

第19回 心身の経営学

世の中で広く尊敬を集め、繁栄し続けている会社が、なぜ数十年以上に渡って躍進し続けているのか、その秘密を調べた調査結果がある。全ての会社に共通していたのは、「自社が何を目指すか」という経営理念が“本物”であり、「そこで働く社員がどれだけそれを貫き通しているか」の2つに尽きるのだという。

会社が繁栄、発展していく過程には、様々な経営危機もあったであろうし、社会や環境の変化も乗り越えてきたはずである。このことを「個人の心身の経営」に置き換えて考えてみると、数十年以上に渡って繁栄している会社とは、生涯現役を貫き、矍鑠(かくしゃく)として生きている高齢者を指すのではないだろうか。つまり自分

の心身の経営に成功してきた人たちである。

彼らの書いた書物を読み、話している内容を聞いてみると、やはり“経営理念”が“本物”で、それを貫いて生きてこられたことが分かる。心身にとっての“本物”の経営理念とは、「自分を大切にしながら、利他に生きる」ということである。そのために、彼らはどんな苦難なときでも朗らかさを保ち、努力して笑顔を作ってきた。自分をも大切にすることからこそ、悲観的な言葉や否定的な言葉を口にせず、それを自分の耳で聞かないから、マイナス想念が心に刻印されない。口から出たマイナスの言葉を、自分の耳を通して聴いてしまうことは、心に爪痕を残す行為であることを知っているから。

さらに、これらを無理なく自然に行う秘訣を彼らは知っている。自分が周囲に生かされていることへの“感謝”と、いつまでも完成することがないと知っている“謙虚さ”である。

医学博士 木村謙介

北海道大学医学部卒。慶應義塾大学医学部循環器内科専任講師などを歴任。
米カリフォルニア大学サンディエゴ校医学部留学、最先端の基礎医学と豊富な臨床経験を持つ。「大きな病気を発症する前にその芽を摘み取る方が医療レベルは高いはず」の信念で2012年、きむら内科クリニックを開設。

きむら内科クリニック TEL 044(981)6617

麻生区片平5-24-15 きむら内科クリニック 麻生区 [検索](#)