れであって、それを知った上で自分がどんな心構えで、どう行動・意思決定するかで結果は良くも、悪くもなるよ」がより重要だと感じました。

私たちは日々、人や物事から多くのフィードバック(メッセージ)をもらっているはずで、それをただスルーしてしまうか、傾聴と受容の姿勢で真剣に受け止め、自身のマインド・行動・立ち居振る舞いをより良く変えていけるか—「良いサイクル、幸運のサイクルをつくる」「運氣を高める」本質はここに尽きるのだと、改めて強く感じました。

『私は、運の存在を強く信じている。
そして、運は努力すればするほど、ついてくることを知っている。』

—トーマス・ジェファークソン（元・アメリカ大統領）

『幸運といい、不運といい、それは後になって言えることである。
ただ自分がよいと思うところを現実の条件から裏付けし、
あとは勇を鼓して一歩踏み出すだけである。』

—大川 博（日本・実業家、東映の事実上の創業者）

「運気を高める」—

今、あなたは良いサイクルをつくり出しているだろうか？

充実感や幸福感を味わう機会が多いだろうか？

自分の「運気」を高めていこう。より良い結果を生み出すための循環をつくっていきこう。

そのスタートは自分へのメッセージに気づき、素直に受け止め、ありのままの自分と向き合うこと。

今の自分を受け入れ、自分のありたい状態に意識を集中すること。

あとは発言を、行動を、立ち居振る舞いを少しずつ変えていくのだ。勇気を出して。

暫くしてあなたは感じるだろう。「運気」の高まりを。そして良いサイクルの中にある自分を。

＜“運気を高める” ためにすぐに始めたい3つの心がけ＞

1. ニコニコ笑顔を意識する、いつも感謝する
2. 人のせいにせず、自分に何ができるかを考えて行動する
3. 身の回りを常に整理・整頓・清潔にしておく

“質実剛健”とは、中身が充実して飾り気がなく、心身ともに強くたくましいさま。

「質」は質朴、「実」は誠実の意で、「質実」は飾り気がなく、まじめなこと。

「剛健」は心やからだが強く、たくましいこと。

仕事において目指したい姿、それは“質実剛健”ではないだろうか。

表面をどんなに繕っても、その場の対応力で一時はやり過ごせても、中身がホンモノでなければ継続的な成果は得られない。心身共に健やかで強い状態でなければ、質の高い仕事を生み出し続けることはできない。

変化のスピードが速く、情報過多な時代であるからこそ、本質的な内容の充実に努めたい。逆境にあっても一歩踏み出す勇気が湧いてくる、そんな強い心身を養いたい。

今思い返せば、私の父の仕事ぶりは「質実剛健」であったように感じます。

父は民間の製造業から転職し、国家公務員として定年まで勤め上げたのですが、朝は非常に早く、夜は出かける時に宣言した時間に必ず帰ってきました。稀に職場の上司や同僚が我が家にきて酒を酌み交わすこともあったのですが、その時の飲み方は半端じゃなかったと記憶しています。

生真面目で、自分の仕事にはとことん細部にまでこだわる凝り性でした。「信念を曲げるな」「始めたことは最後までやり通せ」「おべっかは使うな」「いい加減な仕事をする奴がいたら上司でも徹底的にやり合え」など、酔うと口癖のように語っていたのを思い出します。こんな融通が利かない頑固な気質でよく職場でもぶつかったためか、出世はしなかったのですが、父の友人の話によれば、その仕事ぶりや品質は周囲も一目おいていたようで、頼りにしている人が大勢いたようでした。

父の“酔い語り”が一番多かったのは、私が中学・高校のころなので、父が40前後、今の自分と同じぐらいの年齢です。「信念を貫いた仕事をしているか」「細部にまでこだわった仕事をしているか」「表面だけ取り繕うようなことをしていないか」—あの頃流して聞いていた言葉が、今は心に染み入ります。「実」あるより質の高い仕事に向けて、精進あるのみです！

