

未来志創

今日はちょっと実験をしたいと思います。次のことを**絶対にイメージしないでください**。

「ここはあなたの部屋です。あなたの部屋の中にピンクのウサギがいるわけがありません。ピンクのウサギがピョンピョン跳び回っているわけがありません。そのピンクのウサギの頭に赤いリボンがついているわけがありません。そのピンクのウサギがピョンピョン跳びながら黒いサングラスをかけるわけがありません。」

どうでしたか？おそらく「ピンクのウサギ」をイメージしたのではないのでしょうか。ちなみに、私は「ここはあなたの部屋です。」と呼んだ瞬間に頭に「自分の部屋」をばっちりイメージしてしまいました。ましてや「ピンクのウサギ」がこれほどまでに何度も登場すると、「ピンクのウサギ」が頭の中で走り回ってしまいます（笑）

私たちの「イメージ」を作る一つのは「言葉」です。実は私たちが「**イメージしない**」と思えば思うほど、逆に**イメージしてしまう**のです。もちろん「イメージする」と思っても同じです。「イメージ」をつくるのは私たちの「脳」です。「**脳**」にとっては、**肯定も否定も関係ない**のです。昨日は「意識」には「顕在意識」と「潜在意識」があるという話をしました。人の行動の95%は「潜在意識＝無意識」です。先ほどの「イメージ」でも体感できたと思いますが、この「**潜在意識**」は「**言葉**」が大好きで、とつても強く反応します。「イメージ」も私たちが無意識に行っていることだということですね。だからこそ、普段から自分が使う「言葉」がとても大切です。「めんどくさい」「やる気が出ない」と思っていると、無意識のうちに勝手にそれが現実になってしまいます。たとえそう思ってしまっただとしても、**発する言葉をプラスに変えていく**ことで何か変化が生まれるかもしれませんよ。

背番号「19」に込めた思いとは！？

今日はもう一つ話を紹介したいと思います。プロ野球・メジャーリーグで活躍した上原浩治選手が引退することになりました。私は小学生の頃は最大の巨人ファンでした。もちろん、上原選手は大好きな選手の一人でした。この上原選手にまつわるエピソードです。

上原選手は高校時代、完全無名投手でした。もちろん、プロへの誘いなど全くありませんでした。それでも3年間野球漬けの毎日だったので勉強は全くやっていません。やがて大学受験という現実がやってきました。上原選手は「大学に行って4年間野球をやり、その後は体育の先生になろう」と思い、大阪体育大学の一般入試を受検しましたが、結果は不合格でした。その後、1年間浪人することを決めました。上原選手自身が当時をこう振り返っています。

「私は本当に死に物狂いで参考書と首っ引きになり、問題集と格闘した。それこそ過去の18年分を一気に取り戻すつもりで、机にかじりついた。間違いなく、あの1年間が人生で最も真剣に勉強したと断言できる。」（『闘志力』より）

浪人時代にスポーツジムには通ったそうですが、野球は完全に封印していたとのこと。ボールも触らなかったそうです。上原選手は「本当にきつかった“19歳の1年間”を忘れないため」にプロ野球選手になって「背番号19」を背負ったのです。そして、この1年間で学んだことが「何苦礎（なにくそ）」という心の大切さなのだそうです。