

ひとみずむ 18 ATSUKO(30)

★絶対自分を好きになる！～ITからお花の世界へ～

お給料は我慢料。

お給料をもらわないと生きていけないから、楽しくもない仕事に毎日行く。

「好きなことを仕事にしたい」なんて言ってる人はカン違い。

好きなことを仕事にできるのは、天性の才能に恵まれた人だけだ。

興味のあるなしではなく、そこそこの企業で通用するスキルを身につけて定年までなんとか働き続けるしかない。

そんな風に信じて疑わなかった私が、

90日後には想像もしていなかった、本当の自分の道を歩き始めていた。

やりたいことが見つからないまま就職。

大学3年生の夏、社会人の彼氏にフラれた。

「やりたいことがない人とは付き合えない」って言われた。

有名外資金融で毎晩2時3時まで働く彼はいつも

「日本の金融は終わっている。俺が変えてやる」って言っていた。

学生だった私にはそんな彼がまぶしかった。

子供の頃からやりたいことなんか考えたことがなかった。

やりたいことを仕事でやっている人なんか彼氏しか知らない。

やりたいことがない自分が情けなかった。

でも、彼と居ることで自分もやりたいことが出来る人間になれるような気がしていた。

失恋はすごいショックだった。

そんな精神状態で就職活動が始まった。

「うちの会社で何をやりたいですか？」っていう質問、めちゃくちゃ怖かった。

「なんでそんなこと聞くの？」って、腹が立った。

面接官に、元彼に、両親に、社会に。

親の期待に応えるため、やりたくもない受験勉強したのに。
やりたいことが見つからないまま、
最初に内定をくれた IT 関連企業への就職を決めた。

7年務めているけど仕事が好きになれない。

卒業以来ずっと同じ企業に務めて7年半が経っていた。

企業向けのシステムは高額だ。

安くて数千万、億単位のお金が必要になることもザラ。

システムを導入することによって得られるメリット、デメリットと

その解決方針等を社内のステークホルダー・経営者が納得するように資料にまとめるのが、
私の所属する「IT コンサルティング部門」の主な業務だった。

「コンサルティング」という響きのよい部門名がついていることで、
社内の人からは羨望の眼差しを向けられることも多かった。

でも、私は仕事が好きになれなかった。

「どうして仕事に情熱がもてないのだろう？」

仕事に情熱を持てるようになりたくて、自己啓発系の本は手当たり次第に読んだ。

「今いる環境で成果を出せない人はどこへ行っても成果を出すことはできません」

どの本にも書いてあった。

そのとおりだと思った。でも成果って何？

「もっと良い仕事がしたい。これをやりたい！」と思える瞬間に出会えなかった。
会社に行くのが億劫だった。

成果を出せない自分、仕事に情熱を持ってない自分はだめな人間だと思った。

そんな時はいつも「やりたいことがない人とは付き合えない」という元彼の言葉が、
頭の中でリフレインした。やりたいことがない自分が嫌いだった。情けなかった。

「今寝たら、もう目が覚めなければいいのに」と思いながら眠りにつき、
目が覚めたら朝が来たことを呪う生活を、何年続けたらろうか。
こんな生活を定年まで自分は続けるのだろうか？
それが人生なら、生まれてこなければ良かったと思った。
結婚が決まっていたが、仕事の愚痴ばかり言う自分が婚約者に申し訳なかった。

