

●「自己姿勢」を確立しよう

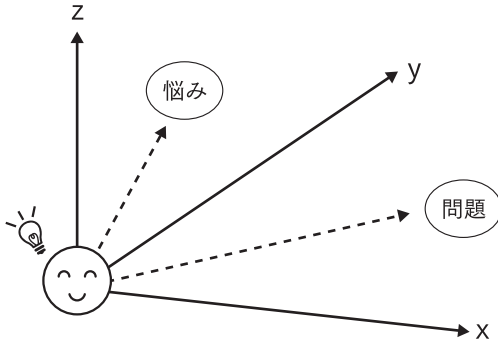
人の価値観や人生観（考え方、心構え、使命）を「自己姿勢」といいます。「自己姿勢の確立」。これは私がつくった言葉です。

「自己姿勢の確立」は、自分の姿勢を確かめて立つこと、すなわち、価値観や人生観（考え方、心構え、使命）を明確にして、それらを生活や経営で実際に活かしていくことです。

自己姿勢が確立すれば、人生や経営の座標軸をもつことができます。何か事が起きて判断を迫られたとき、明確な基準をもっているので、迷うことやぶれることがなく、確かな結論や指示を出せるようになります。

人は毎日、「あれをしよう、これをしよう」「ああすべき、こうすべき」と、大きなことから小さなことまで、意識的にも無意識的にも、思考や判断をしながら行動して生きています。この思考や判断を、1日に約3万回も行っているというのです。ここに座標軸があれば、人として正しい方向に、スムーズに自分を導くことができます。

自己姿勢を確立していれば、進むべき道は決められる



この一日一日の積み重ねによって、常に人生が充実するのです。

とくに経営者は、重要な思考や判断をする場面が多いので、自己姿勢を高め確立し、座標軸をもつことが強く求められます。たとえば順調に売上が伸びていたとしても、たった一度、コンプライアンス違反など人として判断を誤った行動をしてしまったなら、企業の屋台骨を揺るがすことにもなりかねません。

人生に迷い、悩むような出来事が起こったとしても、自己姿勢を確立していれば、自分の座標軸を頼りに進むべき道を決め、解決することができます。最近は何かに押しつぶされ自分の尊い命を絶ってしまう人が増えていますが、自己姿勢を確立することによって生きる道や、その時々になす

べきことが自分の中で明確にできるようになっていれば、そのような悲劇は起こらないでしょう。自己姿勢の確立は、大切な命を守る力があります。

◆「私が変わる」キーワード◆

自己姿勢

自分の心のあり方、考え方（価値観、人生観）。

自己姿勢を明確にして正せば、人生においても企業経営においても、ぶれない座標軸を手に入れることができる。

● 自分を見つめ、自分を知る

「私が変わる」ためには、「私を知ること」「めざすべき私（自己姿勢）を知ること」が大切です。「私を知る」ためには「私をよく見つめる」必要があります。

この世で一番わからないのは自分自身のことです。人工知能のChatGPTはいろん

なことに答えてくれませんが、私たち一人ひとりがあるかについての問いには答えてくれません。自分を知ることは非常に難しいのです。大きなエネルギーと時間を費やしますが、自分の心に何度も何度も問いかけているうちに、次第に答えが見つかります。

幼い頃から現在までの自分を振り返り、「自分史」をつくってみるのもよい方法です。これまでどのような行動をしてきたか、その時々になどどのような考えや気持ちを抱いていたかを思い出し、傾向をさぐってみましょう。

家族や親しい人に、自分のことを聞いてみるのもよいでしょう。客観的な視点も、自分を知る大きな手掛かりとなります。

「私を知ること」ができたなら、次は人格を高め、具体的に自分がめざすべき「自己姿勢」を自分に問い、明らかにしていきます。これについては第4章で詳しくふれていきます。