

やましたの「^{いっさつ}今月の逸冊」

僕が本を読む理由は、考え方・価値観を広げるため。自分の知識や知恵なんてちっぽけなものだ。広げるためには、ある程度情報のインプットが必要だ。それには本が一番投資対効果が高い。たかが1500円程度の投資で、10数倍の価値を得ることがある。それはお金だけではなく、これからの生き方として、人生の糧となる。だから僕は今日も本を読む。



心屋仁之助の「奇跡の言葉」2

／心屋仁之助（著）¥1,000(税抜)

-Amazonより内容紹介-

本当の問題と向き合う日がやってきた。僕たちの人生で起きる「問題」のほとんどが「気のせい」です。何か言われた、何かされた、何かしてもらえなかった……。これは自分で勝手に決めつけているだけで「問題」ではないのです。自分は、どう感じたのか、どんなやつだと思われた気がしたのか、ここに解決しなければいけない「問題の根っこ」があるのです。向き合うのは苦しいよ、涙も出るよ、だけど未来はね、明るいんだよ。

◎ 無いもの探しはやめましょう。だって、あるんですから！

人間というのは、無いものを探し出すスペシャリストです。ただ、探し“物”を見つけるのは苦手なんですけどね(笑)僕は、年に何回か「自分の出来たこと・成長したこと」というテーマでノートに書き出します。軽くA4白紙3枚くらいは書き出せます。そのワークを昨年末、僕の勉強会でやったんですが、他の参加者は書き出して2つ、3つくらいでペンが止まっていました。。。僕から言わせれば分かっていたことなんです(笑)

冒頭で書いたように、人間は無いものを探し出すスペシャリストです。だから、日々意識しないと自分の良いところを見つける事は困難です。僕は、これを日々意識していますので、書き出すことは非常に楽にできます。悪く言えば自己中で、自分だけしか見ていないのですが(笑)ではなぜこれが大事かというと、この本で心屋さんが言っているように、「自分にある」ということを自分が知らないと、自分の無いものばかりが目について、一向に幸せになれないんです。逆に、自分にあることに気づき出すと、それに関する仕事や来たり、良い流れが来ます。これは体験しないと分からないでしょう。そして、自分にはあるんだから「人に与えよう」という心も出てくるのです。そして、こっちのもんです！(笑) また、自分の良いところを探し出すと、人の良いところを見る意識も出てきます。僕はこの辺りはまだまだなんですけど・・・(^_^)

【気づきの逸文】

- ▶ 悪いやつになるうよ！！
- ▶ 迷惑をかけないように生きることは、周りの人にとって一番迷惑なことなのです
- ▶ 「どうせ愛されているし」と、根拠なく信じる
- ▶ 相手に与える喜びを感じてもらうために、自分は素直に受け取る
- ▶ 「嫌われたくない」という人は、敵もいないけど、味方もいない。。。
- ▶ 好きなことばかりをやっていると、周りの人にたくさん迷惑をかけているので感謝できる
- ▶ 人は、自分がよくなっていること、自分が変化していることに気づきません
- ▶ あらゆる問題の、一番の解決法は、「自分には”ある”」と気づくことです