結婚式二次会での夫からの手紙。

2009年6月28日

「絶対に自分を変えたい。心から人生を楽しんでいる、明るい女性になってみせる」と決意せざるを得ない出来事が起きた。

この日、入社5年目に会った彼との結婚式を挙げた。
その結婚式二次会で、夫が手紙を読んできた。

『(前略) 敦子にお願いがあります。
もっと、敦子が敦子自身のことを好きになってあげてください。
大切にしてください。』

悩んだり苦しんだりすることがあったら、自分ひとりで抱える前に、
僕や、敦子のことを愛してくれる周りの人に話してください。

二人にとっての幸せが何か、って考えると、
それは「敦子が笑顔でいること」だと本気で思ってます。

だから、今よりも、敦子の笑顔がもっとたくさん見られるように、
全力で頑張りたいと思います。(後略)』

泣けた。

嬉し涙を流すのは何年ぶりだろう。

ふと、顔を上げるとお祝いに来てくれた友人たちまでもが泣いていた。

もっと泣けた。

なんて私は幸せ者なんだろう。
どんな方法を使っても、絶対に自分を好きになる。
心から人生を楽しめるようになってやる。
主人のために。一緒に泣いてくれた友人たちのために。

そう心に誓った。

かないずむ

結婚式のどたばたも落ち着いたある日、
ひょんなことで「コーチング」というキーワードが気になりグーグルで検索。
検索結果の一番上に出てきたのが「堀口ひとみのコーチング」だった。
サイトに並ぶ言葉がどこまでもポジティブで温かく魅力的だった。
気がついたら、隅から隅までホームページを読んでいた気がする。
そのまま、メルマガ、「ひとみずむ」、「かないずむ」と
すべての無料コンテンツを申し込んでいた。

それでも「コーチを雇う」ということに対して懐疑的だった。
「答えは自分の中にある」という考えが根強かったから。
そんな私の考えを変えたのは「かないずむ」だった。

こんなことが書いてあった。

よく、「あなたの中に答えがあります。」と言いますが、
私は金井さんと出会って、自分の中にはない答えを見つけました。

なりたい自分のイメージ像が、形としてはっきり見えていなかったのですが、
メールをしていくにつれて、問いに答えたり、
視点を与えてもらったりしていくうちに、
独立するイメージがどんどん明確になったからです。

自分のなりたい自分が見つかると、行動力がアップします。
それは、自分だけの自問自答では見つからないのです。
自分の視野だけで物事を考えるからです。

「ええええーっ！！！」

ショックだった。

大げさだが、雷に打たれた気分・・・。

長年、自分が作り上げた妄信に苦しめられていたのかもしれない・・・。

「答えは自分の中にある。一人で答えを見つけられない自分はだめな人間だ」

と思っていたことに気がついたのだ。

しかし、そうではなかったのだ！！

会社員時代もすばらしい業績を納め、独立している堀口さんでさえ、

メンターに答えを引き出してもらったのだ。

そうだ、これ以上は、誰かの助けがなければ前へ進めない。

すぐに対面コーチングを申し込んだ。2009年7月半ばのことだった。

好きなことは・・・お花です。

2009年7月

初めてお会いする堀口さんは、「おしゃれでサバサバとしたかつこいいお姉さん」という印象だった。出会って3秒で「色が白いですね！」と褒めてくれたので、びっくりした。

瞬時に人の良いところを見つけてしまうなんて・・・「この人やっばスゴイ！！ さすが！？」と思うと同時に緊張が和らいだ。

対面コーチングの場所はホテルのロビーのようなラグジュアリー空間。

「仕事がどうしても好きになれないんです。成果も出してないし。7年働いたけど、ぜんぜん興味が持てません。かといって何がやりたいかもわからなくて・・・」

「何か好きなこととかあるんですか？」

「好きなことは・・・お花です。友達の結婚式にウェルカムボードを作ってプレゼントするのは楽しいですね」

「じゃあ、お花やればいいじゃないですか！ ウェルカムボードを売ったらどうですか？」

「エーッ！？ 花！？ いや・・・それが出来れば幸せですけど、経験もないし。趣味でやっているだけだし・・・それに、ちょっと話がそれますが、『今の環境で成果を出していない人はどこに行っても成果を出せない』って言うじゃないですか？私、今の会社で成果を出していると思えないんです」

「ふーん。成果出てないですか？ でも7年も働いたんですよ。どんな仕事をしてきましたか？」

「はい。営業部門ではないので、何が成果といわれると自分でも良くわからないのですが、最近だと愛知県の製造業さんでオフィス改革に向けた構想立案というプロジェクトに参画しました。オフィスのIT化が不十分で非効率な点を効率化する方法を検討するというものです」

