

話力があなたの人生を変える 永崎一則

1999年の本。「あくまをおいだせ」＝「るな八訓」は面白い語呂合わせ。

「少にして学べば則ち壯にして為すことあり、壯にして学べば則ち老いて衰えず、老いて学べば則ち死して朽ちず」（佐藤一斎『言志四録』講談社学術文庫）

心から成長を求め続ける
適切な目標をおく
意欲を掻き立てる
関心のある人、もの、テーマを追う
他人に教えてみる
研修会、勉強会に参加する
外見をおろそかにしない
同志をつのってグループをつくる
1日1しんを実行する

心格力（心のレベル）、内容力、対応力、この三つの要素を全部包括したものが現象として外へでてくる面から見て、私は「話力」と言っています。だから、自己啓発の目的であるさまざまな能力の開発は、裏返しにすれば、現象としてでてくるコミュニケーションカンスキルアップ、話力の開発につながると、私は考えているわけです。人間行動にはほとんど話がともないます。「どう話すか」「どう聴くか」は、結局「どう生きるか」と表裏一体をなしているからです。

「梅檀(せんだん)は双葉よりかんばし」
白檀(びやくだん)は発芽のころから香気を放つ。大成する人は幼少のときからすぐれているというたとえ。

人生は闘いの連続です。闘わざる者に勝利の栄光は輝きません。いろいろな意味でそのことにかかる**闘志、意欲は、すべての行動や努力への原動力**になります。

家族全員が生きるための糧を得るためにほとんどの時間を費やした昔は、現在のように、**仕事以外の遊びの時間などほとんどありません**でした。昔というよりも六十年前、私の幼いころを思い出しても、現代は天と地の差だと言っていいでしょう。

農業をやっている両親は、朝早く田畑に働きに出るし、帰りは暗くならないと家に帰らないという土との格闘の毎日でした。私の家だけではありません。ほとんど

の家がそうだったのです。

余暇とは自由時間であって、だれにも気がねなく自分で自由に使える時間なのです。こういう時間をもったら何をしたらよいか、余暇をどう生かすかということにほかなりません。

余暇開発は、本来、各個人が**何に喜びを感じるか、何を楽しみにするか、何を求めているのか**、やりがいを知ることに意味があるのです。自分で好きなことをやることです。

話力を高めたいという人にとって他人のよさを認め、他人への愛情をもつことは、基本的な姿勢であることを忘れてはなりません。次に傾向としての自己破壊的なことばを拾ってみました。**カッコ内のことばをできるだけ使わないようにしたいもの**です。

- 私がやります（まあ、やってみましょう）
- 私にはできません（私には無理です）
- 私にやらせてください（しかたがないからやってみます）
- 好奇心旺盛（あきっぽい、移り気）
- 協調性がある（自主性がない）
- マイペース（自分勝手、わがまま）
- 誰とでも合わせられる（調子がよい）
- 責任感が強い（頑固、一徹者）
- 信念がある（意固地、強情）
- 気配りがよい（八方美人）
- 一流好み（虚栄心が強い、見えっぱり）
- ふくよか、恰幅がいい（デブ、太っている）
- 華やか（ハデ）
- きっぷがいい（浪費家）
- 冷静、知的（冷たい）
- やさしい（優柔不断）
- 素朴（センスがない、野暮ったい）
- 真面目（愛想が悪い）
- よく気がつく（こまかい、うるさい）
- 反省する（後悔する）
- 慎重である（遅い、のろい）
- 親切（おせっかいやき）
- 社交的（目立ちたがる）
- おおらか（ルーズ）
- 控え目（気が小さい、気が弱い）
- ねばり強い（しつこい）
- 理知的（薄情）

