

「健康で心豊かに長生きをしましょう。」

令和2年8月28日

村山 章

コロナ禍でさまざまなことが起きました。買い占めも発生して、マスクはもちろん、トイレットペーパーがなくなったり、納豆もなくなりました。一方で、SNSを通じてフェイクニュースも蔓延しましたが、うわさ話や悪口は人様の迷惑になるだけで何の利点もありません。それでも人が集まると、ついついうわさ話になりがちですが、実はうわさ話には真実が隠れています。ただ、真実を知らないでうわさ話をする行為は人様に迷惑をかける結果になります。怖いことです。元NHKの名アナウンサーで高視聴率番組の司会を務めた鈴木健二さんの本に「5～6人で話をしている誰かが人の悪口を言い出したら何気なくその場を離れなさい。その場にいるだけで、あなたも人の悪口を言ったことになるんです」と書かれていました。組織のなかではそこまで気を使う必要があるんだと感心しました。うわさ話、悪口は言わないように気を付けたいものです。

私たちの知的能力は、大きく記憶力と思考力に分けられると思います。学生の頃は試験の前に必死で暗記をしたものですね。それが大人になると思考力がメインに変わるようです。協調性、創造力、論理力、折衝力、表現力など、それぞれに思考力が使われます。思考はさらにポジティブ、ネガティブ両方に分かれますが、考えることは楽しいです。日々の生活でも仕事でも、こうした方がよくなると考えながらやる方が興味がわきます。仕事で自分なりに観察、分析、判断してベストな改善結果が得られれば最高の喜びでしょう。時間は平等に与えられた最高の財産とも言われますが、だからこそ大切な日々を周りに流されて生きていてはもったいないです。考える習慣を身につけ、向上心、向学心、好奇心を大切に精進して生きたいと思います。そう考えると、うわさ話や悪口は時間の無駄遣い。よりよいものに挑戦する気持ちがあれば一生青春でいられます。「今が青春。一生青春」で生きていきたいと思います。