

清流

題字：芳野 充

令和5年3月30日

第75号

発行所 加来不動産(株)

発行者 加来 寛

北九州市小倉南区守恒本町1-12-23

穏やかに

静かに

清流のように

成長はらせん階段のように

人生に、夢や目標をもち日々を過ごしている人は立派で、夢や目標がなく日々を何となく過ごしているわたしはダメな人間だ、と思っていました。そんな自分をごまかすために色んなものに手を出していた時期があります。たとえば、空手をしながらサーフィンをしたり、カメラをいじったり登山をしたり、遅くまでゲームに興じ、マンガ本や色々なものをコレクションしてはせまい部屋をさらにせまく、ゴチャゴチャさせていました。

しかし二十五歳で母親が急逝し、とっせんわたしが会社の代表となつてからは、「これではいかん」と思いはじめました。そのころ出会った素心学塾塾長の池田繁美先生から様々なことを教えていただくようになってから、「わたしも人から慕われる魅力的な人になりたい」と思いはじめ、すこしずつですが意識が変わり、同時に行動にも変化が出てきました。

魅力的な人になるために、自分で目標を立て日々チェックし反省し、次の日に生かす努力をはじめました。しかし今まで「努力すること」「決めたことを継続すること」とは無縁だったわたしは、目標を立てて行動にうつしては断念し、断念しては目標を立て直し、行動するもあきらめる、このくり返しです。そうすると、どんどん自分が嫌になり「オレは何をやってもダメな人間だ」と自分を責め、自己嫌悪に陥りました。

そのことを池田繁美塾長に相談すると、「人はすぐには変わりません。また人の成長はらせん階段のように同じところをぐるぐる回っているように感じるものです。ですが行動した分、確実に一段一段上がっていているんですよ」との言葉に、ふと肩の力が抜けた気がしました。

これを機にわたしは次の五つのことを意識し、すこしずつですが継続できるようになってきました。一つ目は、「どんな自分になりたいか」もしくは、「どんな自分にはなりたくないか」をイメージすること。二つ目は、目標を達成できない場合、自分が達成できそうなレベルまで下げること。三つ目は、一回でも行動できたら自分を誉めること。四つ目は、できない自分を責めずに、しっかり受け止めること。最後五つ目は、自分をあきらめないこと。意外にも一番おもしろいと感じたのは、三つ目の「自分を誉める」ことでした。しかしそれができるようになって気づいたことは、自分だけではなく、他人も自然と誉められるようになってきたことです。

世の中に完璧な人はいませんし、ダメな人もいません。ただ、完璧ではないにしても魅力的な人になりたいと思っています。そのために、自分で決めたことをあきらめることなくコツコツ積み上げ、らせん階段をのぼるがごとくすこしずつですが、成長していきます。

加来 寛

