

有安さんと大庭さんの 往復書簡

美幸さん

こんにちは！

昨夜から冷え込み、私の地元でも初雪が降りました。
車で移動中にはらはらと降りはじめ、昨日の日中までは薄着だったのになあと不思議に思うほどです。

さて、今回のテーマは「パワーの源」。
厳しい局面における対処についてでした。

私はピンチのときには冷酷な部分があらわれる人間です。
危機的な状況下で「歯を食いしばって乗り越える」ことができれば格好良いのかもしれませんが、残念ながらそのような経験はありません。

あるいは本当に困って涙が出てくる！というのも可愛げがあるかもしれません。
しかしこれもまた、私の役回りではなさそうです。

私のピンチにおける対処は至ってシンプルで、「生きものとしての活動に徹する」ことです。
寝る。お手洗いに行く。とりあえず食事をとる。お水を飲む。座る。走って逃げる。こんなところです。
実際、命の危険を感じるようなことが起きた場合には、せいぜいこのくらいしかできないのではないかと思います。

「私にとってのピンチとはなにか」という、定義をお話ししなければなりませんね。
おそらくそれも、生物学的に危険にさらされた状況なのではないか、と思っています。

メンタルは強くないので、気持ちのうで傷つくことはたくさんあります。
けれどもそれは、「ピンチ」ではなく「恐れ」に近いのではないかと、今のところは考えています。

生物学的な危機にさらされた話、身に危険が降り掛かった話をいたしましょう。

有安さんと大庭さんの 往復書簡

海外滞在中にわりと危なっかしい集団に囲まれた話とか、謎の食中毒に見舞われてえらい目に遭った話も酒の肴にはなるかもしれませんが、本日は誰にでもありそうな話を書こうと思います。

私は、何度か被災を経験しており、そのうちの一回が自分史上最大に無防備なまま、危険を感じた瞬間でした。

忘れもしないその日、私はまだ彼氏だったころの夫ともに義実家に車で向かい、途中の別府温泉でお休みしていたところでした。

お宿のはからいで、空いているからと貸してくださった家族風呂に入ります。

湯けむりのなかお湯に足をつけ、ふうと腰をおろしたその瞬間。

ビービーと聞いたことのない音量で脱衣場から音がしました。緊急地震速報でした。

熊本地震。

実は別府にも大きな揺れがきたのです。

まさに裸一貫…夫と目を合わせ、即座にお湯から上がり、生きた心地がしませんでした。が妙に冷静で、淡々と服を着てお部屋に帰り、情報を集めました。

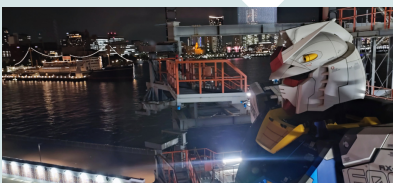
その日に動くのは危険だと判断し、なんと私は就寝。いまのうちだなど、これまたそれなりによく眠りました。

翌朝起きてお宿の方が出してくださった非常食をいただき、夫と交替で運転しながら、義実家と逆方向、本州へ。

壇之浦パーキングエリアに車を止め、義母に本州に着いたと連絡を入れて、はじめて涙が出ました。

…と、いい話のように聞こえるかもしれませんが、夫は可哀想なもので、一睡もできず、こいつはどうしたもんだと頭を抱えたそうです。

そのくらい、ピンチの折には冷酷な人間です。



出張のついでに夫のおっかいでガンダムの近くに行きました。まったくの門外ですが、すぐそこにドックがあるのに上らない選択肢はなく一

有安さんと大庭さんの 往復書簡

久しくスポーツらしいスポーツをしていないので、アドレナリンが出るという感覚を明確につかんではいませんが、もしかするとアドレナリンが出るような状況だったのかもしれないですね。

仕事でも身の危険を感じることもありましたが、やはりその際にも妙に冷静…というか冷酷になり、たんたんと対応するせいなのか、クレーム対応のお仕事もよくいただいております。

美幸さんには最近、アドレナリンが出たぞー！という瞬間はありましたか？

メリハリ型の美幸さんのアクセルを踏む瞬間のエピソードは、何度伺っても興味深いものです。

そして、おそらくこのお手紙が今年最後になりますね。クリスマス準備や新年準備など、ワクワクする季節。義実家へは車で帰らないこととした私は、新幹線を利用しているのですが、今年は切符の争奪戦がなかなか大変でした。

