

# YES 通信

〒819-1116 糸島市前原中央2-2-22波多江ビル2F 電話 321-4119 2014年7月号

## 因果の道理という言葉を知っていますか？

1年ほど前から妻が仏教に興味を持ち始め、私も一緒に仏教の話を聞く機会が増えてきています。

私は実家が浄土真宗なのですが、実家に帰った時に仏壇に手を合わせるべし、お恥ずかしい話、家には仏様を祭ってもいない有様です。この年になっても家の宗教についても無知な状況ですが、現代人の標準的な認識なのではと自分では思っています。皆さんの中にも私と同じように宗教に無頓着な方も多いのではと推察いたします。

ただ、いろいろとお話を聞けば聞くほど、ためになる事が多く、現代社会はあまりにも科学的、実用的になり過ぎていてこのような精神性を高めることを学ぶ必要があるのではと感じています。

ためになった話の中に「因果の道理」という仏教の根幹の話がありました。因果とは結果が出るためには必ずその原因があるという教えのこと、道理とはいつの時代でもど

こでも不変のものを指します。

因果には3つあるのですが、一つ目は善因善果(善い行いには良い結果が現れる)二つ目は悪因悪果(悪い行いには悪い結果が現れる)三つ目は自因自果(自分の行いが自分の結果となって現れる)ということでした。きゅうりの種を植えるときゅうりの実がなり、かぼちゃの種を植えるとかかぼちゃの実がなります。決してかぼちゃの種を植えてきゅうりの実がならないのと同じで、悪いことをして良い結果が出ることもないのです。

また、自分の結果は自分がやった行為からしか生まれません。ですから昔の人は「おてんとく様がみているよ」というような言葉を使っていたのでしよう。昔の人たちは今のこただけではなく死んでからのこと、前世のことまで考えていました。今真面目にしているのに悪いことが起きるのは前世の自分が悪いこと

をしていたからなのだ・・・

こんな話を聞くと悪いことをするのに気が引けますよね。仏教を学べば学ぶほど、庭の害虫を駆除するのにもいろいろと考えてしまうくらいです。震災以降、日本の良さが見直され、財布を落としても戻ってくる国と言われる日本ですが、長く伝わる仏教の教えの影響も大きいのではと感じました。

日本は豊かになりましたが、このような時代だからこそ、伝統的なものに触れる機会が大切なのだと感じています。今、学んでいる親鸞会は私たちが一番お手なのですが、もっともっと若い人たちにも学んでほしいと考えています。

私は「コミュニケーションを専門に学んでいるのですが、仏教も「コミュニケーション」も「自分を知らないと」に於いて共通する部分があり非常にためになっています。

自分を強くしたい、生きていく上でしっかりと軸をもって生きていきたいという方にはお勧めです。興味のある方は連絡ください。

# やる気相談室

## ペーシング

### 相手の話し方に合わせることで結果が変わってきます。

コーチングスキルの一つに「ペーシング」という技術があります。これは簡単に言うと相手の話すスピードに合わせるという技術です。

それだけで何が変わるのですか？という声が聞こえてきそうですが非常に重要なスキルなのです。

電話営業の世界ではこれを意識するだけで契約率に大きな変化が生じてきます。スピードだけでなく声の大きさやトーン、しべさをさり気なく真似ることによって、より信頼関係が高まっていきます。

ゆっくりの話をする人はゆっく

り話をした方が心地良いですし、小さい声の人は小さい声の人と話した方が心地良いのです。

もし、皆さんが自分の話し方や声の大きさと全く異なるタイプの人と話をしたらどうでしょう？あまり気になっていない方もこれからは意識をしてみましよう。案外苦しいことに気が付くはずですよ。

また、相手に合わせることは相手と心地良いということには相手が心地良いということ以上に効果が出るものがあります。それはあなた自身が相手のことを意識するということです。ふだん私たちは相手のことを意識しているようで自分のことに意識が向いていて、相手のことを考えていません。しかし、相手に合わせようとする

ことで相手のことを観察するようになり、相手に集中することが出来るようになります。コミュニケーションはいかに相手の気持ちを理解し、自分の考えや気持ちを伝えるかという技術なので、そのマインドが変わることとはとても重要なことなのです。だから結果が変わってくるのです。

私もこのスキルを知るまでは、いつも自分のペースで話をしていました。今でもちょっと気を抜くとマイペースになってしまつので反省の日々なのですが、意識すればするほどコミュニケーションが上手いくようになってきますので、是非皆さんも意識していただけると嬉しいですよ。

せようとすることで相手のこ

## 書籍紹介コーナー 今ある「悩み」をズバリ解決します！

最近、テレビにも良く出演なさる「性格リフォームカウンセラー」心屋仁之助氏の著書です。すでに心屋氏のファンもおおいかもしれませんが、私の友人にもカウンセラーの方は当然のことながら、一般の方にも心屋氏に助けられた方が多数おいでです。なので、私も読んでおかげなればと思いつつも読む機会がなかったのですがつい読みました。読んで一番感じたのはやはり自分次第だということ。上手くいっている人は自分のことが好きで、上手くいっていない人は自分のことを責めている。「せめて自分で自分のことを責めないように、好きにならないまでも認めてあげようよ」という著者の気持ちが伝わってきました。「性格」とは「考え方」や「反応」の癖だそうです。ですから「性格」は変えることができるのだとか・・・著者は「どうせ私なんて愛されているし!!」を魔法の言葉だと言っています。騙されたと思って使い続けるといいことがあるらしいです。私も実践してみようかなと思っています。私にもいいことが起こるでしょうか？楽しみに!!

不安なイメージがなくなる本

性格リフォームカウンセラー  
心屋仁之助の  
今ある  
「悩み」を  
ズバリ解決  
します！

あ、いやが  
でもしなくなってきた  
嫌してもいい  
知ったこっちゃない  
愛は、今はあっても

この「一言」を口にするだけで...  
...人生が劇的に変わり始める!

世  
王様文庫