- クール（血も涙もない）
- 慎重（グズ、ノロマ、引っこみ思案）
- 論理的（理屈っぽい）
- 堂々としている（横柄である）
- 自信にみちている（図々しい）
- 高齢者（老人、老いぼれ）
- にぎやか（うるさい）
- のんびり屋（怠け者）
- おとなしい（女々しい、無気力、無口）
- はっきりしている（口が悪い、毒舌家）
- 金持ち（成金）
- 個性的（偏屈、勝手）
- 一本気（融通がきかない）
- 謙虚（自信がない）
- 速い（雑、手抜き）
- 活発（おっちょこちょい、騒々しい）
- 迫力がある（鼻息が荒い）
- 儉約家（ケチ）

ゴール勾配

ゴールの近くになると人間は、あとわずかだと気分が高揚し、一段とその力を発揮する。

漠然としていてしめ切りのないものは、目標ではない。

（目的地がわかっていないと、ペースがわからず、駆け足をやめてしまう。）

漠然とはよくしたい、向上したい、何かを身につけたいと思っているはずです。

・・・

もっとそれを意識的に、合理的に、積極的にする必要があるのであります。

「スランプは好調のときに芽生える」

座右の銘としているのは「あくまをおいだせ」ということばです。すべて「るな」で終わりますのでいまでもこれを私は「るな八訓」として、少しでも努力したいと念じています。

- ① あせるな あせると私たちはむりをします。他人をおとすことによって相対的に競争相手より浮上しようとする事になったり、力量以上の見せかけで恥をかくこともあります。

②くさるな くさると結果的にやる気を失ってしまうものです。事情はどうあれ、自分の人生じゃないか、と考えることに打ち込むべきです。

③まけるな 人生の競争場裡に生き残ろうとするものは、多少の苦勞と傷つくことを恐れてはなりません。ただ言えることは、他人に負けるというよりも、まず弱い自分自身に勝つことが先決だということを銘記すべきです。

場裡（じょうり）：その物事の行われる範囲内。

④お（を）ごるな 騎るなど書きます。わがまま勝手なことをしていると一匹狼になり一人浮きあがってしまいます。

⑤おこるな 社会的公正に対する挑戦には、断乎として闘うべきです。これが若者らしさというものです。ただ、怒るのはあくまで公憤であって、私憤であってはならないということです。私憤だけだとだれもついてきません。

⑥いばるな 自分の力を過信したり、他人を見下してはいけません。みんな自分よりいいものを持っている、と考えたほうが、結果的には、自分を輝かせる磨き砂になるものです。

⑦だれるな マラソンも三〇キロ以上になってから、ガクンと速度が落ちる人がいます。スタミナの配分を誤らないようにしなければなりません。だれが言ったかわかりませんが「近道は遠道、遠道は近道」なのです。

⑧せめるな 自分の怠慢を他人のせいにしたり環境のせいにするのは見当違いもはなはだしい、ということになりましょう。

内容力が高まった状態

質的内容力（思考力・創造力）

- ①視点、認識の正確さ
- ②個性的発想とその多様さ
- ③概念、判断の適確さ
- ④思考の広さ深さ
- ⑤蓋然性、洞察の確かさ

蓋然性： その事柄が実際に起こるか否か、真であるか否かの、確実性の度合。

あいまいさを正しく理解する方法は、他人に教えてみるのが一番有効です。

反対の洗礼を受ける。さらなる理論武装で主張を改善。

私は、三十数年も指導部の責任者として多くのインストラクターの養成に参加してきました。個人差や取りあげる科目にもよりますので一概に言えませんが、テキストを見ないでいきなり教壇に立てるようになるまでには最低十年はかかると思っています。

・・・

ところが、質問は即題の連続です。いつ、どんな質問がとび出すかわかりません。それに対して、即座に正しい回答がだせるためには、そのことに対して即答できるだけの広く、深い知識を必要とします。

「枯尾花におびえる」

~~~~~

幽霊の正体見たり枯れ尾花

幽霊と思っていたものは、枯れたススキだった。恐れられている人や物の実体がつまらないものであることのたとえ。