「え、愛知？じゃ、出張ですか？」

「はい。月曜から金曜までホテルに泊まりこみなんですよー。たまにならともかく、私、そういうのばっかりなんです。女の子なのにー！その前も名古屋に半年くらいいたし・・・」と愚痴をこぼす。

「成果出してないなんて気のせいですよ！
普通、成果を出してない人を出張には行かせないですよ。成果出していますよ。7年も良くがんばったじゃないですか。会社、辞めても大丈夫ですよ」

「・・・」

大粒の涙が頬をつたって落ちていった。

『私は成果を出している。私は十分がんばっている』
ずっと、誰かに認めてもらいたかったのだと思う。

入社以来、「私は成果を出していない」といつも自分を責めてきた。
自己啓発系の本を読むたびに、「私はがんばりが足りない」と自分を情けなく思った。
成功している人の話を聞くたびに、「神は私に何もとりえを与えなかった」と宿命を嘆いた。
辛かった。苦しかった。涙が、後から後からあふれてどうにも止まらなかった。

「す・・・すみません。うっ・・・ぐっ・・・」

初対面の人の前で、こんなに泣いてどうしよう！？と焦ったが、

「大丈夫、クライアントさんが泣くこと、よくありますから。

あー、ほら目がパンダになっちゃってるから、ハイ！」

と、笑いながら堀口さんがティッシュを渡してくれた。

堀口さんが、驚くこともなく笑ってくれたので、ほっとした。

(後日、堀口さんに聞いた話だが数多くのクライアントさんの中で一番泣いたらしい。。)

長年私を苦しめていた「私は成果を出していない。成果を出すまで会社を辞められない」という妄想が涙と一緒に流れ出ていった。

一通り泣いたら、堀口さんにこんな質問をされた。

「好きなことやりましょう。お花で世の中に貢献するならどんなことやりたいですか？」

「そうですねえ、本とか書いてみたいです。あと、日本の着物とかいけばなどが大好きなので、海外に素敵な日本文化を紹介するのも憧れます・・・が、やっぱり収入がすごく心配です・・・それに・・・好きなことを仕事になんか出来るんでしょうか？物心ついたときから安定のためにいい大学に入るとか、仕事に有利な資格をとるとか、好きなことを仕事に出来るという風に考えたことがなかったので、正直好きなことを仕事にできるって信じられないです」

「じゃあ、受験勉強がんばったんですね！」

「は、はあ・・・世間では一流大学と言われている大学を出ました。親や先生に認められたくて興味のないことをあんなに頑張ったのに、私の幸せにはちっともつながってなくて、馬鹿馬鹿しいです。幼稚だと知っていても、親や先生を恨めしく思ってしまう。時間を返せ！って・・・」

「おーーーー！ 嫌いなことなのに、有名大学に合格できるくらい努力するなんてすごいパワーを持っていますよ。そのパワーを好きなことに使ったら、スゴイことになりますよ！！」

