

「人生の折り返し地点
過ぎたらやっておくべき
ことが分かる10の質問」

目次

1. 「あなたのタイムリミットはいつですか？」……………4
 2. 「最近自信をなくしているあなた！こんなことしていませんか？」……………5
 3. 「あなたが人生において絶対したくないことは何ですか？」……………6
 4. 「紙に書き出していますか？」……………7
 5. 重要だが緊急度が低いもの、重要ではないが緊急度が高いもの、さあどっち？…8
 6. 「ノウハウコレクターになっていませんか？」……………9
 7. 「人生を地図と考えるなら、あなたの目的地はどこですか？」……………12
 8. 「人生を地図と考えるなら、目的地まではどんな乗り物で移動しますか？」……………13
 9. 「人生を地図と考えるなら、カーナビにはどんな機能がついていたら嬉しい？」……………14
 10. 「さあ、今日、今この瞬間何をしよう？」……………16
- 最後まで読んだ方への特別オファー……………17**

「ドーン！」

ある日、酔った帰りにあなたの目の前に見たこともないようなデザインの丸い機械が現れ、その中から、一人の老人が出てきました。
そしてこう言ったのです。

「私は30年後の未来から来た〇〇だ。そう、お前の30年後の姿、それが私だ。

一度しか言わないからよーく、聞くんじゃぞ。

未来の私はとても後悔している。それは今この時間の流れ、40歳の時間にしなかったことが30年後の未来になって後悔しておるからじゃ。

今のこの時間のお前に伝えることが一番いいと判断したのじゃ。

今お前がこの瞬間にすべきことは…じゃ。

いいな、分かったか？え？聞き取れなかったって？

オホン、もう一度だけ言うぞ。
今この瞬間にすべきことは…じゃ。

分かったら今すぐに取り掛かるんじゃ。

時間は待ってくれんぞ。
細かいことはここにメモしてきた。

後は…」

そこであなたの記憶は途絶えています。

「あれは夢だったのか…それにしてはリアルだったな」

そう思い、何気なくポケットに手を突っ込んだ時に一枚のレシートのようなものが入っていることに気が付きました。

なんじゃこりゃ？

そこには10個の質問が書いてあったのです…

1. 「あなたのタイムリミットはいつですか？」

みなさんも想像してみてください。

今のまま行ったら自分は60歳の時どうなっているんだろう？年金はもらえるのか？そもそも今の会社は潰れないのか？会社の意思決定にすら口を出せない状態で残りの労働人生を終えるとしたら、茹で蛙ではないか？気づかないうちに茹で上がっていたということがあるんじゃないか？

ドンナ サイゴヲ ムカエルンダロウ？

人生は有限です。

これがHPでもお伝えした、もしかしたら「あなたが気づいていないかもしれない大事なこと」です。

あなたの人生のゴールを決めるためにも、今ここで最期の瞬間に何を感じているのだろうか？一度想像してみてください。

人生は有限です。目の前に降って湧いてくるイベントだけに集中するのではなく、それに加えて、今すべきことを最期の時から、逆算しながら考えてみてください。

そうすることで、今本当にすべきこと、その優先順位が明確になってきます。

最初から順位を付けなくても大丈夫です。まずはしなくてははいけないことのリストアップから始めましょう。

2. 「最近自信をなくしているあなた！ こんなことしていませんか？」

人は周りから見たら些細なことと思うことでも、当の本人は非常に傷つくことがあります。

それもじゃ実はパターンが決まっているんですが、ご存知ですか？

些細なことからも傷ついてしまう原因それは、

「自分に自信をなくしている時、周りは些細と思うことでも傷つきやすい」

ことが明らかになっています。

では、自分に自信をなくするのはどんな時でしょうか？

それは、

「自分との約束を破ってしまったとき」です。

例えば、仕事の準備が不十分なままプレゼン行って、それまでの準備や受けていた協力を水の泡にしてしまったとか、それこそ今日しようと予定していた洗濯が出来ずに、まあ今度でいっかと片付けてしまったり。

こういうことを積み重ねると自信、すなわち自分への信頼をなくしてしまいます。

何やっても、空虚な気持ちになりがちです。

あなたは自分との小さな約束守れていますでしょうか？

自分に自信をなくしているとき、「自分との約束破ってないかな？」そんな気持ちで是非振り返ってみてください。

3. 「あなたが人生において絶対したくないことは何ですか？」

「非常識な成功法則」で神田昌典さんがこのようなワークを用意しておられます。

あなたのしたくないことを明確化しましょう！

今この瞬間に人生から消し去りたい、嫌なことを出来るだけ多く紙に書いてください。(中略)考えないで感じたことをそのまま書いて。手を休めないで、手に考えさせる気持ちで書いてみましょう。