『一見たいしたことのない仕事でも、思い切って全力を注ぐことだ。
仕事を一つ征服するごとに実力が増していく。
小さい仕事を立派に果たせるようになれば、
大きい仕事の方はひとりでに片がつく。』

— デール・カーネギー（アメリカ・作家、自己啓発トレーナー）

『びっくりするような好プレイが、勝ちに結びつくことは少ないです。
確実にこなさないといけないプレイを、
確実にこなせるチームは強いと思います。』

— イチロー（日本・元野球選手、メジャーリーガー）

「質実剛健」—

“ホンモノ”だけが選ばれ、生き残れる時代は既に訪れている。

情報が低コスト・超スピードで共有される今、そこそこレベルのモノ・コト・仕事では、その価値は急速に失われてしまう。この流れは更に加速していくだろう。

どんなに表面を美しく装っても、「実（内面）」をごまかすことは決してできない。

仕事だけではなく、人の身体や心にも通じる自然の摂理である。

どんな環境でも必要とされる存在となるために、自信に満ち溢れた自分となるために、そして毎日を充実したものとするために、「質実剛健」を目指していこう。

＜“質実剛健” となるために意識したい3つのアクション＞

1. 日々仕事を振り返り、小さな改善・チャレンジを積み上げる
2. 結果だけでなく、そのプロセスやメカニズムにこだわる
3. 心身の健康に保ち、より強くする習慣を持つ

“本質”とは、それがそれであるために最低限必要な基本要素のこと。
物事で一番価値のあるコアな部分。表面的でない根本性質のこと。
私たち人間は、直接的に見えるもの、表面的に認識できる事実、一次情報に大きな影響を受けやすい。見えている事象が全てではないことも、マスキの報道に間違いや歪みがあることも十分に分かっているはずなのに、これらに流されてしまう。

だからこそ本質を見極める“本質眼”を磨くことが重要だ。目の前の事象を鵜呑みにせず、その本質とは何かを常に深めようとする思考、一般的な論理より自分の直感を信じる感性を大切にしよう。自分の仕事、人間関係、抱えている問題...それらの本質を掴み適切な対応ができたなら、必ずや大きな成果を得ることができるはずだ。

「物事、問題の本質を捉えよ」—コンサルティング会社に転職して以降、先輩や上司からことあるごとに何度も指導いただいたメッセージです。“言うは易く行うは難し”なことですが、その大切さは心に深く刻み込まれています。この業界に入って1年ほど経ち、徐々に仕事にも慣れてきたころ、ある大手広告会社で人員数や配置が適正かを調査するプロジェクトに参画する機会をいただきました。私はデータの入力と分析、報告資料の一部を作成する担当だったのですが、先方の責任者が本質を掴もうとなさる方で、データの分析事実・仮説について、「そのデータが示す根本には何があるのか」「その分析仮説の本質は何か」「表層の事実には隠された根っこを知りたい」...といった質問を毎回のミーティングで投げかけてこられました。プロジェクトメンバー全員、毎回頭をフル回転させて、準備に、報告会に全力で臨んでいたのですが、事実やデータを表面的にしか捉えることのできない自分に情けなさや悔しさを強く感じたことを今でも思い出します。このプロジェクトは何とか最終納品が完了し、信頼をいただけたのか、その後も継続してお付き合いが続くことになりました。

この経験以降、私の中で本質を掴むことの大切さ、深めようとする意識は確実に強くなり、今も継続しています。

『財界の師と仰がれた安岡正篤氏は、考え方の基本を、
「大局的に物事をとらえ、多面的な視野を持ち、
中長期的に考える」ことだと述べています。
この考え方をすれば、物事の変する部分と変化しない部分、
本質を見極められます。』

