

「幸せ変換」

1. 「幸せ変換」

右掲はムラキテルミ著の「幸せ変換ノート」という本です。今回も私は、直接、この本を読んだ訳ではありませんが、タイトルに興味を持ち、今回、自説としてご紹介したいと思います。しかし、ネットで調べると

『心をポジティブに変える「変換キー」を押して下さい。

「怒り」は「許し」によって消えます。

「怖れ」は「愛」に変わります。

「ねたみ」は「尊敬」に変換できるし

「後悔」はいつしか「希望」の種になるのです。』

と紹介があり、本の章立ても

第一章: キーを押せば心はポジティブ

第二章: 体はいつも元気になりたがっている

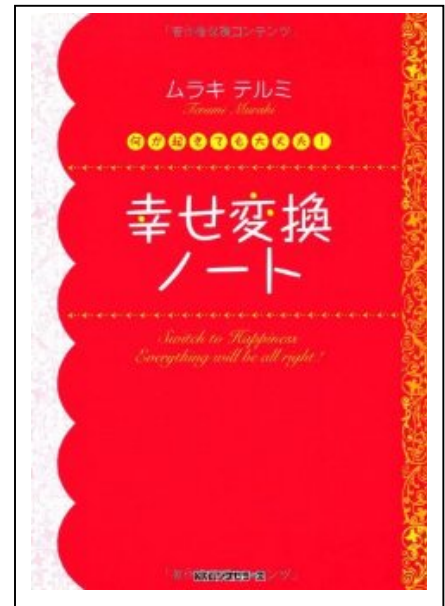
第三章: 出ていったお金はハッピーと交換

第四章: 良いエネルギー循環でビジネスはうまくいく

第五章: 相手に与えたハッピーは自分に返ってくる

第六章: 新しいエネルギーがどんどん集まってくる

と紹介されています。シンプルな内容なので、ご一読をお薦めいたします。



2. 「変換キー」

さて、ここからは私の考える「幸せ変換」なのです。Facebookである社長さんが「忙しい、忙しい」とボヤイておられる状況がありました。何でも、経営を維持するにはネットで飛び込んでくる仕事をこなす必要があるが、その多くは、短納期で、しかも、週末で低単価だと話でした。忙しいから人を雇う訳にもいかない状況なので、自ら、休日返上で仕事をして納品しているとの事でした。

この社長さんが「もう、人を雇うしかない」というメッセージを送られたのですが、私は、「本当に、そうでしょうか」と疑問を投げかけたのです。本当の原因は、どこにあるのかが突き詰めていない状態なのです。その後、しばらくして「忙しい、忙しい」というメッセージが上って来たのです。私は、社長さんが「忙しい、忙しい」と言っていると「鏡の法則」で社員さんが、どのように受け止めるかという事が一つの真因と思ったのです。社員が社長の姿を見て、どのように思っているかが問題なのです。仮に、面白くない仕事を「金」のためにやっていると映るなら、「残業代を奮発してよ」という心が強くなると考えたのです。要は、社員の心を動かすことが重要なのですが、十分に伝わっていないと推測したのです。

そこで、私は「幸せ変換」という言葉に行き当たったのです。要は、社長さんの心の持ちようなのです。慢性的に「忙しい、忙しい」というのは、余り、よい効果を与えているとは思えないのです。私は、「おもしろい」と発想を変えてみては如何でしょうかとアドバイスしたのです。「こんな、おもしろい仕事 came」と社員に言ってみたらどうかという事なのです。自分が「忙しい」という義務感だけで仕事していたら、社員の目に「つまらない仕事」にしか映らないのです。ところが、「おもしろい」と発想を変えて、しかも、楽しそうに仕事をして、さらに、できた作品を社員にも披露したら、どう変わるかという問題提起をしたのです。そうなのです。誰も「おもしろくない」という事はしたくないのです。この事実で、状況が変わって来て、社長さんの仕事に興味を抱き、その技術を盗もうと言う社員が現れたのです。ここが「幸せ変換」だったのです。

3. 「○(マル)のめがね、X(バツ)のめがね」

「幸せ変換」によく似たことに「○(マル)のめがね、X(バツ)のめがね」という言葉があります。トヨタの改善指導で来られた鏝本先生に教えてもらったものです。先生は、X(バツ)のフィルターでは、よい事があってもX(バツ)が勝ってしまっていて全体がX(バツ)になってしまうのです。逆に、○(マル)のフィルターでは、○(マル)が勝って全体が○(マル)になるという例えです。「幸せ変換」という気持ちとは異次元なのですが、自分の平素のフィルターがどちらかが重要なのです。

もし、この社長さんが「○のフィルター」を持っていたら、仕事ばかりか、社員さんの「長所」がハッキリ映るので社員さんの能力を引き出す言動にもなるのですが、「Xのフィルター」では、社員さんの「欠点」ばかりが見えるので、社員さんの意欲を削ぐような言動が多くなってしまいます。

「幸せ変換」は、いわゆる、ポジティブ・シンキング法なので、自分にまずい事があっても「ピンチ」に変えるパワーを発揮するのです。ピンチとそのまま映るか「チャンス」ととらえるかで大きく違って来ます。私は、後者の「チャンス」ととらえるタイプですが、「チャンス」と思うから積極的に解決しようと努力するのです。「ピンチ」ととらえると、そのままでは動けなくなってしまうのです。まさに、「ピンチはチャンス」という言葉の通りなのです。ナポレオンの「我輩の辞書に不可能という言葉はない」という姿勢が重要なのです。実際に、ピンチから逃げて何も解決しないのです。逆に、どんどん状況を悪くするばかりなのです。同じなら、発想転換でプラス思考になればよいのです。

4. 2つの「幸せ変換」術

もう一点、重要なことは「時間軸」なのです。同じピンチでも、間の取り方で大きく変わるのです。一息つくと、意外にも状況が反転するケースもあるのです。特に、対人関係、クレームなどは、意外に「時間」は重要なファクターなのです。間をとるとか、間髪入れずにスピーディな対応と様々ですが、要は、タイミングが重要なのです。

では、タイミングを図るには、どのようにするかが重要なのです。私は、小心で、しかもイラチと来ていますので、間をあけるには、気分を紛らす方法が重要なのです。その方法にも、いろいろなものがありますが、友人やお客様との対応で関心事を一時的にそらすことも重要ですし、それでも、それは、一時的なので、いつまでも心に残る憂さを晴らす仕掛けも重要になります。例えば、お酒の好きな方は、クラブに言って、ワイワイガヤガヤしたり、あるいは、しみりと飲んだりして気分を紛らわします。私は、酒を飲まないタイプなので、最近では、カラオケで気晴らしすることが多くなっています。

このように、自分独自の「幸せ変換術」を各自持つておく必要があります。「発想」を転換する、「時間軸」で転換するという2つの転換術なのですが、どちらも、言うは易しという事なのです。実際には、神経質な方には、この実践が非常に難しいのが実情です。しかし、鬱陶しいことに心を占領されると「運気」がどんどん悪くなります。心の内から鬱陶しさを吹き飛ばす「幸せ転換」術を自分なりに身に付けておきたいものです。金のかかる転換術も、人を巻き込む転換術も、場所を変える転換術と様々なので、皆様も自分流のものを見つけておくことをお勧めいたします。