



え・古屋智子

# 物の整理は 心の整理

**日** 課や決まった手順を意味する言葉に、「ルーティン」があります。昨年のラグビーワールドカップで活躍した五郎丸歩選手の一連の動作は、キックの精度を高めるために生み出されたルーティンです。重要な局面において、力を発揮できるように心を整える、五郎丸選手オリジナルの精神統一法といえるでしょう。

ある経営者の体験談です。Sさんは、几帳面で大のきれい好きです。道端にタバコの吸殻や空き缶が落ちていると、拾って、会社まで持ち帰ることが習慣になっていました。

職場でも常に清掃や整理整頓を心がけています。特に意識したのは、共有の場ではトイレ、洗面所などの水周り、身近などころではパソコン、デスクの引き出し、かばん、ゴミ箱の中でした。Sさんにとって、清掃や整理整頓は、次の仕事に向けて、心を整えるルーティンだったのでした。

一昨年の夏頃から、Sさんの会社は業績が上向き始めました。忙

しさが増す一方、Sさんは仕事を部下に任せることができず、自分の力を頼りに仕事を抱え込むようになりしました。これまでの習慣だった整理整頓をする余裕もなく、Sさんの周辺には、次第に不要なものが溜まってきたのでした。

その頃から、職場や家庭で異変が起き始めたのです。自社製品へのクレーム、社員の交通事故、子供の不登校……。立て続けにやってくるトラブルの対処にとっても困ったSさんは、初めて倫理指導を受けました。

事情を話すと、「忙しさを理由に、これまで大切にしていたことを疎かにしていませんか。また、周りを信じず、自分の力ですべてを解決しようとしていませんか」と問われたのです。

Sさんはハツとしました。これまで行なってきた清掃や整理整頓は、忙しくなると、いとも簡単に止めてしまうような、上辺だけの実践であったこと、そして（今がチャンス）とばかりに仕事を抱え込み、部下に任せられなかったこ

とは凶星だったからです。

ルーティンはむしろ、忙しく、心に余裕がない時ほど必要だったのです。この日を境に、Sさんは、仕事を溜め込まず、部下を信じて任せることを心に決めました。また、日に一度は、清掃や整理整頓することを決意しました。

「決心したその時から、肩の力が抜け、何か憑きモノが取れたような感じがします。無理やり背伸びをしていた自分とサヨナラすることができました」と、Sさんは後に語っています。

Sさんが心と行動の実践を始めて三カ月、社内には以前の清々しい雰囲気に戻ってきました。そして、職場や家庭での問題事が目に見えてなくなってきたのでした。

物の整理は心の整理といわれます。また、清掃や整理整頓は、次のスタートを気持ちよく切るきっかけにもなります。

どのような局面でも百パーセントの力を発揮できるよう、物を整えることから、自分の心の整理にもつなげていきたいものです。