—北尾 吉孝（日本・経営者、SBIホールディングスCEO）

『とてもかんたんなことだ。ものごとはね、心で見なくてはよく見えな
い。いちばんたいせつなことは、目に見えない。』

—サン・テグジュペリ 小説『星の王子さま』より

「本質眼を磨く」—

あなたは物事の本質を見極めようとしているだろうか。
表面的な事象や、一次情報を鵜呑みにせず、その奥底にある真実を追い求めているだろ
うか。
情報が氾濫し、多くのモノや人がつながって複雑性が増している現代においては、
より一層、物事の本質を捉えることが難しくなっている。
だからこそ、本質を見極める力がこれまで以上に求められるとも言えよう。
目の前の事象が語る本当の意味、問題が発生した根本原因、相手の発言の真意、
そして、自分自身の本当の姿、心から“やりたい”と感じていること。
本質を捉えて行動することで、あなたの人生はより豊かに、輝くものになるだろう。

<“本質眼を磨く”ために意識したい3つのポイント>

1. 多数派、一般論に流されないように注意する
2. 自分と異なる考え方、価値観を持つ人の意見に耳を傾ける
3. 関係する人たちそれぞれの視点で物事を深めてみる

「画竜点睛」—『歴代名画記・張僧ヨウ』にある以下の故事に基づく。

“梁（中国南朝）の絵師『張僧ヨウ』が、勅令により金陵の安楽寺の壁に四匹の竜の絵を画いた。その絵は素晴らしい出来だが、睛（ひとみ）が画かれていない。なぜかと絵師に尋ねると、「睛を入れれば飛び去るからだ」と言う。人々はそれを信じず、二匹の竜に瞳の点を書き加えさせた。すると竜は忽ち天に昇っていった”

「物事の完成に向けた最後の仕上げ、全体を引き立てる最も肝心な所」という意味。

仕事においても、プライベートにおいても“画竜点睛を欠く”という状態に陥ってはいないだろうか。それなりに仕事をこなし、それなりに結果を出し、日々の生活に大きな不満があるわけでもない—しかし、何かが足りない気がする、肝心なことに取り組めていない感覚がある...そんな状態にならないだろうか。

自身の“画竜点睛”を見定め、満たしていこう。その活動に集中していこう。あなたの仕事や生活を、そして人生を素晴らしいものとするために。

あなたの仕事における“画竜点睛”とは何ですか？

この問いに即答でき、それを軸にして活動できているとしたら、きっと素晴らしい仕事と大きな成果を得ているのではないのでしょうか。私は人材育成・コンサルティング業界に入って16年になりますが、「変わりたいと思っているのに変わらない人」を変革に導くには、「真の信頼関係」を醸成するためには、「個や組織の強み・パフォーマンス」を最大化するには、「真のリーダーシップ」を発揮するには...など、眼前に現れる様々なテーマに対し、未だ自分自身やそのテーマにおける“画竜点睛”を探りながら、懸命に取り組む毎日です。

ある尊敬する友人から、私の「コア・エネルギー(=本質)」は「大丈夫...と安心感を与えるあたたかさ」であると伝えられました。それを活用することが、仕事においても、自分や周囲にとってもより大きな成長や充実感を促すのではないかと。自分の「コア」—正直、心から実感として持てていない点なので、この年末年始にじっくり自分と向き合い、改めて深めてみようと思います。

