

## プラスの循環の創出

### お金に関するワークショップ

先日、お金に関する心理学のワークショップに参加した。内容は自身が持っているお金に関する観念や感情を理解し、よりストレスのない形でお金や現実と付き合っていくプロセスを学びましょうというもの。

参加者は女性ばかり4名で、リードするセラピストの方も女性。2時間程度のリラックスしたワークショップだったが、ほかの参加者の意見やコメントをとおして新たな学びがあったり、自身の現在持っている観念や、現状との距離を確認できるなど、有意義な時間が過ごせた。

「お金に関する心理学」と聞いてどんな感じを持たれるだろう？ 日々目にしたり手にしたり、お金と関わらずに生活している人はいないだろうから、恐らく皆さんも興味を持たれるのではないだろうか。ということで、少し皆さんにもワークショップのダイジェストを誌上体験していただきたい。

### お金は単なるエネルギー

最初に軽くお金に対しての心理学的アプローチをご紹介したい。まず、「お金」とは心理学的には単なる「エネルギー」に過ぎないということ。顕在意識の中では形ある存在としての「お金」であっても、心理学的には単なるエネルギーに過ぎないという。

そしてよく言われるように、人の意識全体に占める顕在意識の割合は3～4%。つまり、人の意識の大部分は、潜在意識。お金に対する考え方を換えようとするならば、そもそも自分が潜在意識のレベルで持っているお金に関する観念や感情を理解し、そこに働き掛けていくことが必要だということ。

ワークショップでの最初のウォーミングアップは、1万円札を覚えている範囲で書いて見ましょ

うというものである。皆さんにもぜひやってみてほしい。どうだろう、書けるだろうか？

「正確に書ける人はだれもいませんよ」とリードするセラピストの方も言っていたが、筆者も輪郭に何となく縁取りがあつて、福沢諭吉が右側にいて、10000の文字が左上に、そして真ん中に透かしが…とその程度しか書けなかった。しかし、参加者の中では良いほうだったようだ。全く筆の動かない方もいたので。

このウォーミングアップは、お金と仲良くしたいと思って参加した参加者への「相手をきちんと見ていますか？」という現状チェックだ。参加者全員、思った以上に注目していないという結果。そして、よく見ると美しい、いや神々しさまで漂っている、としばし全員で鑑賞。筆者も今後はデスク周りに1万円札を貼って暮らそうかと思った。

そして次は、「お金との距離を縮める」ためのワーク。まず、「豊かなお金」を象徴するものと聞いて思いつくものを考えてほしい。次に“現実のお金”を象徴するものを考えてみる。

最後に、この2つを象徴するものが、どういう位置関係にあるのかを考える。すると、自分が思い描いている“豊かなお金”と“現実のお金”との距離感が分かるということ。

皆さんの結果はどうだっただろう。結構ハッとさせられる結果ではないだろうか。筆者がどういうものを思い描いたのか、紹介してみよう。

まず、“豊かなお金”の象徴は、金の燭台（しょくたい）。これは直感でイタリアの教会などにある金の燭台を連想した。そして、“現実のお金”の象徴は、本当に現実的な象徴なのだが、銀行通帳とお財布。

そしてその二つの距離感は——金の燭台は目線より少し上で、手を伸ばせば届く距離。そしてその同じ縦のライン、ちょうど手を伸ばしたあたり

佐藤靖子（サトウ・ヤスコ）  
大学卒業後、外資系エアエクスプレス会社入社。財務経理本部を経てマーケティング本部で、顧客接点プロセスの改善を図る。2003年からは営業本部に新設されたダイレクト営業部のマネージャーとして、顧客コミュニケーションレベルの向上に注力。ダイレクトマーケティングを活用した、“営業・マーケティング活動の仕組み”を確立。ROI（費用対効果）1000%を超えるプログラムの導入・実行は、社内外・海外オフィスにておいても高く評価される。2007年ドルチェ・マーケティング株式会社を設立、代表取締役に就任。B to B企業向けダイレクトマーケティングの総合プロデューサーによって、“ビジネスシーンにおける世界一のコミュニケーションづくり”を目指す。

に銀行通帳やお財布がある——自身では、なるほどと思うような距離感だ。

直感で浮かんだ、金の燭台。このワークは潜在意識の観念を引き出すものだから、あまり考えないほうがよいだろうと、直感に身を任せてみた。後でネット検索してみると、金の燭台は聖書の中では神を意味するという解釈もあるらしい。それを知って「豊かなお金＝神」だなんて、なかなか良い観念ではないかと少し悦に入ってしまった。皆さんの場合はどうだっただろうか。

ほかの参加者の例をご紹介すると、“豊かなお金”の象徴が「人間（夫）」で、その距離感はガラス1枚隔てた感じ（見えるけど触れない）というものであったり、“豊かなお金”の象徴が「引越え」であり、その距離感は引越えをした方が要らないものを処分できて良いことは分かっているが、後回しにしているとうものだったり、なかなか面白い結果だった。

### 自分の器を広げるとは

ワークの中で、お金＝エネルギーだからお金は自分の器に入る量しか入らない、今より多くのお金を入れたいなら自分の器を広げればよい、という話があった。この器を広げるといって、感覚としては分かるのだが、具体的にはどういうことになるのか質問してみた。この質問を受けての説明が、とても分かりやすく秀逸だった。

「器を広げる」とは、実際に陶芸で器を広げる作業と同じようなもの。陶芸で轆轤（ろくろ）を回し、実際に器を作ることを想像してほしい。陶芸での器作りでも、少しずつ少しずつ、土を薄くしていくことで、その器の容量が増えていく。

人間も同じ。色々な経験をすることで、自分の器が少しずつ少しずつ広がっていく。容量を大きくしなければいけない時に、身を硬くして元の形

にばかりこだわると、陶器と同じようにパチンと割れてしまう。

大切なことは、あらゆる物事を柔軟に受け入れていくこと。多少いびつな形になっても、原型からは掛け離れた形になったとしても、気にする必要はない。そうやってうまく流れに身を任せて受け入れていくことで、器が広がっていくという。

### 流れに身を任せてみる

数十年前とは比較にならないほど、変化のスピードが速くなり、またその内容の予測もできない時代になっている。そんな時代を生きるには、“流れに身を任せる”ことが大きな助けになるのではないだろうか。

予想もしないところにたどり着いてもよいではないか。しよせん、だれにも先の事など予想できないのだから。身を硬くしてかたくなになるよりは、リラックスしてどこにたどり着くのかワクワクしながら流れに身を任せていくほうが人生は楽しい。

お金はエネルギーに過ぎない。そのエネルギーは、うまく循環させてこそ価値を持つ。この“プラスの循環の創出”は、筆者の会社のミッションでもある。筆者はDMでもマーケティングコミュニケーションでも、目指すところはすべて“世の中に良い循環を作ること”だと考えている。プラスの思いから制作されたDMが、その受け手にプラスの思いを乗せて届く。

そしてDMを受け取った人は、そのプラスの波に乗り、いつもよりポジティブに行動する。一つの行動はわずかなものでも、世界中で起これば大変な変化となる。より良くなった世の中を享受できるのは、紛れもなく自分自身。

そうやって世の中に価値を付け加えていくような仕事を、日々していきたいと考えている。