

立ち読みPDF

たかの友梨著 Yuri Takano

なぜか、人とお金がついてくる  
50の習慣

Forest  
**2545**  
Shinryo



はじめに 今すぐ捨てなさい！

私はこれまで、さまざまなものを持ってきました。

恵まれない家庭で育ったことへのコンプレックス、二〇歳のころから働きづめで貯めた全財産一〇〇万円、「エステティック」という誰も知らない新しいビジネスを立ち上げることへの恐怖、ビジネスを軌道に乗せていくための多額の資金や不毛な人間関係……。

日々、不安や悩み、迷いをすべて断ち切ってきました。

今の私の成功の大きな要因は、「捨てる覚悟」ができていたことだと思っています。そして、そんな私を多くの人が助けてくれたからだ。

私はいま、全国に一二四店舗のエステティックサロンを経営し、一二〇〇名のスタッフに支えられています。

でも、私は、決して恵まれたスタートラインに立っていたわけではありません。それどころか、かなり不利な状況にあったと思います。

私は、私生児として生まれ、すぐに養子に出されました。しかし、その家庭も崩壊

し、私は親戚の家を転々としながら複雑な幼少期を過ごすことになりました。私が可愛がっていた脳性マヒの弟は、わずか一歳半でこの世を去ったのに、それを悲しむ余裕さえ周りの大人たちにはありませんでした。

私には、心の安らぎとお金が、いつも欠乏していました。

勉強好きで成績はともよかったけれど、学問に没頭できる状況ではなく、中学卒業と同時に、定時制高校に通いながら理容師を目指すことになりました。

そして、前橋の理容店に住み込みで雇ってもらい、子守、洗濯、鏡磨きといった下働きを終えると、必死にハサミやカミソリを使う練習をしました。

睡眠時間は、せいぜい二、三時間。食事といえば、ジャーの底にこびりついているご飯と、先輩たちが残したわずかなおかずの切れ端。

これが、たかの友梨の原点です。

でも、私は、そうした日々をつらいとは思いませんでしたし、逃げ出す気など毛頭ありませんでした。振り返ってみても、私は自分の歩んできた人生が大好きです。

いま、周囲にいる人々は、私には苦勞してきた様子などまったく見受けられないと言

います。私は、それを最高の褒め言葉として、とても嬉しい気持ちで聞くのです。

自分の恵まれない部分を嘆いていると、それが増幅していくだけ。成功するには、そんな感情はどんどん捨てていくクセを持たなければなりません。

私や、私とともに成功を手にしてくれたスタッフたちは、さまざまなビジネスの局面でどういった考え方や行動をとってきたのか。本書では、そこにある習慣に着目し、読者のみなさんと一緒に考えていこうと思っています。

私のビジネスの顧客は女性がほとんどですが、私のビジネススタイルは、男性にも充分に参考にしていただけると信じています。

たかの友梨

## 第1章 優秀であるより面白くあれ ー人間関係がうまくいく10の習慣ー

- 習慣1 何はともあれ、まずは感謝の心 ●————— 12
- 習慣2 人に執着せずに、でも縁は大事に ●————— 15
- 習慣3 ゴマすり、イエスマン、大いに結構! ●————— 18
- 習慣4 誰についていくかは好き嫌いで決める ●————— 21
- 習慣5 人に好かれるのは、人生の基本 ●————— 24
- 習慣6 話がわかりやすい人を信用する ●————— 27
- 習慣7 信頼を貯金する方法 ●————— 30
- 習慣8 好き嫌いはしない。好かれる努力をするほうが得 ●————— 33

習慣 9 リーダーは遊べ！ ●————— 36

習慣 10 上手な褒め方、叱り方 ●————— 39

## 第2章 「オール・イン」せよ（お金に悩まない9の習慣）

習慣 11 「お金がない、ない」という人たちの共通点 ●————— 44

習慣 12 お金を貯める以前に必要なこと ●————— 47

習慣 13 背伸びをすれば背が伸びる ●————— 50

習慣 14 ときには「オール・イン」せよ ●————— 53

習慣 15 仕事は他人の金でやれ ●————— 56

習慣 16 お金を出してもらえる人とは？ ●————— 59

習慣 17 お金、人脈、何もない人が成功する ●————— 62

習慣 18 大きな視野でお金を使う ●————— 65

習慣 19 帳尻は必ず合う ●————— 68

### 第3章 会社にしがみつかない働き方（仕事で稼ぐ13の習慣）

- 習慣20 「帰属しない強み」を持つ ●—————● 72
- 習慣21 語学は学ぶな ●—————● 75
- 習慣22 自分の強みの見つけ方 ●—————● 78
- 習慣23 戦うには「きび団子」がいる ●—————● 81
- 習慣24 昼と夜、二つの顔を持って ●—————● 84
- 習慣25 スピード！ 走りながら考えろ ●—————● 87
- 習慣26 一〇年先と今日の夕飯を一緒に考える ●—————● 90
- 習慣27 考え込まずに成功者に聞く ●—————● 93
- 習慣28 逃げずに結果と向き合う ●—————● 96
- 習慣29 手帳から自由になる ●—————● 99
- 習慣30 ひと言だけでも、とにかくレスポンスする ●—————● 102
- 習慣31 自分の「選択」に執着しない ●—————● 105

習慣 32 基礎が肝心、そこで粘れ ● 108

## 第4章 一生、初体験、し続ける、思考で現状を変える9の習慣

習慣 33 楽しそう、幸せそうな「顔」をする ● 112

習慣 34 数珠じゆずは隠せ ● 115

習慣 35 自分の幸運度をかさ上げる ● 118

習慣 36 卑屈になると人生はストップする ● 121

習慣 37 失敗は生活習慣病 ● 124

習慣 38 「ファーストな体験」を楽しむ ● 127

習慣 39 願いは口に出せば叶う ● 130

習慣 40 苦しいときほど贅沢ぜいたくが必要な理由 ● 133

習慣 41 「美・華・鬼」の三要素を持つ ● 136

## 第5章

### 苦しいときをどう生きるかで人生は変わる

（挫折で人生を飛躍させる9の習慣）

- 習慣42 注目されていないときがチャンス ● 140
- 習慣43 自分を追い込んで強くする ● 143
- 習慣44 打開策は自分の体験にある ● 146
- 習慣45 なぜ、私は逆境に強いのか？ ● 149
- 習慣46 中途半端が勝つことはない ● 152
- 習慣47 「一〇〇匹目の猿」を待て ● 155
- 習慣48 いつでもつき合ってくれるコーチを作る ● 158
- 習慣49 何があってもパニックらない ● 161
- 習慣50 人生はかけ算。自分を大きく ● 164