

# ひらほく新聞



★フログひらほく通信★

登録なしで携帯でも閲覧可能。  
当店からの各種お知らせや、ここに  
に効くお話等、ぜひご覧ください!!  
<http://ameblo.jp/hirahoku/>



発行所 読売センター平塚北部 (ひらほく) 山本 直 〒254-0013 神奈川県平塚市田村9-4-32 電話 0463-54-2807



10年程前に、斎藤一人さんの書籍に出会い、以来そこに書いてあった『天国言葉』が「好きな言葉」となり、その考え方を大切にしています。一人さんの成功法則について語った数々の著書には素晴らしい教え・学びが満載です。書籍や人との出会いで、まさに成長させていただいてきたといえる自分の思いを紹介します。

**斎藤 一人** さいとう・ひとり 1948年生まれ、東京都江戸川区出身。『銀座まるかん』(日本漢方研究所)の創設者。1993年以来、毎年、全国高額納税者番付(総合)10位以内にただひとり連続ランクインし、2003年には累計納税額で日本一になる。土地売却や株式公開などによる高額納税者が多いなか、納税額はすべて事業所得によるという異色の存在として注目される。多くの成功哲学書の著者としても有名。

「天国言葉」とは、毎日繰り返し意識して使う、口にする事で、自分にとっても、まわりの人にとっても幸せの連鎖が起きるといふ素敵な言葉。「1日10回、100日間言おう」という修行を続ける日常生活に不思議な奇跡が起こり始めるといえます。

逆に、「地獄言葉」というものがあり、それは、「疲れた、嫌になった、ついてない、許せない」などというグチ・泣き言や悪口・文句、不平・不満、恐れ、心配ごとを口にする言葉。こちらは逆に使ってしまうとどんどん不幸なこと、良くないことを引き寄せますし、他人にすぐに伝染します。お分りの通り、誰かのそういう言葉は誰しも聞きたくないですよ。

書籍の内容に大変な衝撃を受け、半年に3度も講演を聴きにも出かけた。お会いしたりしました。彼女の伝える大切な思い、『陽転思考』とは、プラス思考とは異なる考え方。人生には良いこと悪いこと、いろんな出来事が起こりますが、それらの事実を泣いても笑っても同じ事実。つまり、事実は一いつ、考え方は二つある。起きたどんなことでも、その事実には必ず何かの「光」が潜んでいる。その「よかった」を探す能力、それを見つけてやすい思考パターンが「陽転思考」です。身につくと、早く立ち直り、どんなことにもワクワク向き合える自分になり、自信もついてきます。

周りに方でいませんか? 「地獄言葉」の癖がついている人。よく言われる『言葉は言霊』、自分の発する言葉を一番聞いているのは、まさに「自分本人」です。聞いた通りに影響されるわけですから、使う言葉の習慣は本当に大事です。大袈裟に聞こえるかもしれませんが、使う言葉の通りのことが起きて、その通りの人生になるということです。



私は今まで生きてきて随分と言葉によって励まされました。元気になる言葉ももらって、明日を信じて頑張ろうと思えました。そんな言葉はあたたかくて大きくて、真綿のように包み込んでくれる優しさがありました。私はそんな言葉を受けて、とても幸せになれました。

言葉は、その使い方と使う人によって、相手に勇気や希望を与え、光にもなれば、相手を打ちのめす凶器にもなるのです。どうせ言葉を使うならば、相手を幸せにする言葉を使いたいと私は思います。相手が幸せになってくれるほうが、私は嬉しいと思うからです。

毎日、私たちは言葉を使います。あるところでは、ある人が人を幸せにするために。あるところでは、ある人が人を不幸にするために。あなたはどうですか? 〃

一人さんの「天国言葉」の素晴らしいところは、その言葉の持つ意味にもあると思います。(冒頭右上の書の最後の一行は、自分の言葉です)自分は特に「ゆるします」の言葉がとても重要だと思えます。誰かの喜びになることへ行動することが、結果的に自分に返ってきて自分の喜びに繋がります。日々の行動のなかでも大切なことですね。そして、その「誰かのために」の前にまず、「自分」がしっかりといるなければなりません。この「ゆるします」の意味は、誰か人のこ

**感動する!**  
日本人は逆境をどう生きるか  
逆境をどう生きるか  
生きる力が湧いてくる

**日本史**  
1400円+税

大輔には顔に大きな赤いアザがあった。幼かった頃、そのアザが原因でいじめられて泣いて帰ってくると、祖母は大輔を膝に乗せて優しくこうささやいた。「ばあちゃんはな、大輔が、大、大、大、だーい好きだよ。大輔の鼻も耳も目も頭も赤いアザも、みんな大、大、大、だーい好きだよ」って。

