

# 人生を劇的に変える！ しあわせ思考の基礎知識

Vol.2  
(プレビュー版)

著：石山秀幸

しあわせ思考スーパーガイド

<http://1shiwase.jp>

★Copyright(C).2007 Hideyuki-Ishiyama All Rights Reserved★

著者の許可なく、当E-BOOK内の文章の無断引用と無断転載を固く禁じます。  
ただし口頭で、大切な人や、ご家族等に伝える分には構いません。どんどんお伝えください。

諦めるべきところは諦める必要があります。いくら「若い頃に、もっと恋愛を楽しんでおけばよかった」と思っても、すでに歳を取ってしまった今では、同じような条件で、同じように、恋愛を楽しむことは出来ません。諦めるべきところはスパッと諦めて歳を取ったないの恋愛を楽しむか、いっそのこと、恋愛を忘れ、何か別の熱中できることに集中した方が幸せというものです。

- ・ ものは考えようです。いつまでも、過ぎ去ってしまったことを悔やんでいても、仕方がありません。
- ・ 心を切り替えれば新たな道が見つかるものです。今は今のやり方で人生を楽しみましょう。

何事もやってみなければわかりません。考えている暇があったらまず行動しましょう。お金のかかること、リスクの大きなことは後回しにして、お金のかからないことや、リスクのないことから始めましょう。多少お金のかかることでも失敗を良き経験とし、今後に活かせばOKです。失敗は、ただの失敗ではありません。

- ・ 失敗は、必ずしも良いことではないかもしれませんが、しかし、何もしないでいて、失敗すらしないことは、それ以上に良くないのです。
- ・ 失敗を恐れずに挑戦すれば、そこから見えてくる何かが必要、ありますからね。

いかなる理由があるにせよ、人のことをけなすような人間とはつき合わないようにしましょう。本当に幸せになる人というのはたとえ何があったとしても、他人のことをけなしたいはしません。「人間としての成長度合いが違うのだから、仕方あるまい。」と、そういう人間ですら**許容する心が幸せを呼ぶ心**なのですから。

- ・ 多少の愚痴は、やむを得ない場合もあります。けなすとは、「(人前で)ボロカスに言う」という意味合いの行為のこと。
- ・ 許容するのと、付き合いを持つのでは、また別の話です。その相手が、職場の人なら事務的にお付き合いをすれば良いのです。



確かに、お金は大事ですが、それ以上に大事なものは、  
人とのつながりです。「お金がすべて。」ではありません。  
「人がすべて。」でもありません。大事なのは、**助け合う  
精神のある良い人**と出会えるかどうか。まずそれには、  
自分が、そういう人になったらいいのです。そうしたら、  
必ず、類は友を呼び、良い人が、周りに集まってきます。

- ・ 人によっては、良い環境が整うまでには、多少の時間がかかる場合もあります。
- ・ ですが、永い一生から見れば、さほど、たいした時間ではありません。何事も焦りは禁物ですよ。

**苦手なことは先にやっけてしましましょう。**後回しにしていると  
いつまで経っても、不安な気持ちを抱えたままではいなければ  
なりません。が、「やってみたら意外に簡単だった」ということも  
多いものです。真冬の寒い日に、暖かい部屋のコタツからは  
出たくないものですが、思いきって、外へと出かけてしまえば、  
思ったほど苦痛は感じないもの。理屈は、それと同じなのです。

- ・ 人間というのは基本的に、取り越し苦勞の多い生き物です。
- ・ 「やってみたら意外に簡単で、今まで不安に思っていたのは何だったんだろう？」と、私自身、何度、思ったか知れません(笑)。

**礼儀をわきまえ、礼儀を大切にしましょう。同じ応援するにもキチンとした話し方が出来る人には、「全力で応援したい。」と思いますが、そうでない人には、「60パーセントでいいか。」と**  
**思ってしまうものです。「相手の気持ちに応えたい」というのが、人間の基本的な感情なので、そのような気持ちになる訳です。**

- ・ 人間は基本的に“相手の気持ちに応えたい”生き物ですので、相手の気持ちが、小さかったら、小さく応えたい…という訳です。
- ・ ほんのちょっとした言葉遣いでも、人の心は、大きく変わるものですので、キチンとした話し方をした方が、結果的に得なのです。
- ・ そんなことで、得ができれば、安いもの。相手も、気分がいいですし、「相手よし、われよし」は、しあわせ思考の基本中の基本です。
- ・ インターネットでも、Eメールでも同じことです。むしろ、相手の顔が見えない分、なおさら、そこに気をつけなければいけませんよね。

生活は「生かして活かす」と書き、無駄にしないのが生活です。  
何をするにも生かして活かす。余分なことはしちゃいけないし、  
**余分なものは買わないように**。だからこそ節約が尊いのです。  
節約は“ケチ”とは違います。お金を無駄にしないということ。  
逆に言ったら、必要なら、何千万、何億、遣ってもいいのです。

- ・ 「何事も無駄にしない」という心構えが、生活する上で最も尊いのです。
- ・ だから、ご飯は、残さず食べるべきなのです。
- ・ 何億という単位が出てきましたが、あくまで、ものの例えです。実際には、数千円という単位でも同じことですからね。

欠点は、無くそうとするのではなく、目立たなくすればOKです。  
無くそうとするから苦しむ訳で、それ以上に立派な仕事をして  
あまり表に見えないようにすれば、そんなに問題はありません。  
一流企業の社長や有名なお店の経営者などは、一癖も二癖も  
ある人が非常に多いのですが、それ以上に立派な仕事をして、  
立派な業績を上げているので**欠点が目立たないだけ**なのです。

- ・ 欠点を無くそうと努力するよりも、長所を伸ばしたら、欠点は自然とカバーされ、気にならなくなるものです。
- ・ 短所は長所。欠点も見方を変えれば、長所になります。見方を変えさせるのは、得意分野を伸ばす努力です。

**たまには、お金持ちの気分を味わって、贅沢を試みましょう！**

**普段は質素でいいのです。日頃から贅沢が身についてしまうと**

**初めはいいのですが、徐々に幸福感が薄れていってしまいます。**

**普段は質素な生活をし、週に一度、あるいは月に一度の贅沢を**

**してこそ本当に贅沢が活きるのです。幸せかぶれに、ご注意を。**

- ・ 幸せも堪能し過ぎるとかぶれます。本当に幸せな人は、この辺のところのバランスを上手にとって、幸せを満喫しています。
- ・ 贅沢が当たり前になったら、それは贅沢とは言いません。普通の生活です。たまに味わえるからこそ贅沢なのです。



**【プレビュー版は、いかがでしたか？】**

**『人生を劇的に変える！しあわせ思考の基礎智識Vol. 2』に収録されている作品の一部をご覧いただきました。**

**実際には、このプレビュー版のおよそ10倍にも及ぶ、さまざまな内容が収録されております。**

**あなたが幸せになるためには、幸せになるための考え方をインプットするのが、何よりも手っ取り早いです。**

**インプットがないから、アウトプットが出ずに、マイナス思考に陥って、そこから抜け出せなくなるのです。**

**では、このEブックが、あなたのお役に立てることを、心より楽しみにしております。**

**石山秀幸**