

税理士のひとりごと

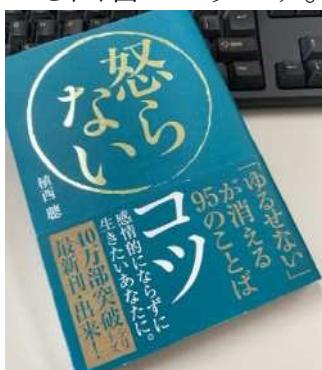
税理士の佐藤です。災害級の大雪が1月25日に札幌圏を襲い、およそ7,000人が新千歳空港内に足止めとなりました。大雪の影響でJRや空港連絡バスが運休した事が原因です。

乗客などからのクレームの受け皿となった空港を運営する北海道エアポートはJR北海道に対し列車の運転再開に関する見通しの甘さや情報提供の体制が不十分だったと抗議を行い、是正を求めました。



怒ると損をする

「怒りは人生に災いをもたらす」と冒頭で述べ本書「怒らないコツ（植西聰著、自由国民社）」が始まります。40万部以上売れている図書のようです。



昔から「短気は損氣」と言われます。これは「気が短く、ちょっとした事ですぐにイライラしたり、激しく怒ったりする人は、その自分自身の行動により損をする事になる」と言うこと

とのようです。

気が短く、イライラしやすく、怒りっぽい人の性格を医学的には「タイプA型行動パターン」ということがあるようです。これはアメリカの心臓病の専門医が名付けたものです。

大雪の影響はその後数日間続き、札幌市内でも除雪が間に合わずスタックする車が多発、高速道路も閉鎖され渋滞により通勤や業務での移動に数時間かかる状況となつたのは皆さんもご存じの通りです‥。

空港もJRもバスの運行会社も、ネクスコ（高速道路）も道庁や札幌市にも理不尽クレームがなされたのは想像ができます‥。

私も天気予報の見通しの甘さに文句を言っていました‥。誰かのせいにしないと‥気が済まないのが人間の悲しい性ですね‥。

彼は専門医として多くの患者を診察します。ある時、待合室の患者の行動を観察し「心臓病を持つ人には、性格的に気が短く、イライラしやすく、また怒りっぽい人が多いのではないか」と感じました。また、イライラする人はストレスが溜まります。結果として心臓病ばかりではなく高血圧や動脈硬化のリスクも高まるとの結論に達したのです。

そう考えると、短気でイライラすると言うことは、自ら健康に悪影響を与えている事になります。

人生の真理

イソップ物語は約2,500年以前から語り告げられている寓話で、「うさぎとカメ」、「北風と太陽」など私たちには馴染みのある物語が多数あります。ある人は「イソップ物語は簡潔な物語を通して人生の真理を伝えている」と評しています。

イソップ物語は数百篇あるようですが、本書ではその中の「人とキツネ」という話が紹介されています。

ある農夫は、日頃から、キツネにとても腹を立てていました。

というのも、苦労して育てた作物をキツネが食い荒らすからです。ある日、その農夫は仕返しに一匹のキツネを捕まえて油をしみこませた綿をそのキツネのシッポに巻き付け、火をつけました。

シッポに火が付いたキツネは、大慌てで逃げましたが、なんと逃げ込んだのはその農夫の畑でした。結局、豊富に実って刈り入れ前だった農夫の畑の作物のほとんどが燃え尽きました。

この物語は「いくら迷惑をかけられている相手であっても、無暗に怒ってはいけない。怒りにかられれば、結局は自分自身に災いがもたらされる」との教訓です。また、怒ると災いが舞い込むとすると「怒らないことが幸せな人生を過ごすためのコツなのかも知れない」と筆者は言います。

まあ‥信じるか信じないかは‥あなた次第ですが約 2,500 年前から受け継がれてきた真理なのです‥。



怒りを静める方法

ここから、筆者が勧める怒らないコツをご紹介します。

昔から、「怒りを感じた時は、心の中で十数える」というものがあるようです。そうすると心が落ち着くようです。

また、日頃から「笑う」という事を心がけている人はあまり怒る事がないようです。家庭内でも職場でも笑顔で接するよう心がけるよう筆者は推奨しています。



いずれにしても、自分自身の感情のコントロールが重要です。言葉では簡単に言えますが中々難しいものです‥。

失敗をどう捉えるか

自分の失敗、従業員の失敗、取引先の失敗など思うように物事が進まないとイライラします。古代中国の思想書に「過去の失敗を忘れることなく、後々の教訓として生かしていくが大事」という言葉があるようです。

失敗という事実にどらわれてイライラするより、何らかの「教訓を得た」と前向きに考える方が生産的と筆者は言います。怒りの感情をいまさら再燃させても無駄と考え、事実は変えられないが、その結果の捉え方は変えられます。

自分自身の人生のためにも、「怒」の感情を減らしたいですね‥。

怒りを敵と思え。

徳川家康

編集後記：

「うさぎとカメ」を経営に例えると、業績が順調だと油断が出来ます。一方、地道に努力を続けても芽が出ない時もあります。あきらめずに、一歩一歩前進する事でいつかは結果が出るという事なのでしょう。「北風と太陽」を経営者と従業員の関係に例えると、従業員を感情で怒ってばかりいても、相手は話を聞いていないという事です。笑顔で諭す方が効果的なのでしょうね‥（寿）。