『限られた時間で、大量の仕事を抱えたら「これだけはやっておかないと」という部分をまず終わらせようとするはず。

それが仕事の本質です。』

— 岩田松雄（日本の経営者・スターバックスコーヒージャパンCEO）

『たとえ3日間の手伝い仕事であっても、その仕事に一生のような心構えで真剣に立ち向かうならば、そこから必ず大きなものを得ることができる。』

— 松下幸之助（日本・実業家、現Panasonic創業者）

「画竜点睛」—

あなたがキラキラと輝く「コア・エネルギー」とは何だろう？

日常生活において「心から楽しい、幸せだ」と感じるのは何をしている時だろう？

雑事に時を費やし、本当に大切なことが後手に回らないように。

過去の体験や常識に縛られて、心からやりたいと感じた活動にブレーキがかからないように。

「竜の瞳」を描くがごとく、あなたの“コア”を見つけ、それが活きる活動に集中しよう。

あなたの仕事や日常生活の輝きは、大切な人たちの笑顔をきっと増やすだろう。

「天高く昇っていく竜」のごとく、更に高い次元に自身を成長させていこう。

＜自分の「コア・エネルギー」を見つけるための3つのヒント＞

1. 自分が周囲へ強く求めているものは何かを探ってみる
2. 大切な人たちからのメッセージを心から受けとめ、深める
3. 周囲から感謝された経験に共通する「本質」を明らかにする

「明鏡止水」―曇りの無い鏡と澄んだ水面のように、安らかに落ち着いた心境のこと。

「莊子・徳充符」にある「明鏡」と「止水」の二つの言葉を合わせてできた句。

「明鏡」とは、一点の曇りもない、よく映る鏡のこと。

「止水」とは、流れずに静かにとどまって、澄んだ水面のこと。

安らかで落ち着いた心の状態だからこそ、真に“今、ここ”に集中できる。自分の本心、周囲の人たちの気持ち、環境の変化を敏感に感じ取ることができる。

心がざわめき、揺れ動く状態では本当に大切なことを見失ってしまう。

目まぐるしく過ぎゆく毎日の中で、そんな心の状態に陥ってはいまいか。

「明鏡止水」のような心になれる時間を少しでも持つようにしていこう。本当の心の声を聴き、真に充実した人生としてゆくために。

皆さんは最近、「豊かで満たされた時間だな...」としみじみ感じたことはあるでしょうか？

私は今回のフィジー視察で、そんな感覚を暫く忘れていたことに気づきました。日頃の私は、幸せ感や充実感を感じることは多いのですが、直ぐに先々のこと（やらなければならないこと）が頭に浮かんできてしまい、次はこれをしてあれをして...といった具合に未来の段取りばかり考えてしまっていたと感じます。“今、ここ”に心に向け、味わうことが本当に少ないなあ...と。

「何もしないこと」が心を穏やかに、そして感じる力を高めてくれるような感覚。理屈抜きに、それこそ直感でとても大切なことだと感じました。日本に戻ってもこのような時間を持とうと決めました。心を静めて自分の本当の気持ち、本質と向き合う時間―頭では重要だと分かっていたつもりでしたが、今回は肌感覚として実感しました。今の自分にとっても必要なのだと。

『おだやかな心は問題を解決します。
怒りにふるえ、悲しみに打ちひしがれ、
嫉妬に狂った心は、問題をますます混乱させます。
問題の解決は心のおだやかな時にしなさい』
— ジョセフ・マーフィー（アイルランド 宗教者・著述家）

『何より大事なのは、人生を楽しむこと。
幸せを感じることに、それだけです』
— オードリー・ヘップバーン（イギリス・女優）

「明鏡止水」—

あなたの心は今、慌ただしく乱れてはいないだろうか？
やらなければならない仕事、眼前の悩みや問題の解決、周囲からの要求。
それらに真面目に対応していくこと、それはそれで良いことかもしれないけれど、
本当に大切なことを見失ってはいないだろうか。それは心からあなたが望む時間なのだろうか。
大きく深呼吸して、何もせず、穏やかにゆったりとした心で自分と対話する時間を持つてみよう。
今のあなた自身が気づいていない、本当に大切な何かを感じるかもしれない。

<“明鏡止水”な心となるための3つのポイント>

1. 何もしないで、今と自分を味わう時間を定期的に持つ
2. 何事も何時も、大きな視点・視座で見るように心がける
3. 「ねばならない」と頭に浮かんだ時は、「本当に？」と問いかける

