

# 深イ～話！

No.156

…『しなやかに生きる人の習慣』 「これから」が「これまで」を決める 松尾一也氏より…

たくさんのお出逢いに恵まれてきましたが、最近あらためてこの人は素晴らしい!と 尊敬している人がいます。

理学博士で宇宙物理学の泰斗、佐治晴夫先生です。

佐治先生は 1/f ゆらぎ理論を家電製品に応用したり、NASA や JAXA にも貢献し、いくつかの大学学長を経て、現在は、北海道美瑛町にある美宙天文台<sup>みそら</sup>台長を務めていらっしゃいます。

佐治先生は、あなたの「これから」が、あなたの「これまで」を決める!と教えてくれました。

普通、我々はこれまでの自分の学歴や職歴、功績がこれからを決めると思いがちです。

ところが佐治先生は、仮にどんなに今までが悲惨であったり、しくじった人生であったりしても、これからいい人生を過ごせば、今までもさえも塗り替えられるとおっしゃいます。

これは立ち直るための大事な考え方です。

人はともすると今まで歩んだ人生にとらわれてしまい不自由に生きてしまいがちですが、心身をリセットしてゼロから生き直しはできるのです。

そこで現状打破、イノベーションのための3つのオススメです。

## 1つ目は「**明朗であること**」

やはり生きる基本は明朗さが勝負です。無理に、はしゃぐ、ポジティブに振る舞うというのではなく、どんな時でも心の芯が「ほがらか」であることです。

## 2つ目は「**自分の魂が喜ぶことをすること**」

これからは自分の魂が喜ぶことを選んでいいのです。

好きだけど大変な「ハッピーストレス」は良いのですが、やめるべきは悪いストレスを抱えながら生きることです。自分の魂の喜びの総量がこれからを決めます。

## 3つ目は「**人生は素晴らしいものと信じること**」

どんなことがあっても最終的に「自分の人生は素晴らしい!」と認証してあげれば ALL IS WELL なのです。《やり直しはきかないけれど、生き直しはできる》