「そう・・・です・・・か・・・」

そうなのか？パワーを持っているということなのか？

嫌いなことでも成し遂げるすごいエネルギーを持った努力家

であることの証でもあったんだ。得意に思っていたいいことだったんだ！！

会社に拘束されている時間を、お花に使えたらどんなに楽しいだろう？

自分の作ったアレンジメントや小物を誰かに届けることが仕事だったら、

頑張るとか努力するとか意識しないレベルで、仕事に没頭できるだろう。

嫌なことでも、難関といわれる大学に合格できたのだ。

好きなことならもっと難しいことでも、乗り越えられるかもしれない。

堀口さんに手伝ってもらって、本当に好きな仕事を手に入れよう。

今まで通りのことをやっても、憂鬱な日々を変えることはできない。

7年試行錯誤しても変わらなかったのだから。

すぐに90日コーチングを申し込むことにした。

これならいける！退職を決意。

2009年8月

90日コーチング最初のセッションのこと。

「好きなことを仕事にしているというのは、すごく良くわかるのですが、とても自分には無理だと思ってしまうんです。会社を辞めるなんて怖くて出来ません」

「じゃ、もうウェルカムボード屋さんになったつもりで、まずはパンフレットを作ってみたらどうですか？ ハイブランドのパンフレットとか集めて研究するといいですよ！」

明るく堀口さんに言われたら、とりあえずやってみようという気になった。

自分ひとりではまずやらなかっただろう。

でも、次回のセッションでアドバイスをいただけるって約束したから、

やるべき理由と締め切りがあった。そして、なんとかパンフレット第一版が出来上がった。

次のセッションでは、デザイン・フォント・文章のトーンなど、

惜しみなくアドバイスをいただいた。

堀口さん自身が独立し、お客さんに自分の想いがどうやって伝わるかを

とことん追求してきた人だからこそ、会社員の私の気が付かない視点が沢山あった。

パンフレットを手にしてくれた人の目にはどう映るか？

どうすれば魅力を感じてもらえるか？

という視点からパンフレットを改良していった。

3回のセッションを通してパンフレット作成に取り組んだ。

気がついたら商売として 通用しそうなパンフレットが完成していた。

パンフレットが出来たことが自信になった。

「これなら、いける！」

会社には退職の意思を伝えた。

理由は「他にやりたいことが見つかったから」

自分にとって最高にかっこいい退職理由だ。

怖くて仕方なかったはずの「会社を退職する」というステップを踏み出していた。

あなたのままでOK！

セッション3回目の頃には、自分と自分の周りが大きく変わり始めていることに、はっきりと気づいた。

大企業から私指名でお仕事をいただいたのだ。

堀口さんと出会った後の私でなければ、この提案は取れなかったと思っている。

堀口さんのメルマガやブログを読んだり、コーチングを受けたりするうちに、

「いつの間にか」何か面倒な仕事を頼まれたり、嫌なことがあったりしても全く落ち込まなくなっていた。

前は、落ち込んでから立ち直るまでに時間がかかり、なかなか前へ進めなかったのだが、すぐにその状況を受け入れて解決するための行動が起こせるようになったのだ。

お客様は発注するにあたり、私の仕事の処理スピードを評価したと言ってくだった。

なぜ、「いつの間にか」私は変化できたのだろうか？

堀口さんに会う前は、「変わらなければ！」と思っても、

なかなか変化できない自分に苛立ってばかりだったのに・・・

それは「あなたはそのままでもいいです」という、堀口さんの全面肯定を頻繁に受けていたからだ。

今まで通りの自分のやり方が通用しなくても、「私はそのままでもいい。私にも出来ることが十分ある。この状況で私は何ができるか？」と考えられるようになったのだ。

前は、同じ状況に遭遇したら、「私は駄目だ。私には何も出来ることがない。この状況はどうしようもない」だったのだ！？ たった数ヶ月前の自分だが、本当に信じられないことである。