「米百俵の精神」—幕末・明治初期、越後・長岡藩（現新潟県長岡市東部）で大参事を務めた小林虎三郎にまつわる故事から引用された言葉。

明治3年、戊辰戦争で敗北した長岡藩は政府から収入を大きく減らされ、食べ物にも困る窮地に追い込まれる。その窮地を察した支藩・三根山藩の牧野氏は長岡藩に米百俵を寄贈する。腹をすかせた藩士たちはその米に飛びつこうとするも、小林虎三郎はその米を売って学校を創ろうと提案、これを断行する。“百俵の米も、食べばたちまちなくなる。だが教育にあてれば明日の一万、百万俵となる”と諭して。

目先の問題や小我に囚われ、その場しのぎの対応に逃げ込むのはやめにしよう。

大局を素直な心で見据え、本当に大切なことを優先する勇気を持とう。

ワクワクと充実感あふれる未来は、その意思決定と小さな一歩からはじまるのだ。

皆さんは自分の「資源（強み、時間、お金、人脈など）」を本当に大切なことに使っていますか？

どのような視点や立場で物事を見るかで「大切なこと」の定義は変わります。少しでも高い視座と長めの時間軸で現在の自分を見てみると、多くの方が（私も同様に）今の時間やお金の使い方、挑戦・学習テーマをもっと大胆に変化させていきたいという感覚になるのではないのでしょうか。

一方で、目先の問題や我欲、短い時間軸で描く未来イメージのパワーは結構強いので、そちらに引っ張られてしまって「大胆な変革」へ舵を切れず、現状の維持改善レベルに留まっている方も少なくないと思われます。しかし、変革期は遅かれ早かれ誰にでも訪れるもの。「今を生きる」ことを大切にすると共に、「大胆な変革」まではいかずとも「常により良い変化をしかけていく」という能動的な姿勢は実践し続けて参りましょう。私も来るべき「変革期」に向けて構想やイメージをカタチにし、もっと人と会って語り合い、小さくてもチャレンジをし続けていきます！

『あなたにできること、あるいはできると夢見ていることがあれば、
今すぐ始めなさい。向こう見ずは天才であり、力であり、魔法です。』

— ヨハン・ゲーテ（ドイツ・詩人、小説家）

『自分自身にとって何が本当に大切なのがわかっていて、そのイメージ
を常に頭の中に植え付け、毎日そのもっとも大切な事柄を優先する形で
自己管理をすれば、人生は何と大きく変わってくることだろう。』