中学2年の大輔は、年末年始を祖母と一緒に過ごした。そのうち自分の家に帰るものだと思っていた。だが、冬休みが終わっても大輔は居座った。学校に行く意欲がないように思えた。祖母は直感で、「いじめにあっているのでは」と思ったが、学校に行かない理由は聞かなかった。一緒にご飯を食べ、時には一緒に料理を作った。大輔の両親からは毎日のように「なにやってるんだ？」という電話が掛かってきた。祖母は、「長い人生、少しぐらい回り道したっていいのよ」と軽くかわした。

ある日、大輔は学校のことを祖母に話しはじめた。やっぱり、いじめられていた。それはこんなことだった。大輔のクラスで一人の女の子がいじめられていた。それをいつも見ていた大輔は、かつて小学校の頃、自分も顔のアザのことでいじめられていたという古傷がうずきだし、いじめっ

子に向かって叫んだ。「いじめはやめろっ！」

いじめのターゲットが女の子から大輔に移った。「お前のアザを消してやる」と、いじめっ子は真冬に校庭の水道を全開にして大輔の頭をつかまえ、蛇口の下に入れた。上半身ずぶ濡れになって帰宅した。母親から「どうしたの？」と聞かれても、「なんでもない」としか答えなかった。親に話して、先生に伝わったら、もっといじめられるとわかっていた。

ある日の放課後、教室で数人に押さえつけられ、ズボンとパンツを脱がされた。下半身裸のまま、教室の床に正座した。誰かが、「前を隠しても後ろから見えるぞ」とはやし立てた。その時、一人の女の子が羽織っていたカーディガンを脱ぎ、他の数人の女の子のカーディガンも集めて袖のところを結び、「これで隠しな！」と言って、大輔に放った。大輔はそれで腰を隠し、立ち上がった。

大輔は最初、祖母に笑いながら話していた。

だが、祖母がポロポロ涙を流しながら聞いていることに気づいて、途中から涙声になり、「あの女の子のことを僕は一生忘れない」と語り終えたとき、声を上げて泣いた。

祖母は、どうしたらいいのかわからなかった。考えて、考えて、考えて、出てきた言葉は、遠い昔、いじめられて泣きながら帰ってきた大輔を膝の上に掛けて、繰り返して繰り返して、ささやいた言葉だった。

「ばあちゃんはな、大輔のことが大、大、大、だーい好きだよ。お前の鼻も耳も目も頭も赤いアザも みんな大、大、大、だーい好きだ。ばあちゃんはいつだってここにいる。つらかったらいつでもここに逃げといて。ここはお前の心の居場所だ。だからたった一つしかないものを無駄にするなよ」

数年後、大輔は小学校の教師になった。「僕のように心に傷を負った人間が学校に必要なと思う。」そう祖母に話したという。

いじめを苦しめて自殺するんじゃないんだ。分かってくれる人が誰もいないことが苦しくて自殺するんじゃないか・・・!?

子どもの「心」に寄り添える大人にならなくては、できることはある。

☆「日本一心を揺るがす新聞」といわれる「みやざき中央新聞」2012/11/5号：社説より

◎ web でも講読可 → <http://miya-chu.jp/>

飲食店接客業アルバイトだけど今日来たお客さんで40代くらいのご夫婦がいた。とにかく旦那さんがニコニコして楽しそうに奥さんに話しかけてる。料理のメニューを一個一個読み上げながら、その度感想を言ってとにかく楽しそうで見てるこっちも自然と笑顔に。

奥さんも旦那さんの感想をうん。うん。と聞きながらニコニコしてたけど、なんか変な感じなんだよね。表情が堅いっていうか…。で、オーダーが入って料理をその夫婦の席に運びに行った時にその違和感がなんだったのか気づいた。奥さんは声が聞こえたら、その方向に顔を向けるから気づかなかったけど目が見えてない人だった。だから料理が来る度、旦那さんが「来たよ！彩りが凄くキレイ！〇〇(奥さんの名前)が好きな人も入ってるよ！」とか説明をしながら料理を奥さんが食べやすいように切り分けて、お箸を持った手を料理まで誘導させてた。

ドリンクもお酒をいくらか飲まれてただけど一つひとつどんな味か説明しながら、奥さんの手をコップまで誘導させてた。2人ともお帰りになられる時まで楽しく話してらしたから周りが思うほど奥さんの障害が隔たりになることは無いんだろうけど旦那さんの健気な気遣いとか本当に楽しそうに奥さんに話してらっしゃる姿に泣きそうになった。私も片方が障害を持ってても変わらず愛し合えるような、あんな夫婦になりたい。(吉永圭佑「1分で感動」より)

### ～「人を尊敬する力」～

拙著『鏡の法則』の中で主人公の栄子は、夫に感謝こそはしているつもりであったが、自分が夫を尊敬できていないということに気づきます。夫を見下していた自分に気づいたのです。その気づきがきっかけとなって、さらに父親との関係を見直すことになるのですが……その話はここまでにして、今回は、尊敬するということについて考えてみたいと思います。

