余談として、この牽引力は、最初は自分を惹きつけるものだが、共感を生む強い目的は、ほかの誰かに共鳴するように、多くの人も惹き付けると加えた。
共鳴体が集まれば、共振という増幅するエネルギーを生む。

「一緒に遊ぶ子、この指とまれ現象です。」加えた。

「あと、牽引力には賞味期限があります。」
「すぐに味が薄れてくるおまけのガムみたいなものです。」
「だから、このビジョンとか夢とかは、しょっちゅう描かないと牽引力が弱くなるのがポイント！！」
「成功する人の特徴は、いつも描いたり、話したりしているんです。この夢ってやつを。」

「柳井さん、部下に夢とか目標とか聞いて、３ヶ月くらいほっときません！！」
「それで、忘れたころに、どうだ？なんて聞きますよね。」

「だからか・・・目標とか期初だけ話しても役に立たないのは」
柳井が絶句した。

「もう少し、ガソリンについて一緒に考えましょう」
星野は、エンジンがかかって来たのか、少し早口になってきた。
つられるように、みんなもどんどん思考が解放されてきていた。

「次に同じガソリンでも、自分を押し上げてくれる推進力になるものです。」
「皆さん、これは、何だと思います？」

「西村さん、何だと思います？」

星野は、ちょっと慎重に様子を伺っていた西村に声をかけた。

西村は、総務の次期リーダーと言われている。
個人のミスが会社の命とりになる時代に、どうやって部下と関わっていったらいいか模索していた。

「そうですね・・・・・」

和美にはずいぶん長く感じる沈黙があった。
その間も、星野はその沈黙さえ何か楽しんでいるようだった。

「誉められるとか、認められるとかですか・・・」

「西村さん、僕も同感です。」
星野は、西村の思考の旅からの帰還を迎え入れた。

「誉められるとか、認められるとか、賞賛される。」
「自分が役に立っている。」
「自分は価値ある存在と感じる。などです。」
「自己重要感とか、自己肯定感とか言われる感情です。」

星野の言葉に重なるように西村が続けた。

「総務は、ミスがなくてあたりまえなんですよ。そのミスを無くすのがどれだけ大変なのか、誰も当たり前のことを認めてくれないんです。だから、暗いとか言われるんですよ。けっこう辛いですよ。」
西村は、本音をこぼした。

当たり前のことを認める・・・
和美の頭の中で、チームのみんなの顔や、真也の顔、子どもたちの顔、母親の顔、色々な顔が浮かんでいた。
私の周りにいる人達の当たり前の事。

「私の当たり前のことを認めてほしい、母としての当たり前、妻としての当たり前、家事は当たり前が大変なんだ！」
和美は感情が高ぶるのを少し遠めに眺めて、
「私は、みんなの当たり前のことを認めてる・・・？」
「声をかけている？」

和美は、外に向けた矢印を自分に戻して、問いかける習慣が出来てきていた。

「西村さん、推進力になるガソリンは、多くは人からもらうものですが、人に要望することも出来ます。」
「子どもの頃は、よくちょうだい！！って言ったでしょ。」
「いつから、こんなに遠慮するようになっちゃったんでしょうね。」
「何かを恐れているのかな・・？」

星野の何気ない言葉には、すごく意味があるように感じた。

「幸せに成功する人達の特徴に、もらい上手、頼み上手なところがあります。」
「西村さんのコーチングでは、これもテーマになりそうですね！」

「さて、皆さんガソリンについては理解していただけました？」
「自分は、今、ガソリンメーターがどの位を指しているか、自己観察しておいてくださいね。」

和美は、自分のガソリンタンクをイメージして、「あまり入ってないな～～～」と独り言を言った。

ブレーキ

「次は・・」と言って、星野はホワイトボードの左下向きに矢印を書いて、ブレーキと書き加えた。

「私たちは、成長の過程で学習を通じて、ブレーキも持つようになりました。」
「精神的なブレーキですけどね。」

「田中さん、今なら、いきなり道に飛び出したりしないでしょ！」
今度は、田中がキャッチボールの相手に選ばれた。
田中は、柳井と同じ営業の課長だった。
星野は、どんなときも一対一で関わる。

「時々、ヒヤッとする時ありますけどね。」
田中は、ユーモワのセンスがバツグンだった。星野の直球を変化球で返してくる。

「それって、何かに集中してたり、夢中になっている時ですよね。」
「何で、僕が言いたいことわかっちゃうのかな！」

「そうなんです。集中している時って、心のブレーキがあまり働かないんです。」
「集中してない時は、あれこれいらん事考えてるでしょ。」

「赤ちゃんや、子どもは楽しそうなことを見つけたら、一目散に突き進むでしょ。」
「つまり、赤ちゃんや小さい子どもにはなくて、大人になるにつれて増えてくるものです。」

