

「与える」人とは

スイッチON!! パラリンピックも閉幕し、今回のコロナ渦で日本はたくさんのトラブルシューティングの知恵とノウハウを手に入れたと思います。この経験は、前を向けばきっと生かされると思います。また、パラリンピックの中で感じることは、障がいとはどの立場から見たのかと考えました。それは、日常気づきませんが、2階に上がるのに、階段がなければ2階へはいけません。そうなれば僕たちの日常の行動の障がいになる。そう気づくと、障が者という立ち位置は日常の制限を解決していくことで取り除けると気付かされます。国が福祉国家として成熟することは意識の高い国民がいることだと感じます。ただ、明日を担う子どもたちがパラリンピック観戦の機会を失ったのは残念。。。

さて、日頃より成長しよう!と伝えていますが、成長するためにはインプットしなければなりません。そして、アウトプットで成長のきっかけを得ます。

日本語で言えば、インプットは学びです。では、アウトプットは?それは、「与える」です。

「与える人」は成果を得る。

勘違いしてはいけないのが、与えるとすぐに何かが起こる、いいことをすればいいことが起こる、相手の望むお金や物を与えて喜ばせる、そうした話ではありません。

「与える」とは成功を生むカギとして、僕は「与える3原則」を定義しています。

「感謝」「応援」「思いやり」

これが、僕の考える「与える3原則」です。

「ありがたい」と考える。「がんばれ」と考える。「思いやろう」と考える。つまり、「与える」という思考を意図しているのです。

「与える」思考の人は、とにかく自分の心にフローな風が吹くような言葉を好みます。

強調しておく、人の気分を良くするための言葉ではなく、あくまで自分の心にフローな風が吹く言葉です。

その場を盛り上げるための言葉ではなく、目の前で悩んでいる人の気持ちを前向きにするための言葉でもなく、自分から与えようという思考の中でどんな言葉を使っていれば自分の機能が良くなるかという発想です。

たとえば、「得意」よりも「好き」。

「得意」とは、人と比べて決まる相対的なことです。自分では得意なつもりでも、広い世界にはもっと上手にやる人がたくさんいるでしょう。比較や優劣は、人を不安定にします。比べるクセのある人は、常に他人のことが気になって心が落ち着きません。

対する、「好き」は絶対的です。好きなものは好き。「好き」には比較も優劣もありません。ですから、カレーが好きな人は、「カレー」と考えただけでご機嫌になります。

実際にカレーを食べなくても、「カレーが好きだ」と考えるだけで機嫌が良くなってきます。好きなものや好きなことを考えると、無条件に気分が良くなる仕組みが脳には備わっているのです。

人の得意話を聞くと、何となく気分が悪くなるものです。一方、自分の好きなことを楽しそうに話しているのを聞くと、こちらも気分が良くなってきます。好きなものや好きなことの話は、話し手も聞き手もフローにするというわけです。

相手に喜びを与えることは仕事や家庭生活をはじめ、生きていく上でとても大切なことです。

そして、与えようと考えるときにまずすべきは「与える」ためのパフォーマンスの質を高めるための自分の機能を良くすること。つまり、自分の心にフローの風を吹かせること。それが自ら「与える」人たちに共通する習慣なのです。

好きなことを考えて心にフローな風を吹かせるいい習慣を身につけて行きましょう!