— スティーブン・R・コヴィー（アメリカ・経営コンサルタント、「7つの習慣」著者）

『明日死ぬかのように生きよ。永遠に生きるかのように学べ。』

— マハトマ・ガンジー（インド・弁護士、宗教家、政治指導者）

「米百俵の精神」—

今のあなたは、持てるものを本当に大切なことに使えているだろうか。

ここ数日の時間の使い方は、自分にとって意味のある、充実したものだったろうか。

この問いの答えが「No」に近いと感じるのなら、自分の中の優先事項を少しずつでも変えてみよう。

目先の問題解決や利己的な我欲にのみに囚われる、そんな罠にはまらないように。

高い視座と素直な心で、あなたにとって最も大切なもの、重要なコトを見定めて。

あなたの持つギフトをそれらに集中させるのだ。大丈夫、きっと得られるものは大きいはずだ。

＜“米百俵の精神”から学ぶ3つの心がけ＞

1. 場当たりの対応をやめ、常に本質的な対応を心がける
2. 高い視座で、大局で物事を見るように意識する
3. 自分の成長、後進の育成に積極投資する

「習与性成」—習慣として身につけたものは、生まれつき持っていた本性のようになるという意味。中国最古の歴史書「書経」より。

人は誰しも生まれながらに素晴らしい能力、天性を持っている。

しかし、これだけで人生は決まらない。むしろ後天的に身につけたもの（習慣）が、ついには先天的に備わっていた能力や性質以上に大きな影響を及ぼすだろう。

だからこそ、身につける習慣は、自分にとって、自分の大切な人たちにとって好ましいものでありたい。心地の良い感覚と充実感をもたらすものでありたい。

より良い習慣は、あなたの本質を変え、運命と人生を好転させるだろう。

皆さんは、どんな習慣を身につけていますか？それは「良い習慣」でしょうか？

教育の成果イメージの一つは「良い習慣」が新たに身につくことではないかと考えます。大それたこと、難しいことでなくとも良いのです。挨拶や感謝の気持ちを素直に伝える、問い合わせへは早めにレスポンス、5分前行動を徹底する、振り返りと計画の時間を定期的に持つ、助けをいただいたら事後報告を必ず行う、毎日30分軽い運動をする、睡眠を毎日7時間以上取るなど、ちょっとした“良い行動”を継続して習慣にすることがとても大切なことだと思うのです。

私は上司や友人からの教で、「クイックレスポンス」「毎日の振り返り」「プラスの言葉とイメージング」「5分前行動」という4つについてはほぼ習慣として身につけることができているという自覚があります。結果として、イライラすることが減って穏やかで楽しい時間が確実に増えていきますし、仕事の成果やネットワークもこの10数年で大きく広がりました。良い習慣は、目先の結果だけでなく、将来の可能性をも広げてくれる、人生をプラスに転換するパワーがあるのです！

『心が変われば、態度が変わる。態度が変われば、行動が変わる。
行動が変われば、習慣が変わる。習慣が変われば、人格が変わる。
人格が変われば、運命が変わる。運命が変われば、人生が変わる。』

— ヒンズー教の教え

『優れた道徳心は習慣からしか生まれない。
私たちは、自分でつくった習慣のようにしかならないのだ。
節制している人は節度ある人となり、
勇気ある行動を続けている人は勇敢な人となる』

— アリストテレス（古代ギリシア・哲学者）

「習与性成」—

運の良し悪しは確かにあるけれど、それは生まれ持った天性だけで決まるものではない。あなたの日常の立ち居振る舞いや言動が、それに応じた“運氣”を引き寄せるのだ。チャンスを見つけ、掴めるかどうかもこれと同じ。外部より、自分の“あり様”の方がより影響する。
どうせなら、良い運氣を巡らせ、チャンスをモノにできる人になろう。
悪い習慣をやめて、良い習慣を1つでも多く身につけよう。習慣はあなたの本質となる。可能性が広がる未来とは、そんな良い習慣の積み重ねから生み出されるのだ。

<“良い習慣”を身につけるための3つのヒント>

1. ベイビーステップ（小さな一歩）から始める
2. 目的や成果実感がはっきりしている習慣を優先する
3. できない日があっても問題なし、軽やかな気持ちで再スタートする

「敬天愛人」—西郷隆盛から学んだ教訓をまとめた『南洲翁遺訓』という書物の中に収められている名言の一つ。京セラの社是でもある。

「敬天」とは、自然・真理・天命に対して謙虚に向き合う心、姿勢のこと。

「愛人」とは、慈愛の心をもって人を許し、慈しみ、寄り添うこと。

私たちは誰もが偉大な自然の力と、周りの人たちに支えられて生かされている。

同時に、一人ひとりが自然の一部であり、その調和に欠かせない存在でもあるのだ。

だからこそ、自分を信じ、愛し、強み（らしさ）を活かして今を生きよう。

関わる人たちとの“縁”を大切にし、思いやりを持って関係を築いていこう。

シンプルではあるが実践は難しい、充実した人生の要諦である。

間違いなく言えることは、私の今があるのは、家族・友人・クライアントの皆さまから温かい思いやりと勇気づけをいただいていたおかげです。私は弱い人間で、すぐに諦めたり、へこたれてしまうことが多いのですが、ここぞというターニングポイントでは必ず周りにいる人が私を支えてくれ、今という素晴らしい未来につながる決断と行動を促してくれました。本当に感謝、感謝、感謝です。