安岡正篤先生が、次のように述べておられます。「人間が人間たる意義を求めるならば、まず敬する心を持つことである」(『安岡正篤 一日一言』より)

周りの人をどれだけ尊敬することができるか、この「尊敬する能力」こそ、人間的な生き方の根本をなすものということですね。

自らの人間的な成長・成熟をはかるうえで、「人からどれだけ尊敬されるようになったか」よりも「身近な人をどれだけ尊敬できるようになったか」のほうがより正確なバロメーターになります。

結果で人を見る風潮が蔓延する現代においては、それなりの結果を出せばそれなりに尊敬されます。つまり「人から尊敬される度合い」は、必ずしも自らの人間的な成長・成熟の度合いと正比例するわけではありません。しかし、「人を尊敬する力」を高めるためには、自らの人間的な成長・成熟が必須となります。

特に家族などの身近な人に対して、心の目で相手の本質を見つめ、相手の美点を見出し、相手を心から尊敬することは、自らの人間的成長・成熟によってのみ開発される能力なのです。そして、この能力を開発するには、自尊心(自分を受け入れ、自分を愛する心)を育むことが鍵を握ります。

おたがい自尊心を育み、さらに身近な人に対する尊敬心を高めていきたいものですね。そうすると、尊敬する人たちに囲まれて生きることになりますから、人生がまさに楽園になりますね(^^)

(作家・野口嘉則)

### ～「1人1秒のプレゼント」～

マサと呼ばれている男の子がいた。マサは右足が不自由でいつも足を引いていた。だけど体育の授業にもサッカーの練習にも参加するがんばり屋である。

運動会が近づき、クラス対抗リレーの練習が始まった。そんなある日、マサがしょんぼりして職員室にきて担任の太田先生に「僕、クラス対抗リレーには出ません」と言う。黙っているマサを説得して、理由を聞き出すと、マサはクラスの一部の子達が「マサがいる限り僕らのクラスは一等になれっこない」と話しているのを偶然に聞いてしまった。そこで先生に「僕はやめる。僕が走ると負けるから」と言いに来たのだった。

翌朝、太田先生はクラスみんなにマサがリレーに出ないと言っていることと、その理由を説明し、最後に「リレーはみんなが力を合わせる事が素晴らしいんだよ。大切な友達を、傷つけて、優勝したって何がうれしいの」と、問いかけた。

すると一人の男の子が立ち上がって、こう叫んだのだ。「マサ走れよ。クラスみんなが一人一秒ずつ速く走れば、38人で38秒速く走れる。そうしたら勝てるぞ」

その日から子どもたちは、それは、必死になって、スタートからバトンタッチの練習をする。

そして、運動会の当日、マサは歯を食いしばって、自分の距離を走り抜いた。クラスみんなも、マサに一秒をプレゼントするために必死で走る。よそのクラスは転ぶ子がいたり、バトンを落とすミスも出て、なんとマサのクラスに優勝が転がりこんだ。

太田先生は涙の向こうの子ども達の笑顔が、まぶしくて仕方がなかった。

(「ありがとうを伝えたい」～もう一度人を信じたくなる60の話 芸術生活社編集部)

仲間を信じて一致団結、ものすごい力を生み出した子どもたち。素晴らしいですね！

### 「夢に向かって邁進する人たちが持つ特性」

大きなことを夢見よう！

決して途中であきらめてはいけない。

あなたを成功へと駆り立てるような習慣を育てるのだ。

#### スティーブン・スピルバーグ

映画監督として世界で最も大きな成功を収めた、スティーブン・スピルバーグは少年の頃から映画監督になることを夢見ていた。

彼は17歳の時にある行動に出た。それは、映画制作の現場を見学するツアーへの参加だった。しかし、そこでは実際のスタジオの制作現場を見ることができなかった。そして、彼はさらにある行動に出た。彼はツアーを抜け出し、スタジオを探し、現場に入っていった。そして、さらに彼は映画の編集者と話しをした。彼はその編集者に自分の夢を語った。すると、その編集者は「君の作品をぜひ、見せて欲しい」と答えた。

スティーブン・スピルバーグの夢を叶える行動の素晴らしさは実はここからです！

彼は翌日、スーツを着て、いかにも映画監督であるかのような振る舞いで、スタジオに入り、使用されていないトレーラーを見つけて、「スティーブン・スピルバーグ監督」という名札をそこに貼りだしたのです。彼はスタジオの常連となり、脚本家や編集者や資金提供者たちと親しくなり、3年後、自分の作品の契約を映画会社と結びました。

(是久昌信「情熱思考メルマガ」より)

2013年4月26日、平塚市役所にて、落合市長宛て「小学生学年別漢字ポスター」の寄贈式を執り行っていただき、目録寄贈後、感謝状をいただきました。市内28の小学校全児童数13815名分を各小学校へお届けいたしました。ご自宅でご活用いただけると有り難いです。