

FirstGlobal メッセージ

siesta

2014.9月号 vol.136

発行元：〒540-0012

大阪府中央区谷町1-6-4

天満橋八千代ビル10階

(株)ファーストグローバルコンサルティング

代表取締役

戦略人事コンサルタント 品川典久

TEL 06-6910-3007 FAX 06-6910-3008

Email shinagawa@1gc.jp

URL <http://www.1gc.jp>

今月のトピック

ボディ・ブレイン

今回は元阪神タイガースの投手で、野球解説者の下柳剛さんが書いた「ボディ・ブレイン（水王舎）」という本のご紹介です。野球ファンならご存知の方も多いと思いますが、見た目はヒゲ面で、無骨で豪快なイメージがあり、昨年東北楽天を最後に引退されました。2005年のタイガース優勝にも貢献しましたが、驚くべきはその年に史上最年長の37歳で最多勝を獲得し、以降、40歳まで先発投手として二ケタ勝利を挙げ続けたことです。総じてプロ野球選手の選手生命は長くなりつつありますが、ここまではなかなかできることではありません。ご本人曰く、それを可能にしたのは、他にもない「座禅（瞑想）」だった、とのことです。もっとわかりやすくいうと、小生も昔から興味を引かれ、著書も数多く持っている福島大学教授でメンタルトレーナーの白石豊先生に師事したことでした。白石さんは前回のサッカーW杯で日本をベスト16に導いた岡田武史元監督や数多くのスポーツ選手を指導しています。下柳さんも白石先生の指示に従い、五輪選手がよく使う目標達成技法を自分流にアレンジして、最初から最多勝を目指し、そして獲得したとのことです。ただ、本の中で最もびっくりしたのが、下柳さんが、私も学んでいるNLP（神経言語プログラミング）という心理学の理論を詳しく学ばれ、マウンド上や日常生活でたくさん活用していることでした。NLPというのは様々な分野で活用されていますが、まさか下柳さんがよくご存知であったとは。

また「セルフ・イメージの必要性」も説いていました。セルフ・イメージとは「願わなければ叶わない」ということです。「自信」とは成功や経験の後ではなく、「成功に先立って」持っていなければならないものである。多くの方が、いや小生自身も、一定の成功のあとに「自信」は湧いてくるものだと長い人生の中で思い込んでいましたが、そうではないようです。もっと幼い時にそれを認識していればプロ野球選手にもなれたのでしょうか？それは誰にもわかりませんが、ご不明点は上記まで。



先日テレビを観ていたら、「運命数」の話をしていて、生年月日の数字をずっと足していって「ぞろ目」になると、強運の持ち主であると。自身でやってみたら、なんと「11」でした！占いはあまり信じないのですが、強運の持ち主の気分はいいもんです。