

立ち読みPDF

ひろさちや／石井裕之著

「損する生き方」のススメ

Forest
2545
Shinsyo

◎まえがき

広い意味での「ビジネス書畑」で何年か仕事をしてきまして、私は、うすうす感じていたことがあります。

それは、ビジネスハウツー本や、成功哲学本、あるいは自己啓発書といったものを手に取る読者は、自らの「完璧主義かんぺき」によって自分の首を絞めている人が多い、ということなのです。

上昇志向はもちろん素晴らしいのですが、それも一面的になりすぎると、「もつと稼がなくては」「この程度では成功したとはいえない」「常に最新の情報を取りこぼさないようにしなきゃ」などという強迫観念に追い立てられてしまう。

そうすると、もともと「やりたいこと」だった仕事も、「やらなければいけないこと」に変わってしまう。「あこがれ」だったはずのことが、いつの間にか「義務」になってしまうのです。

バリバリと仕事をしている人だけに限りません。「私は自信がない」と言っている人にしても、それは、謙虚なのではなく、やっぱりどこか完璧主義なのです。だから、「まあ、こんな自分がいてもよからう」とは思えないのです。

そんなふうには、自らを追い込んでしまっている人や、煮詰まってしまっている人、いまの時代の無駄にポジティブな風潮についていけないと感じている人が、とても増えてきているように思えるのです。

「成功ブーム」に振り切った時代が、そろそろ反対の方向にバランスをとろうとしている――。

ちょうどそんなことを感じはじめていたときに、ひろさちや先生との対談の機会をいただきました。

ご承知のとおり、ひろさちや先生は、五百冊を超えるご著書をおもちの宗
教評論家です。しかし、いわゆる宗教学や僧侶ではないので、ありがたいお
話をうかがっていても、どこか身近に感じるのです。

都内のホテルで深夜まで対談をさせていただき、その、ユーモアにあふ
れ、温かく、どこまでも人間的なお話に、私は魅了されました。

わけても、本書のメインテーマである「損する智慧」は、自分を追い詰め
てしまって苦しんでいる人の心に、大きな気づきと、爽やかな風を吹き込ん
でくれる素晴らしい考え方です。

ぜひ、最後までお付き合ってください。

石井 裕之

第1章

自分を縛る成功、自分を活かす成功

- ・ 一億円払えば救われる？／10
- ・ 嫌な人とは付き合うな／19
- ・ 自由こそが本当の成功／25
- ・ 子供を宝物にするか、化け物にするか／31
- ・ どうしたら自分の物差しが持てるか？／35
- ・ 反省するな、希望を持つな／39
- ・ 問題を解決しようとするな／45
- ・ 悩んだっていいじゃないか／50
- ・ ウツでもいいじゃないか／55
- ・ 貧乏クジ引いたっていいじゃないか／59

- ・ ショボクレて生きればいいじゃないか／66

第2章

心が軽くなる損する知慧

- ・ 般若の智慧／74
- ・ 般若の智慧・その1 損する智慧／75
- ・ 損に損を重ねろ／88
- ・ 席を譲るのが「布施」ではない／91
- ・ 般若の智慧・その2 問題を解決しない智慧／97
- ・ 般若の智慧・その3 無関心の智慧／103

第3章

「自分なんかバカだ」と気づけば、
みんな優しくなれる

- ・なぜ、人を殺してはいけないか？／112
- ・宗教は羅針盤／118
- ・ただ信じるということ／125
- ・一本足の国で／130
- ・スピリチュアル・ブームについて／138
- ・「考えない訓練」をするのが仏教／144
- ・いまここに生きているだけで、十分じゃないか／151