



ほむる

◆建設的な生き方へのお手伝い (Just do it!)◆
(カウンセリングのことは当社までお問合せ下さい)
【今月の一冊】不景気でも儲かり続ける店がして
いること 米満和彦 著 同文館出版
ホームページ URL <http://www15.ocn.ne.jp/~prime21/>

発行日 2012年7月1日 Vol. 117
発行元 有限会社プライム・コーポレーション
代表取締役 渡邊 敏徳
〒401-0015 山梨県大月市大月町花咲147番地
TEL 0554-22-2810 FAX 0554-22-2859

V字飛行

今、あらゆることが世界中で激しく変化しています。こうした激動の時代には、私たちが想像もしないことや事件が次々に起こってきます。そして、不思議なことにこんな時代というのは、大きな天変地異も重なって起こります。

世界的な混乱を振り返ってみれば、第一次世界大戦から、世界恐慌、そして、第二次世界大戦という一連の歴史が思い起こされます。日本で起こった関東大震災は、ちょうど第一次世界大戦と世界恐慌との間で起こっています。世界の大きな怒りのエネルギーが爆発した形となって現れたものが歴史のように感じます。今、世界は激動の時代を迎えています。ヨーロッパの債務危機をはじめ、日本においても政治や経済、そして教育など閉塞状態が長く続いています。

ところで、万葉集にも登場する、雁(がん)という鳥がいます。雁は集団で空をV字の形で飛んでいきます。そのV字は地上から見るとよくわからないのですが、真横から見ると立体になっているそうです。もちろん立体になっているのには理由があります。

前を飛ぶ雁が羽ばたくと上昇気流が起きて、後ろの雁が少ないエネルギーで飛ぶことができます。その雁が羽ばたくと、今度はその後ろの雁がもっと楽に飛べるようになります。だから、雁はV字編隊で飛びます。

しかし、一番先頭の雁にはそうした効果がないので、遠くまで飛ぶには体力を消耗してしまいます。そこで、疲れた雁は編隊を離れ、他の雁が前に一つずつ詰めて、離れた雁は楽な後方に移動します。今まで楽をしていた雁には体力が残っているから、先頭を飛ぶことができます。単独で飛ぶのに比較して71%の力で同じ距離を飛ぶことができるのです。

私たちの人間社会はどうでしょう？例えば、クラスでいじめが起きたとしたら、のけ者になった人は独りぼっちです。実際にのけ者にしたやつ、それを回りで見ている人たちだって明日は我が身…。そんな雰囲気クラスみんなの心を孤立させていき、そして、警戒心が生まれて心の垣根が高くなっていきます。

人間も含めて動物は、他のサポートがあってはじめてより良く生きられると思うのです。私たちは、人間関係の在り方をもう一度見直す必要があるように感じます。より良い人間関係を取り戻し、心のV字回復を願いたいものですね。

良い刺激

私たちは、毎日生活している中で「急激な変化」を嫌います。しかし、毎日代わり映えのしない生活も刺激がなく退屈してしまいます。

ではどうしたらいいのでしょうか？自分の生活の中で“良い刺激”に触れることが大切だと言われています。私たちは知らず知らずのうちにやっていますが、意識的に良い刺激を与えて、充実した時間を過ごすことは精神的にも肉体的にも、そして、物質的にも大切なことだと思います。

例えば、肉体的な刺激では、健康ランドでマッサージやお風呂に入り、ゆっくり睡眠を取る、好きな酒を飲むなど。精神的な刺激では、映画で感動する、ビジネスクラスに乗る、周りの人に感謝する。そして、物質的な刺激では、ブランドの時計を買う、世界一周旅行をする、リゾート会員権を買うなどいろいろあります。

『良い刺激』を生活に取り入れることで「人生のクオリティー」も高まり充実したものになっていくと思います。



【座右の銘にしたい名言】

登山の目標は山頂と決まっている。

しかし、人生の面白さはその山頂にはなく、かえって

逆境の、山の中腹にある。

吉川英治(小説家)