というものです。

したくないことを紙に書くことからの「したいことの明確化」や、紙に書くことの意味も分かって一石二鳥だと思います。

もしあなたが叶えたい夢があるのなら、まずは「絶対したくないことを書く」ことから始めてみませんか？思いの外、したくないことからしたいことは見つかるものです。

4. 「紙に書き出していますか？」

複数の意図がありますが、紙に書き出すことは多くのメリットがあります。

人は視覚からの情報認識が9割と言われていますが、書き出すことでまずは自分が何に価値を見出しているのかということが分かります。

そして客観的に距離を置いて眺められるようになります。

ゲシュタルト心理学の治療手法の一つにエンプティ・チェアというものがあります。

椅子を2つ並べて、一人の人が、自分の言いたいことを言う、その後、相手の椅子に座り、相手の気持ちになって言われたことに答える、それを聞いてまた言うということを交互にやっていきます。

そうすることで、それまで気づけなかったことに気づけるといふ、自分の枠組みを理解するという手法です。

紙に書き出すことも、同じ効果が得られます。

文字にして客観的に眺めることで、それまで自分が漠然と感じていたことを改めて受け止めることができます。

そして何よりすることの優先順位がはっきりするというメリットがあります。

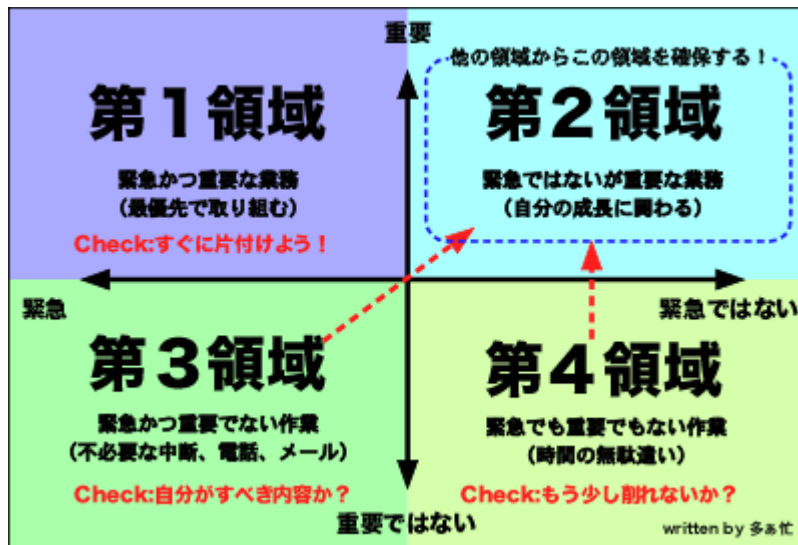
することがはっきりする＝やり残しやミスがなくなり、時間制限があるものであれば、片付けるべきものから片付けられるようになります。

また個人的には並べ替えがPC上で出来る点で、非常に優れており、このソフトがお勧めです。

Xmind

<http://jp.xmind.net/download/>

5. 重要だが緊急度が高くないもの、 重要ではないが緊急度が高いもの、さあどっち？



重要かつ緊急度が高いもの(第1領域)を片付けた後、人は次にどこの領域に行くのでしょうか？

人は1のあとは3に行く傾向があります。

要は最優先で取り組む(第1領域)の問題が片付いたら、電話やメール、不必要な中断など、第3の領域を先にとりかかる傾向があります。

なぜか？

第3領域は緊急度が高いため、早く結果が出てきます。

そして達成感もあります。

要は少しやったら結果もすぐ分かるし、やりきった感覚が生じやすいです。

そのため、脳内で次にやることを考えていくと、1→3という仕事の取り組み方をされている人がとても多いです。

しかし、図でも書かせてもらったように、第2領域は自分の成長に関わるあらゆる全てのものが含まれます。その中には自分や家族の健康について準備をしたり、大事な人との関係構築、そしてライフプランの設計に応じた「やるべきこと」が入っています。