アドレナリンが…出ていたでしょうか。

すてきなホリデーシーズンをお迎えくださいね。来年も、想いをやりとりできることを楽しみにしております。

愛実



被災後、地元に戻ってからの食事。思えば逃げ切るまでのほうが冷静で食べられたのに、このお好み焼きは味がしませんでした。

愛実さん

愛実さん 新年あけましておめでとうございます。

愛実さんはどんなホリデーシーズンをお過ごしでしたか？

私は徐々に自宅で映画鑑賞や読書をするなど贅沢な時間を過ごすと共に、今後の活動に向けて、内観・内省を深堀りしました。

「今後も精力的に動いていくべきもの」「手放していくべきもの」についても頭の棚卸をしました。

私は常に動いていたいタイプなので、これからもワクワクすることにアンテナを張り活動していこうと、2024年のスタートを切ったところです。

さて、今回のお題は「アドレナリンが出た瞬間」でしたね。

アクティブで喜怒哀楽がハッキリしている私は、

アドレナリンが出やすい体質だと思います。

例えば仕事では、キチンと準備はしますが

「あとは当日の流れ次第。なんとかなる。いや、なんとかする!!」と臨むことが多いです(笑)

2023年を振り返り、一番アドレナリンが出た出来事を思い返してみました。

アドレナリンといえば遊園地!!

昨年10月、大阪にあるUSJを15年ぶりに訪れました。

私は幼い頃から絶叫マシンが大好きで、大人になってからも度々楽しんでおりました。しかし出産してからは、そんな機会は全くなくなりました。

幼い子どもがいるということもありますが、出産後は三半規管が弱り、子どもとブランコに乗っただけでも、トランポリンを飛んだだけでも眩暈を起こすようになりました。

もともと貧血気味ではありましたが、

つとした瞬間に立ち眩みや座り眩みまで起こすほどに体質が変わってしまったのです。

ですから、大人だけで行くUSJに誘われた時は、
喜びが大半を占める中で不安もよぎっていました。

「絶対に絶叫マシンに乗りたいけど大丈夫かな?!」

「最初に乗って気持ち悪くなったら、その後楽しめないよね。」

「最近行った友人は嘔吐してしまっただらしいし…」

など、今まで感じたことのない不安も連れていくことになりました。

しかし、あの空間に足を踏み入れた瞬間

「ここに来て乗らないなんてあり得ない!! どうなるか分からないけど、目一杯楽しもう!!」
と大量のアドレナリンが放出(笑)

では、実際はどうだったと思いますか？

《食事を摂る前に乗る》ということだけは気を付けましたが、
無事にしっかりと楽しめました。

ただ、若干の気分の悪さはある、昔のように連続して乗ることは不可能でしたが、
少し時間を空けると別の絶叫マシンに乗ることができ、きっちり制覇してまいりました。
アドレナリンが出ていたというよりは子ども時代にタイムスリップした感じでしょうか。

私は“その瞬間”を楽しんでいる時に、よくアドレナリンが出ます。

「楽しい!」「嬉しい!」「最高!」など。

それはプライベートにおいてもビジネスにおいてもです。

自分が楽しめることでないと動けないという、ワガママな一面なのかもしれません。
最近では「ワガママ=自分の気持ちに素直」だと自分勝手に変換さえしています。

しかし、そんな考えが他人に影響を与えることもあるようです。

先日は

《ゆっくり自分ペースでいくために、他人の顔を見て無理することをやめます。
美幸さんと同じように“自分らしさ全開”でいきたいと思います。》

というとても嬉しい言葉をいただきました。

「それならば、このまま突き進もう」と自分を甘やかすと共に、
「人にポジティブな影響を与えられる人であり続けたい」と思えた瞬間でした。

私には、愛実さんからワガママさを見付けられないのですが、
愛実さんにとっての「ワガママな一面」を是非教えてください。
こだわりや曲げられない部分とも似通っていますよね。

私は、ビジネスについて相談した多くの方から「普段のように、もっと尖ったらいのに」
と言われるので、このまま突き進んでやろうと思います(笑)

それでは、2024年もどうぞ宜しくお願い致します。

美幸



ひとたび中に入ればアドレナリン大放出！私は楽しむときだって全力で楽しみたい。素直に進む2024年にします。