堀口さんはよく「そのままでもいい」と認めてあげるとその人は安心して自分で変化する。とおっしゃっているが、本当にそのとおりだと思う。

変化は自分自身にしか起こせない。でも、「何か自分が不足している」と考えていた私は、変化するスタートラインにさえ立てなかったのだ。

堀口さんが「そのままでもいいです」って何度も全面肯定してくれて、初めて変化のスタートラインに立てるようになった。

自分を全面肯定できるようになったら、周りの人を全面肯定したくなった。いつも人のいいところを探すようになり、伝えるようになった。

「目の前の人に、自分は何をしてあげられるか？」と考えながら相手の話を聞くようになった。

家族、友人、お客さん、同僚、周りの人が前よりたくさんしゃべってくれるようになった。肯定的なコメントをもらうことも増えて、幸せ感が日々増していった。

コーチの応援。

2009年11月

90日コーチングが終わりに差し掛かる頃には、パンフレットも完成し、ウェルカムボードを販売するブログもオープンしていた。

しかし、ウェルカムボードしか商品がない・・・

それでは、とてもではないが、収入にならないだろう。

1個3万円で販売したとして、1ヶ月3個売れても9万円。

そもそも、ウェルカムボードが1ヶ月に3個も売れるだろうか？

どうしよう・・・と不安がどんどん膨らんでいった。

不安が膨らむとブログを見るのも辛くて、更新すらできなくなってしまった。

そこで、セッションで独立後のキャッシュポイントを見つける

ディスカッションをお願いした。

驚いたのは堀口さんの発想力。

アイデアがまさに泉のように湧き出てくるのだ。

- ・ウェルカムボードを喫茶店やサロンにおいてもらえるよう営業する。
- ・子供向け、外国人向けのお花教室を開催する。
- ・友達にウェルカムボードを作ってあげたい人のために
ウェルカムボードの作り方と材料をセットにして販売する etc…

ひとりで考えていたときは、ネガティブな点ばかりに目が行っていて、

アイデアも浮かばなかった。

堀口さんはいつも物事のポジティブな面に光を照らしてくれる。

やりたいことを実現する方法を一緒に探してくれて、応援してくれるコーチが

居れば、前へ進むスピードはひとりの時とは比べ物にならない速さだと思った。

そのセッションでも、不安を完全に振り払うことはできなかった。

「もう会社には退職の意思を伝えた。やるしかない」それはわかっている。

だけど、「会社」という安全保障なしに自分自身でビジネスをするなんて到底できない、

という思い込みをどうしてもはずせなかったのだ。

そのことを、堀口さんに伝えたら、

「そうですか。じゃあ、どうして出来ないと思ってしまうか、

ゆっくり考えてみてはどうですか？」 と、意外な答えが返ってきた。

本当は「大丈夫ですよ～」とか、甘い言葉を期待していたかもしれない。

でも、「考えてみてはどうですか？」と、堀口さんが突き放してくれたことで

「これは私自身が何とかする以外ないのだ！」ということが明確になった。

サボっていたブログ更新を再開し、私のウェルカムボードに興味を持ってくれそうな人がいるコミュニティに参加した。

ある日突然、ブログのアクセス件数が増えていた。なんと堀口さんご自身のブログで私のブログを紹介してくださっていたのだ。「せっかく紹介してもらったのだから良い記事を書きたい」とモチベーションがあがった。

私が「不安を取り払えない」と言った時の、堀口さんの的確なフィードバックに感謝している。そこで、甘えさせてくれるコーチだったら、いつまでも自分は変わらないから。

ITの世界からお花の世界

会社員と独立準備の並行は確かに大変で、寝不足気味の毎日が続く。だが、いやいや仕事をしてきた以前の私よりずっと元気だ。

好きなことをやっていると、疲れるどころかエネルギーが沸いてくる。心で誓ったとおりに、自分を大好きになれた。人生を120%楽しんでいる。

本番はこれから。

ウェブサイトオープン、ブログ更新、お花教室開催準備・・・etc.
やることはたくさんある。

夫に泣きながら仕事の愚痴をこぼすことはなくなった。
代わりにWEB作成等PCを使う場面でサポートしてもらうことが増えた。
(実は夫、PCをこよなく愛するSEである。)

90日コーチングは終わったが、堀口さんとのご縁は大切にしていきたい。
私の座右の銘は「自分を愛するように、あなたの隣人を愛せよ(聖書)」だが、それは「自分を愛する=自分の才能を愛する」、「隣人を愛せよ=自分の才能を他の人のために使う」ことだと解釈している。私にとって堀口さんはこれを体言している数少ない人である。だから、彼女の進化を見ていたいし、近づきたい。

大好きなお花で気持ちが明るくなるような作品を世の中へ届けていこう。
それが、自分を変える勇気をくれた夫、友人、堀口コーチへの恩返しになると信じている。