

「Slow-Smile-Soft」

この 3S は、「ゆっくりと笑顔で柔らかく」人と接することの大切さを説いたものです。早口で顔をこわばらせて攻撃的に接する場合と比較すると、相手の反応が違ってくるのはわかりますね。会議の席で説明したり、お年寄りや子供に話をしたり、あるいは大勢の人の前で話をするときには、相手がわかりやすいように話をすることが必要です。自分はわかっているからといって、相手もすぐにわかるとは限りません。

人間は、ここで思ったことが脳から神経を伝わって喉の声帯に伝わり、声帯を振動させることにより言葉となります。言葉は、空気を振動させて、相手の耳の鼓膜を振動させます。その振動は、内耳を伝わって相手の脳に届き、相手のところに響きます。自分の思いに躊躇があったり、懐疑心があったり、攻撃したい気持ちがあれば、その思いは振動に影響を与えて、相手のところに届きます。素直に相手を尊敬する気持ちを持って接することで、その気持ちは相手のところに響くものです。

幸せな人生を送りたいと誰もが思うでしょう。それには、どうしたら自分が幸せを感じることができるかに気づく必要があります。その重要な要因が「怒らないこと」です。そして、他人と良い関係を構築できるスキルを身につけることです。この 3S は、自分を幸せに導くための大事な Key Word だと考えて習慣づけると、必ず成果が出てきます。

永田 良一

“Slow-Smile-Soft”

These 3 S' s are important in contacting with people in a slow, smiling and soft way. When you compare this way with contacting in a rigid face and an aggressive way, the response from your counterpart is different, isn' t it? When you speak at a meeting, speak to the elderly or children, make a speech in front of many people, it is necessary to speak in such a way as they easily understand you. Your understanding does not always mean the other party will have the same understanding.

What people think in their mind transfers from their brain through nerve to vocal cords, and vibrating vocal cords turn into words. Words vibrate the air and the eardrum of the counterparts. The vibration moves through the inner ear and arrives at the brain and resonates in their mind. When your mind has hesitation,

uncertainty or aggression, the mind will affect the vibration and reach the counterparts' mind. By contacting people with honest respect, your mind will resonate in their mind.

Everyone wants to live a happy life, don' t you? For that purpose, we need to recognize how we can feel happy. An important part is not getting angry, and acquiring skills to establish good relationships with others. These 3 S' s are the key words leading you to a happy life, and making them a habit will give you results.

Ryoichi Nagata, MD, PhD