

**スタッフルーム**  
Staff room

## 運がいいとか、悪いとか

いいだ なおこ  
飯田 尚子

(湘南藤沢メディアセンター)

今現在、私は運が悪い。あらゆる場面で、こうあってほしいと願ったことと逆行して現実が進んでいくことが多い。いつからこんなことになったのか。振り返ると、2021年までの私は自分のことを運がいいと思っていた。人に「あなたは運がいいですか?」と聞かれたら、間違いなく「私は運がいいです」と答えることができた。例えば、試験の前日に母と何気なく話した内容が次の日そのまま出題されたこともあったし、旅行に行くとも予報が晴れに変わるということも多かった。自分の力ではどうにもならない事がいい方に動き、天が味方してくれるように感じていた。それがどうしたものか。2022年に入った途端、天に見放され、運にも逃げられてしまった。なにゆえこんなことになってしまったのか。

そもそも運がいいとは何か。英国の心理学者リチャード・ワイズマン博士は著書『運のいい人の法則』(角川文庫、2011年)の中で、「正しいタイミングで正しい場所にいる不思議な才能があるらしく、不公平なくらい幸運に恵まれている」(p.9) ことと述べている。博士は、運がいい人と悪い人の違いを科学的に分析した。まず、運がいい人と悪い人は性格の特徴として、神経性傾向、外向性、開放性に違いがあったとした。加えて、いくつかの実験やインタビュー調査を通して運がいい人の傾向をまとめている。第一に、運がいい人は、外向的で多くの人に話しかけることで、偶然のチャンスを作り出し、そのチャンスに気が付くことができる。第二に、運がいい人は、虫の知らせを聞き逃さず、日頃から適度な気分転換や瞑想を行い、自身の直感と本能に耳を傾けている。第三に、運がいい人は、将来に対する期待感が強く、それが考え方や行動に影響し、目標を実現することができる。第四に、運がいい人は、不運が訪れてもいつまでも引きずらず、不運のプラス面を見ることで、長期的には不運は幸運になると信じている。

そういえば、試験の前日に話した内容が次の

日に出题された時、ふと話題に上がったことが気になって、前夜にその分野を徹底的に復習し、次の日の試験に活かすことができた。自分の直感を信じて行動を起こすことで、幸運に結び付けることができた。また、旅行で予報が出ているときは、いつも晴れた場合と雨の場合の両方の観光プランを事前に考えている。そのため、雨予報が晴れに変わった旅行は、運がいいと感じ鮮明に記憶に残っているが、雨だったとしても雨用の観光プランを楽しめたのでそれほど運が悪いという印象が残っていない。天気は左右されずに旅行を楽しみたいという思いが、観光プランを事前に2パターン考えるという行動につながっていた。このように、これまでの私は、運がよくなるために無意識に何らかの努力をしていたように感じる。

一方、今年に入ってからはどうか。不運への対応に追われ、一息つく間もなく、目の前のやらなければならない雑事をこなしている。川辺を散歩し自然を感じることも、旧友に連絡して親交を深めることもなく、不運を前に落ち込み、じっと耐えて黙々とこなすことに時間を費やしていた。だが、それは間違いであった。天に見放されていると感じ、襲い掛かる不運を仕方がないと諦め、多忙を理由に余暇を楽しむ余裕もない、この状況こそ運がいいということから遠ざかっていたのである。行うべきは、まず肩の力を抜いて、不運のプラス面を見ること。実際、この不運がなければ得られなかった経験もたくさんあった。平穏な日常に感謝することができた。精神的にも強くなれた。家族や友人、周囲の人を大切にしようと思った。大切なものの存在をこれまでよりもはっきりと大切だと認識することができた。将来、この不運があったおかげで訪れる幸運もあるかもしれない。不運は誰にでも訪れる。大切なのは、不運をどう乗り越えるか。自分の見方を変えれば、映る世界も変わるのだから。