~~~~~

私は若いインストラクターたちに「講義よりも質疑応答に耐えられる講師になれ」と、いつも言っています。それがプロの最低の条件であると考えているからです。

・・・

きびしいけれども、質問の集中砲火を浴びましょう。そうすれば、それだけ成長のチャンスを頂いたことになります。内容充実に関して最大の効果をもたらすのは、質問の洗礼を受けることです。どんな場でも、質問を受けるだけの心の余裕と、弱い自分との対決を決心することです。自分を追いこんでいけば「窮すれば通ず」で道は開けます。

連想による内容の拡大

付属的連想： あいさつ→明るい

反対的連想： 理想→現実

類似的連想： 中心→中央

飛躍的連想： ことば→話術

関連的思考： ペン→ノート

抽象的な課題

組み立ての工夫、一貫性、配列の適切さがないと、話全体の意味がわからなくなります。また、聴かせ続けることがたいへんむずかしくなります。

a 抽象度の高い課題

愛情 悪 意欲 運命 開眼 因縁 偽善 幸福 重厚 思考 羞恥 自由
根性 人徳 人情 真実 信念 疎外 哲学 平和 文化 熱意 人間的 (性)
覇気 (元気) 義理 本気 勇気 欲望 友好 (友情) 理想 存在 当為 和合
論理 品性 (品格) 人格 風格 平等 神 (仏) 低俗など

次にあげる課題は、具体的なものに置きかえやすいものです。

酒と人生 世間知らず 管理社会 差別用語 しらけ時代 無気力（無関心）
無感動 初心者 向上心 自己啓発 うたい文句 思いあがり 世界と日本
権利と義務 平等と差別 具体と抽象 目的と手段 宗教と科学 戦争と平和
人の運命 理想と現実 名文句 未見の我（未知の自己との遭遇）偉大なる邂逅
（出会い）衆愚政治 民主主義 封建思想 定年 最近の若者 リーダーシ
ップ 肩書と実体 市民と税金 民間と官庁 役人と民間人 本音とたてまえ
しらけ いじめ切れるなど

ものの見方、考え方を高めるという思考の訓練にもなります。

私たちが話すとき、

話し手は何を話してもよろしいという自由な発言権をもっていますが、話の効果の決定をするのは、相手のほうだということです。つまり、**効果の決定権は聴き手が握っている**ということです。そこに話し方のむずかしさがあるのです。

「声の出る人は上手な話ができる」。このことはゆるがない私の確信です。

保証 請け負う

保障 損害を与えないように守る

補償 損害を償う

⑥仕事を頼むときは忙しい人に頼む

手のすいた人に頼むのが常識のような気もしますが、現場での実態がわかれば、忙しい人ほどできる人が多いということを知っているはずです。手の空いている人は、能力の限界があるので頼まれる仕事がないのです。したがってできる人ほど仕事をかかえることになります。空いている人に頼むと、大概手を入れないと使えない、という二重手間になるものです。

私は、**著書が一〇〇冊以上**になりました。最初出版したのは一九六四年『話し合いの成功法』（文教書院）でした。当時、文教書院は『集会と会議の聞き方』という立派な本を出版していました。本の中にはいっていましたが**愛読者カード**というハガキに、この本の感想と、これから出してほしい著者と内容を書いて送りました。宍戸社長から「ぜひ会いたい」と早速お電話をいただき、**話をしているうちに、私に書け**ということになりました。三十五年前のことです。それから、三十五年、講演をしながら本を書き続けてきました。**ハガキ一本がこんなことになる**とはその頃夢にも思わないことでした。

「千里の道も一歩から」といいますが、すべてのものごとは、ささいなこと、小さなこと、細かいことから成り立っているのです。これをおろそかにしたら、成長の

芽を自らつんでしまうことになります。

1日1しん（自己啓発）

進、伸、深、新、真、信、