「仕事で最も伝えたいことは？」・・・「自分と周りの人たちに愛と思いやりをもって関わる、ですかね」

「なんで今の仕事をしているの？」・・・「根本は人が好きだから、ですかね」

尊敬する友人たちとのやり取りの中で私が回答した内容です。とても青臭い綺麗ごとであることは否めませんが、実体験から感じる私のコアです。だから、これからも伝えていこうと思います。

自分の可能性を信じて一步踏み出すこと、関わる人たちに愛ある対応をしていくことの大切さを。

『言葉の中の思いやりは“自信”を創ります。
思考の中の思いやりは“深遠さ”を創ります。
与えることの中の思いやりは“愛”を創ります』

— 老師（中国・春秋時代における哲学者）

『逆境であれ、順境であれ、その与えられた境涯に素直に生きること
である。謙虚の心を忘れぬことである。
素直さを失った時、逆境は卑屈を生み、順境は自惚れを生む』

— 松下幸之助（日本・実業家、現Panasonic創業者）

「敬天愛人」 —

自然も人も助け合いと調和の中で共生している、これは恐らく真理であろう。
そして結局のところ、私は私らしく、あなたはあなたらしくしか生きられない。
ならばいっそ、自分の強み（らしさ）を磨き、今の環境で活かしきることに集中してはどうだろう。
自分の可能性を信じて、周囲の人との関わりに思いやりの心を持って。
その積み重ねの先には必ず見つかるはずだ。ありがたい自分が、そして幸福感にあふれた人生が。

＜“敬天愛人” 伝えたい3つのメッセージ＞

1. 自分を信じよう～あなたにしかない「強み」、歩めない「人生」が必ずある
2. 関わる人たちに思いやりを～感謝と敬意から真の関係性が生まれる
3. 今の環境と素直に向き合おう～向き合うことで次の扉が開かれる

「自分を信じて、歩み続けよう。愛、ワクワクのあふれる未来へ」

最後までお付き合いいただき、ありがとうございました。
皆さんの心に何かしらプラスになる言葉が届けられたのなら嬉しいです。

日本を取り巻く現状は、少子高齢化や自然災害の激甚化など、暗い未来像をイメージさせる問題が山積みであることは事実かもしれません。一方で、私たちの生きるこの世界は、まだまだ未知にあふれており、それはつまり、眼前の大きな問題を解決し、より良い未来を創る可能性も十分にあるとも言えるはずです。

今よりも愛のあふれる、ワクワクした未来を一緒につくっていきましょう。
私たち一人ひとりが、未来に対してプラスのイメージを持ち、自分の力と可能性を信じて、少しずつでも挑戦し続けること。必ず実現できる、私はそう信じています。

皆さまの人生が幸せに満ち溢れたものになることを心より願って。

2019年11月
アクティブプラス株式会社
石月 基樹

【著者プロフィール】

1974年茨城県常陸太田市生まれ。

法政大学経済学部卒(開発経済学専攻)。

人と接する仕事に従事したい思いで、国内大手シティホテルに就職(1996年~2000年)。

宴会場の接客サービス、法人営業・企画業務を経験。世の中のビジネスについてより見聞を広げたいという考えが強くなり、国内大手コンサルティング会社に転職(2001年~2010年)。

「生産性向上」をテーマにした現場改善のコンサルティング業務を経験。その過程で教育・トレーニングの大切さを実感、「教育研修開発部門」を立ち上げ、16種の教育コンテンツの開発に携わる。10年の節目を機に独立、アクティブプラス株式会社を立ち上げ、現在に至る。

「人と組織の活性化、変革」をテーマに実効性の高いサービスの提供を志す。これまでの支援社数は約260社、セミナー・研修は2,000回以上、受講生も30,000名を超える。



(注意事項)

本書の文章を引用、転載いただくことは自由です。但し、本文中のメッセージやデータ等は様々な文献を参考にして作成していますので、ご使用の際には十分に留意頂くとともに、自己責任にてお願い致します。何らかの問題が発生した場合、一切の責任は負いかねますので、予めご了承ください。

Action

Communication

Teamwork

Innovation

Vision

Excitement