例えば資格を取るための勉強時間の確保であったり、人生設計そのものだったりします。

日々目の前の出来事に忙殺されてて忙しいという方は、第3領域に取り組んでいることが多いです。

自分の第2の領域には何があって、今は、もしくは定期的にどんな取り組みが必要か振り返るように行ってみましょう。

第2領域を少しずつでも取り組むことで、先程も出てきた、自信回復にも繋がります。

6. 「ノウハウコレクターになっていませんか？」

ノウハウコレクターのことを知らないという方もおられるかもしれないので、簡単に説明すると、「本や教材などたくさんの知識を得ており、また今も得ようとしているのに、思うような成果を得ていない人のこと」を指します。

毎月出る茂木健太郎さんや、池田彰さん、勝和代さんの自己啓発の新刊本が気になるという方は要注意です。

特に勉強家な人ほど、このノウハウコレクターになりやすいです。

自己啓発本や教材は確かに毎回新たな発見があり、面白いです。

試したら成果が出るときもあるでしょう。

しかし、知識は島みたいなものです。周りには海という知らないことがたくさん広がっています。

知識を増やして島の面積が増えれば増えるだけ、海岸線も増え、その先に知らないことも増えます。

こうなると、「自分の知らない知識に、他の人がうまく行っている成功の秘密があるのでは？」の悪循環のスタートです。

知識を得る→楽しい→感情のピークを迎える→段々慣れてくる→成果が出ない、もしくは出なくなる→新しい情報はないかな？→見つかった→最初の知識を得るへ

とぐるぐる周ります。

この一時の快感はギャンブルやショッピングが好きな人ならよく分かります。

「お金を使うことの快感」を覚えてしまった状態です。

実はお金は貯める楽しさと、使う楽しさがあります。

例えば下品かもしれませんが、排泄と一緒にです。食べる時も楽しいんですが、出て行く時も快感を伴います。

その上、新しい知識を得ることは次なる知識へと駆り立てます。

立派なノウハウ中毒者の出来上がりです。

お金儲けをする人はこの仕組みをよく知っているので、利用されやすいです。

パチンコ中毒者に「パチンコ一緒に行こうぜ」、アル中の人に「一緒に飲みに行こうよ」と次なる魅惑の世界へ連れて行くことは造作ありません。立派なカモネギにされます。こう言われて腹が立った方は、今こそ中毒から抜け出すチャンスです。

