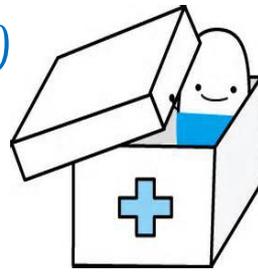


# もうひとつの おきぐすり



ゴー、大きな音と共に沢山の土砂が流れ込んできました。

駄目だ、と思い家の外に子供たちと逃げ出しました。

その瞬間、「あっ、ばあちゃん。まだ中だ。」と思ったそうです。

「でも既に庭に出ていて雨にうたれて寒そうにしているんです。」

これは土砂災害に見舞われてしまったお客様の話です。

この話には、続きがあって「うちのばあちゃん、膝痛くて殆ど歩けないんです。それが誰よりも早く外に逃げ出していて、

それがおかしくて、うれしくてみんなで大笑いしてしまいました。」

「家は全壊になってしまったけど大雨の中、全員で抱き合いました。」

新しく建て替えた家で、話してくれました。

とっさの時に思わぬ力が出てしまうことがあります。

お客様は、この力に救われました。

「火事場の馬鹿力」

人間を動かしたり、支えたりしている筋肉は、ゴムのようなものです。

いつも100%の力を出して活動してしまうと簡単に切れてしまいます。なので、いつもは20%の力しか出ないように

なっています。これは車のエンジンにかかるリミッターのようなもので、脳から筋肉へ指令として伝わっています。

そのリミッターが外れる時があります。命の危険を感じた時などです。交感神経が過度に働き「闘う」「逃げる」の力を

最大限に発揮します。これが「火事場の馬鹿力」です。

私の父も先日、火事場の馬鹿力を発動させました。台風の翌日に記録的な豪雨になり、その時に孫を迎えに車で出だし

見事水没してしまい、大切な愛車は動かなくなってしまうました。ドアは水圧で開かなくなり、途方に暮れかかったその瞬間、

水が浸水してきたのを見て、今まで開かなかったドアを押し開け、さらに水の中から車を押し出したそうです。

翌日、筋肉痛で動けなくなったのは言うまでもありません。

この火事場の馬鹿力を自由に使いこなせたらすごいですね。

リミッターを外す為には、交感神経を働かせるアドレナリンとノルアドレナリンの分泌量が増えないといけないので、

例えば、大きな声を発しながら力を出す。マイナスではなく、プラスの成功をイメージして力をだす。多少の緊張を与える、

などをすると、リミッターが外れ20%の力が30%の力となるかもしれません。

しかし、人間の体って良く出来ていますね。いつも感心します。

今回は、人間の持つ力についてお話ししました。

それでは、又 コンシェルジュ風見浩でした。



バイバーイ