星野の顔がどんどん子どもっぽく見えてくる。
だた、単純にやり取りを、楽しんでいるのが伝わってくる。
赤ちゃんや子どもを思い浮かべて、和美は考え出していた。

「赤ちゃんになくて、大人にあるもの・・？」
「テレビのクイズみたいですね。」

他のメンバーが笑い声を上げた。
田中と星野の会話につられて、どんどん無邪気になっていった。

「さっきの道路を飛び出すことを考えれば、恐怖心かな・・」
さっきの田中とは打って変わって、真剣に答えているのが、かえっておかしかった。
田中の存在そのものが場を和ますユーモワなのだ。
「そうそう、恐怖心もブレーキになります。」
「なら、不安感とか」
「田中さん、乗ってきましたね。他に思いつきませんか？」
「ってことは、思い込み・・？とか」
「いいですね、先入観ってやつですね。」
「他には？」
「固定概念はどうですか？」
西村が参戦してきた。
みんなが巻き込まれていく。
和美も気持ちが、前がかりになっていくのがわかった。
「それも、ありですね。」
「不満とかもブレーキになりますよね。」
和美も加わった。

「そうです、不のつく言葉はほとんどが、心のブレーキになります。」
「不安・不測・不明確・不備・不足・不純などです。」
「人によって、どれが大きなブレーキになるかはそれぞれですけどね。」

「あと、一番大きなブレーキになっているのが、評価、だと思います。」
「他者評価や自己評価がブレーキになるし、きっとこう思うに違いないとか、こう思われるに違いない、と言った。想像の評価です。」
「その評価が恐くて、嫌で、今の安心領域から抜け出せないでいる人が、とっても多いです。」
「目標を書けない人にも、この評価を恐れていて、書かなくなった人が多いです。過去に結果評価ばかり受けていた経験を持っている人です。」

「あとは、ブレーキというか足かせというか、目標や夢に集中することを妨げていることです。」
「集中の反対です。」

「散漫とか、拡散とかですか。」
吉田が誇らしげに言った。

「そうです。散漫な状態になるということは、一言でいって気がかりとか、妥協していることが多いということです。」
「この気がかりが沢山溜まっていたり、妥協をずっと許していたりしたら、過去の囚われから抜け出せません。」

星野は、一息ついてブレーキのところに、

評価
恐怖
不安・不満・不足・不備・不明確・不純
気がかり
妥協
散漫
と書き加えていった。

一通り書き終えて、星野は5人の顔を見渡して、
「ちょっと休憩しましょうか」とブレイクを提案した。
和美は、確かに一気に駆け上がってきた感があった。
甘いものがすごく欲しくなっていた。

5つの資質

飲み物を持って戻ってきた5人が揃うと、星野は続けた。
「みなさん、自分を自己観察してみて、自分にブレーキをかけているものが何か、どれくらい強いか、見つけておいてくださいね。」
「これまで、皆さんと一緒に、幸せに成功するための、成功曲線とライフバランス、ガソリン、ブレーキについて考えてきました。人はみんな状況が違います。だから、自分を率直に客観的に観察して現状を知る。そうしたら、どうしたらいいかがわかります。人によって強化するポイントは違います。バランスが崩れているなら整え、ガソリンが少ないなら増やし、ブレーキが強力なら軽くする。そのサポートをするのが僕の役目の一つです。」
和美は、コーチと目的地にむかって歩き出すことのイメージが沸いてきた。
子供の時に読んだ小説にある、宝の地図を片手に、2人でワクワク、ドキドキしながら探検する冒険家のようだった。
「では、よく言われる成功している人には、共通の資質があるのですが、どなたかわかりますか？」
「大きな夢や目標を手にして、幸せに生きた人たちの共通の資質です。」

「吉田さん、吉田さんは何だと思いますか？」
「そうですね・・・・・行動力ですか・・」
「吉田さん、確かにそれは重要な資質ですね。」
「その行動力の中でも特にどんな行動をとるかです。」
「あ～～～なるほど・・・、ならば持続力とか、集中力とかですか・・」
「すばらしい、その集中力が共通の資質の一つです。」

