



いのちの質をあげる僕のlifestyle

『見えないところを輝かせると人生は輝きだす』

船越耕太 (ふなこしこうた)



空間診断士。岡山県生まれ。父から言われた一言で中学1年生から掃除を続ける。目に見える空間と心の空間は密接に繋がっていることを1000日を超えたあたりから感じるようになる。

掃除はきれいにしたりかたづけたりするのではなく、「その空間はどうすれば明るくなり、喜んでくれるのか」という観点から既成概念・他者の価値観・ルールではなくあなた自身の感情と心のあり方、『いのちの質をあげる』ことをのべ4万人にお伝えしてきた。

多くのクライアントから奇跡のような出来事が次々と起こっているという喜びの声が自身の確信となり、現在も全国で多くの講演会・セミナーを開催させて頂いている。

普段見ないところにはあなたの隠れた感情が眠っている

僕は今、世界でただ一人の『空間診断士』という肩書きで仕事をしています。全国で掃除のやり方を教えているのではなく、掃除に向き合う時の心のあり方をお伝えしています。例えば怒っていたり悲しんでいたりの部屋は何となく『空気が重い』と感じたことはありませんか？空気も空間も変わらないはずなのになぜ『重い』のでしょうか。人は自分が思っている以上に空間や空気を敏感に読み取る能力を持っています。そして僕は空間には自分の中にある感情は密接に繋がっているという前提のもと掃除をしています。その空間にも淀みがあるとすれば、その空間に関わる人の心の中にも淀みがあるということ。掃除をするといいと聞いて、イライラしながら掃除をして果たしてその空間の滞りはなくなるのでしょうか。また、その人の心のわだかまりはなくなるのでしょうか。その空間に眠るその人も気づかなかったメッセージを読み解いて差し上げるのが『空間診断士』の役目だと思っています。だから幸せになるため、会社の売り上げを上げるために掃除をしましょうという短絡的な方法論ではありません。あなた自身が心のあり方を決めさえすれば、結果的に幸せになり、売り上げがあがってしまうだけなのです。現在全国でセミナーや講座、個人セッションなどを通してたくさんの方から夫婦の仲がよくなった、病気が治ったなどの喜びの声を頂いています。でもそれは僕がすごいんじゃなく、そのことに気づいたあなたがすごいんですとお伝えします。なぜなら僕は『自分がその場所だったらどんな風に掃除されたいか考えてください』『普段意識しないところにこそあなたの感情が眠っているのでそこを探して掃除してください』なんて話を皆さんにしているだけですから。

1000回やり続けたら人生が変わる

そもそも僕は最初からトイレ掃除が好きだったわけではありません。僕の両親は岡山県の山奥で、自然食を提供する宿を営んでいましたから子供の体のことを考えて学校給食ではなく発酵食品中心の手作り弁当を毎日もたせてくれました。僕は生後8ヶ月で化膿性髄膜炎と水頭症という病気になりましたが、後遺症も残らず今こうして元気でいられるのは両親の自然療法を使った手当や祈り、徹底的な食の管理のおかげです。でも食の大切さを知ってはいても中学校ではお弁当の匂いがいじめの原因になり学校に行くのが嫌になりました。そこで父に「学校を辞めたい」と言うと反対するどころか万歳して大喜びするのです。学校に行っていようがいまいが、生きているだけで100点満点だと僕の可能性を信じる父は普通の親では信じられない反応をいつもするんです。そして僕にこんな言葉を投げかけてくれました。

「おまえが苦手なことをたった1つでいいから毎日続けてごらん。必ず人生は変わるから」そのときに僕が決めたのがトイレ掃除でした。父の一言をただただ信じようと思えたのはそれまでの父の生き様と叶えたい願いを全て叶えてきた人だからかもしれません。

トイレから泣いて出てくる人が続出

最初の1年目は宿のお客さんが褒めてくれるのがうれしくて続けていました。ところが、うちの民宿はリピーターさんがとても多く、トイレ掃除を1年も続けるとお客さんにとって僕がトイレ掃除をするのは当たり前になります。僕は誰にも褒めてもらえず不満が募りました。要するに誰かのため、誰かに認められるために掃除をしていたのです。『僕を見て。僕はこんなに頑張っているんだ。』そういう感情が僕が掃除をした空間には残っていたんです。どんなにきれいにしても誰も褒めてくれない。自己顕示欲が強くなればなるほど空間には重い感情が残ります。

だから僕は自分自身が楽しくなるように便器に話しかけたり、床に寝そべったりして、トイレと仲良くなることにしました。がむしゃらにきれいに掃除から、自分を楽ませる掃除に変えたのです。それまで見なかったところを掃除するようにしました。すると不思議なことにトイレを使った後に涙を流して出てくる人が続出したんです。それは喜びの涙でした。楽しみながら掃除をするとその感情が空間に残り使う人に伝わるのです。これに気づいたとき、掃除とは、ただきれいにすることが目的ではないとわかりました。

中学卒業後、ニュージーランドに留学し6年間過ごしましたが、おむすびの専門店「おむすび権米衛」の岩井健次社長と出会い、「空間のわだかまりの原因を知り循環させること」を仕事として顧問契約を結びました。

それが評判になると、さらにいくつかの企業から声をかけられ売り上げが150%になる企業もありました。また「掃除の講座をして欲しい」という人も集まるようになったのです。

今の僕は人が掃除したがる汚い場所を見つけると、宝の山を見つけたような気持ちになります。家の気になるところを1日に3秒間でいいので、本気で、心を入れて掃除する。3秒間でも心を入れて掃除すると、空間は変わります。これを21日間続けるとなにより心を入れて続けることに慣れてきます。

いやいや人にやらされるのではなく、自分から楽しんで掃除が続けられるようになること、自分の心を磨くことが、幸せな空間づくりの第1歩なのです。大切なのは相手を変えようとするのではなく、既に自分に内在するものに気づくこと。掃除は自分自身と自分の大切な人との新しいコミュニケーションツールになると僕は思っています。

そして掃除を通して『空間が変わる。自分が変わる。人生が変わる。』そう確信しています。