

「笑顔・・・」

令和3年1月28日

水中ウォーキング 大西紀夫

スポーツクラブ NAP の中村社長さんのコラム（NAP 通信89号）を読ませて戴きました。冒頭に、こんなコロナを含む大混乱の時に「情勢をプラスに考えて常に前を向いて仕事をするのが第1」だと、さらに「前へ進むためには何をすべきか」・・・「このことを考える姿勢が今を生き抜くこと」だと。「何事にも負けない強い心が必要な時代になった」・・・素晴らしい書き出しだと思いました。経営者の先を見る目と、こんな時代でも負けないぞという覚悟を見せられた思いです。職員の皆さんの日頃の気持ちのよい挨拶を頂いていると、職場での生き生きとした様子が感じられていいですね。・・・殊に中村社長さんの笑顔は、とても素敵ですね・・・社長さんの笑顔を見させてもらっていると、ある言葉を思い出します。脳科学者である茂木健一郎先生が「顔は心の鏡である」ということについて述べられていますが、・・・「笑顔こそが皆さんを牽引する非常に大切なもの」・・・。ということだそうです。ただ、中村社長さんの笑顔はコラムにも経験として書いてありますが、子供の不登校という大変な時を乗り越えられ、その葛藤と自信が自然と顔に笑顔として出ているのでは。茂木先生によると、「顔で心が理解」できるらしいですよ。

ところで、1月27日、天気は晴れていましたがとても寒い朝でした。朝の9時20分頃でしょうか、プールに入って準備運動として水中を歩行していた時のこと。東側のガラス張りの窓から陽光が降り注いでいました。それはそれは美しく神懸かり的な光に感じられました。時間的にも丁度良かったのか、これまで経験したことのない太陽の光でありました。多分、心と身体が一体となり、脳の神経が揺さぶられたのかも知れません。幸せ感もあり、水中ウォーキングは腰の痛みも忘れさせますが、心の安寧も呼び起こすとは！！実にいい！！思わず心に微笑みが！

さて、前にも手記に書きましたが、1月27日の水中ウォーキングでのこと、水中バレーボールのトスが連続100回を超えました。普通は10回～30回ほどなのに100回を超えたときは、流石に嬉しさと、やったー！という達成感がこみあげてきました。皆さんの顔を見ると12人全員が、ほとぼしる笑顔だったな。無垢の笑顔とは、こんな笑顔をいうのかな、まさに心からの笑顔・笑顔でありました。