「私が、これまで100人以上のクライアントと一緒に目標に向かって行った経験や、これまでの成功哲学の本を読んだりしていて、発見した5つの共通の資質は」

★ 決断力
★ 集中力
★ 客観性
★ 明確性
★ 楽観性

の5つです。

そういって、星野コーチは、ホワイトボードに大きな星を書いて、その5つの頂点に5つの資質を書いた。

そして、その資質について、星野流解説を加えていった。

和美は、コーチをつけるということは、自分の悩みを解消するのではなく、本当に大切な自分の目標を手にする生き方なんだと、感じるようになっていた。

決断力

「まず、決断力ですが、決断とは、決めることと、断つことです。特に今の時代は、断つ力が成功につながります。」
「例えば、人や周りに依存している人は、携帯電話をＯＦＦにすることをすごく怖がります。」
「他にも、人からされていやな事に、それを止めてと言えないで、ストレスを貯めてしまいます」
「他には、目標がわからないという人は、目標を決めることは、それ以外のことを断たなければならないということがわかっ手いるんです。」
「あれもこれもほしがって、手にいっぱい抱えて動けなくなっている人です。」
「私はコーチングで皆さんの行動をサポートします。その行動の中でも特に、断つこと、止めることを大切にしていきます。」
「決めることと、断つことです」

この話は、和美にとって耳の痛い話しだった。
色々なことに、ＮＯと言えない自分が悔しくて情けないと思ったことが、山のようにある。
星野コーチは、決断力に続けて「決めて断つ勇気は、すでにあなたの中にあると思ってください。無いと思ったとたん無力感が襲ってきます。勇気は手に入れるものではなく、内にあるものを呼び覚ますものです。」

集中力

「次に集中力です。」

「田中さん、小学生の時、理科の実験で虫眼鏡を使って色々なもの焦がしませんでしたか？」
「よくやりましたよ。最初は紙にクレヨンで黒い点を書いて焼いたら面白くなって、新聞紙や、枯葉や、最後はありんこを狙ってましたからね。」

「そうそう、それです。」
「エネルギーは集中すればするほど、大きな力を発揮しますよね。」
「それと同じように、大きな成果を得るには、大きなエネルギーが要ります。」
「私たちは、普段エネルギーを色々なことに分散していると思うんです。だから、他に消費している。もしくは浪費しています。」

「その分散しているエネルギーを、皆さんの目標に集中的に投資できるように、整理整頓していくのをサポートします。」
「未完了リストを作って、完了することを提案したりします。」
「成功曲線のところでお話した気がかりを、減らすお手伝いをします。」

「岡本さん、あれもこれも気がかりがあって、集中できてない時ありませんか？」
「例えば、子どものことや、パートナーとのこと、仕事のこと、部下のこと、過去のこと、未来のこと、溜まった手紙や、整理されたいない資料、明日の資源ゴミをどうするかなど（笑）です。」

「星野コーチは、私のこと全部見ているんですか！全部当てはまります。」
「最悪！！」

そこにいた全員が、どこか思い当たることがあるのか、含み笑いをこらえていた。
気がつけば、人間はどんどん複雑に生きてきたかも知れない。
もっとシンプルでいいはずなのに、何かを恐れているのだろうか。
和美は、こんなにも生き方や幸せに目標を手にすることについて、考えることをしていなかった。
ただ、浪費するように悩んでいるだけだった。

「幸せに成功している人は、シンプルに「今」に集中しているんです。
反対の人は、もう戻れない過去のことに囚われ、まだ起きない未来のことに苛まれているんです。
私たちにコントロールが可能なのは、「今」だけなんですよ。」

また、星野は成功者の特徴に、こどもっぽい人が多いと言っていた。
何にでも夢中になる人だと。

客観性

「次は、客観性です。」

「いくつか例を挙げていきますね。」

「ある格闘家の方が、インタビューで答えていた時の話です。その格闘家は試合中、リングの上を鷹になって自分の試合を観ているらしいんです。自分の試合を客観的に観て判断しているんでしょうね。当事者はよくわからないけど、無責任なセコンドは、アドバイスできるでしょ。恋愛だろうがなんだろうが、人ごとなら的確なアドバイスができるでしょ。それと同じように、当事者の自分に、客観的な自分がアドバイスするのが一番なんですよ。」

「世界的に有名なサッカー選手や、バスケの選手も、自分の目と、スタンドから見ている目を持っているらしいです。」

当事者の自分から見た世界。
相手の目から自分を見た世界。
その関わりを他者から見た世界。
時間を越えた未来の成功している自分から見た世界。

「多角的な客観的視点を、たくさん持てれば、自分の事を一番知っている自分という最高のコーチが、自分に最高のアドバイスをくれます。」

「だから、僕は世界ＮＯ２のコーチで、ＮＯ１コーチは、あなた自身なんです。」

「客観性が磨かれると、人は、外からの視点で自分に質問しだします。」

「答えを考えるのではなくて、答えを導き出す質問を考えるのです。」

「幸せに成功する人は、自分に対する質問、つまり自問が違うんです。」

星野は、５人のうなずきを確認して先に進んでいった。