もしノウハウコレクターになっているかもしれない、そう感じた方は、最後まで読み進めてください。

7. 「人生を地図と考えるなら、あなたの目的地はどこですか？」

人生どんな最期を迎えたいでしょうか？または生きている間に絶対叶えたい夢はどんなものですか？

どんな人と仲良くなって、大事な人にはどんなことをしてあげたいですか？それは出来そうですか？

目的地には何をしにいくんでしょう？
観光ですか？それとも病気の治療でしょうか？

これらの質問に明確に答えられるなら、目的地がはっきりしていると言えます。

もちろんこれに答えないといけないというものでもありません。

しかし、もし自分の人生の折り返し地点まで来ていると感じているのであれば、これらのことについて一度考えをめぐらすのは決して悪くないと思います。

この後にも何度かこの

「人生の目的地」

を振り返るための質問が出てきます。

今すぐに答えが出なくても、大丈夫です。安心してください。

8. 「人生を地図と考えるなら、 目的地まではどんな乗り物で移動しますか？」

あなたは今大阪にいます。
北海道の札幌まで行かないといけなくなりました。

どういった移動手段で移動するでしょうか？

車？新幹線？飛行機？それとも歩きや自転車でしょうか？

特に時間制限がなければ、歩いての移動もいいかもしれません。ただ徒歩の方は、何かしらの事情があるのかと思いますが、移動時間以外に費やすものが大きいです。

江戸時代のように交通手段が徒歩か馬かくらいというのならともかく、現代では移動途中の食事や宿などを考えていくと、あまり効率的ではないかもしれません。

そこで最初に出てきた質問を思い出してください。

タイムリミットはいつですか？

これを意識することで、目的地を変更すべきなのか、移動手段を検討すべきなのか、が分かるようになります。

今が大阪に居て19時で、明日の19時までに札幌という限定が付けば、自ずと手段は限られてきます。

飛行機がまだある時間であれば直接飛行機で札幌へ、明日余裕を持って午前中に飛行機を予約して行く方法もあるでしょう。

あるいは新幹線で一度東京まで出て飛行機や、東京から東北新幹線を乗り継いで、近くまで来たら車に乗り換えるという手も使えるでしょう。

また今、手持ちにお金が全くなって、それでも翌日19時までに札幌に行かないといけなければ、一日で飛行機代を稼げるかあるいは借りる方法を考えないといけません。

もしかしたら、大阪に居るけど、お金を貸してもらうために、福岡まで行く必要があるかもしれません。一見すると遠くなる方法が一番早く行ける方法であることもあります。

いずれにしても、タイムリミットは意識せざるを得ません。

それは自分の寿命であったり、大事な人の病気への備えだったり、するのかもしれませんが。

どんな乗り物で移動するかは、まずはタイムリミットを意識するところから始まります。

9. 「人生を地図と考えるなら、 カーナビにはどんな機能がついていたら嬉しい？」

分かりやすいのでカーナビに例えましたが、スマホのナビアプリでも構いません。
あなたはスマホの機能にどんなものを求めますか？

もし目的地まで連れて行ってってくれるならどんな機能がついていたら嬉しいですか？

道に迷った時に随時教えてくれる機能？（ルート復帰）
行く道の途中にある美味しいお店や楽しい場所を通知してくれる？
おしゃべりが楽しい？
知らないことを色々教えてくれる？

今はコーチ、コンサル、セールスライターなど多くの職業であなたの道標を丁寧にしてくれます。
ただ、それは

「目的地をちゃんと入れたから」

です。そこは間違えないようにしましょう。

その上で、あなたのカーナビにはどんな機能を希望しますか？
誰を選ぶのか？
最低の機能さえついていれば、あとは安さだけで選びますか？

あなたの人生やビジネスを理解した上でアドバイスをしてくれる人はどんな方でしょうか？

何に快を感じるか、そこにあなたの人生の目的を見つけるヒントがあります。

10. 「さあ、今日、今この瞬間何をしよう？」

タイムリミットを意識し、目的地や移動手段も決まれば、後は現在地の確認です。

今日今この瞬間に何をしますか？

どちらの方向を向いて、どんな準備をしましょうか？

どんな目的地にいつ着けるのか考えるだけでもワクワクします。

今の時点での一番のリスクは何でしょう？

そうです。

何もしないことです。

何か思い立って行動することには意味があります。

失敗は存在しません。

だって、行動した結果から何を得るかは自分次第ですから。

とは言ってもこれまで人生の地図なんて考えたこともなかったのに、いきなり言われても戸惑うという方も居るかもしれません。

最後までお読みいただいたあなただけに、特典をご用意いたしました。

ご活用ください。

今回だけの特別オファー

紙に書けたの、人生の目的地を決めろだの、いきなり言われて戸惑っているあなたに朗報です。

必要そうだけど、自分には関係ないな

そう思った方には全く役に立たないオファーです。

でも、どこから手を付けたらいいのか、ヒントだけでも欲しいと思っている方には、非常に魅力的なオファーだと思います。

なぜなら、私が心理の現場で20年培って来たスキルに加え、師匠にこのスキルを教えてもらってから実際の現場で述べ200人以上に対して使用し、問題解決に役立つと実感出来たからです。

心理の専門家でもなかなかこのスキルを身に着けている人はいません。

なぜなら、心理の専門家でも、「きちんと視覚化して伝える」ということを理解して、実践している方は本当に数が少ないからです。

守秘義務の名のもとに、公開されることがない情報がここにはあります。

今回初めて、限定5名様にだけ、この師匠から受け継いだ直伝のスキルをお伝えしたいと思います。

もちろん無料で。

ですのであなたに全くリスクはありません。

もし本当に損をしたと感じたなら、迷惑料として交通費と1000円をお渡します。

振込先を教えてくださいればOKです。

理由も聞きません。

書いていて、あなたに有利過ぎて少し不安になってきました。

5名集まらなくても、11/15にはこのページ自体を消します。

実質無料で、現場経験20年のカウンセラーと話せるチャンスです。

特にあなたにリスクはありません。

繰り返しになりますが、11/15にはページを消します。

もちろん5名集まっても消します。

安心してください。あなたが申し込まなくても、他の人が申し込みます。

もし、どうしても知りたいと思った方は、こちらから、必要事項をご記入の上クリックするだけです。

お申し込みを読み次第、(まだ枠があれば)こちらから当選のご連絡差し上げます。

連絡がない場合は間に合わなかったということでご理解ください。

行動しない？それが一番のリスクじゃありませんか(笑)

お申し込みは今すぐこちらから。

<https://1lejend.com/stepmail/kd.php?no=UsXzigw>