

「信」という字は、嘘偽りのない「まこと」、そして「まことにする」という意味を持っています。

この「信」は、他者に向かうと「信頼」や「信用」となり、人と人とを結びつけます。目には見えないものの、社会の根幹をなすと言ってもいいでしょう。

また、「信」は自分に向かうと「自信」となります。この「へきつとできる」へ必ずやり遂げる」という意志の強さは、物事を成す根本となります。

こうした心持ちを強くするためには、まず目標を定めることが重要です。そして、上手くいかない現状を自覚し、目標に向かって本気で取り組むことを決意するとともに、何度も練習を重ねることで培われていくのです。

▼
S氏は研修業務を担当する職に就いており、新入社員の頃は先輩に同行しながら仕事を学びました。「早期のひとり立ち」を目標に、最初は先輩の解説を聞きながら学び、その次に十分間という時間を与えられ、研修の一部を担当する機会を得ました。事前に原稿を作成して臨んだ本番でしたが、与えられた時間内に収めることができませんでした。

先輩からは「まずは時間を守ってほしい」と指摘を受けたS氏でしたが、(どうしたらできるのか)と考え込むばかりで、次の機会も時間を超過し、その次も同じことを繰り返しました。すると「いい加減にしてほ



目標を定め反復練習し 「信」の心を培う

しい。時間を貰っていることを自覚してくれないか」と叱責を受けたのです。

深く反省したS氏は、先輩の指摘を受けて本気で取り組み始めました。まず、自分が作成した原稿を朗読し、それを録音して聞き取りやすい言葉の速さを確認しました。次に、その朗読速度で十分間の時間を測

って原稿を読み、制限時間内の文字数を把握しました。文字数に収められるように内容を取捨選択して原稿を整え、再度録音しながら朗読してスピードを調整しました。

以降、何度も練習を繰り返す中で、徐々に(なんとか大丈夫そうだ)と自信がついてきました。そして、四度目にして時間ぴったりで話を終えることができたのです。先輩から信頼を得たS氏は、徐々に話す時間を二十分、三十分、一時間と伸ばしてもらい、ついにひとり立ちすることができたのでした。

▼
芸術家の岡本太郎は、次のような言葉を遺しています。

何かをやるうと決意するから意志もエネルギーもふき出してくる。何も行動しないでいては意志なんてものありやしない。自信はない、でもとにかくやってみようと決意する。その一瞬一瞬に賭けて、ひたすらやってみる。それだけでいいんだ。また、それしかないんだ。

目標に向かって本気で行動を起こし、それを反復することで、「信」という目には見えない心を培っていききたいものです。