



作家
元国際線乗務員
黒木安馬

【プロフィール】高校時に米国留学後、早稲田大学を経てJAL国際線客室乗務員として30年勤務。世界初の「カラオケ・フライト」や「1万メートル上空・北島三郎機上コンサート」などを実現させる。千葉の自宅は1300坪の山林を開墾してプール、テニスコート、コンサートホール等を手作りする。現在、(株)日本成功学会社長として自己啓発や社員教育で講演中。著書に「ファーストクラスの心配り」、「あなたの人格以上は売れない!」(プレジデント社)、「成「幸」学」(講談社)、「出過ぎる杭は打ちにくい!」(サンマーク出版)、「面白くなくちゃ人生じゃない!」(ロングセラーズ)、「小説・球磨川」(上下巻・ワニブックス)などがある。
E-mail:yasuma@myad.jp URL:http://www.3percent-club.com

21世紀だ! ————— 人生・農業リセット再出発 203

成幸の秘策

正月は目出たくもあり目出たくもなし、冥土の旅への一里塚。地球一周は4万km、宇宙船地球号は、この瞬間も秒速464m、時速1,670kmのスピードで24時間に一回転しながら、365日かけて太陽を中心に公転している。

プロ野球の速球が時速150km、新幹線は300km、旅客機が900km、音速マッハが時速1,226km。我々がこうしている現在も、音速以上の猛スピードで誰一人の例外もなく時速1,670kmでカンオケに向かって突進している事実! そして地球も飛行機も私たちの人生も、一秒すらも後戻りはできない。

神様は言う、「人生お一人さま一回限りとさせて頂いております!」と。人生のやり直しはできないが、幸いなことに「出直しは今日すぐできる」

10代は分、20代は時、30代は日が単位と、年代とともに思考や行動の時間単位が長くなっていく。30代は「月曜日か火曜日あたりでどうか」となり、40代は週で、50代は月単位になってくる。高齢者は「まあ、そのうち年でも明けたら」となる。

天文学者や考古学者にとっては千年の時間は1分ぐらいの感覚だが、100mランナーには1秒が数年の重みを持つ。アメリカのような新しい国家だと100年は歴史の単位となるが、古い国では千年が常識の単位となる。

では、その限られた貴重な時間をどのように有意義に使うか、重要な秘密の法則がある。

- ①今日の仕事が終わったら、明日やらなければならないことを、どんなことでも「6つ書き出す」
- ②重要度の順に1～6番までの「順位をつける」
- ③寝る前に必ず「声に出して読む」
- ④朝起きたら真っ先に「目を通す」
- ⑤仕事を始める前に「もう一度目を通す」
- ⑥「順位に従って」一つひとつ片付けていく
- ⑦区切りの休みは「15分以内」とする

たったこれだけのことである。この方法で全部の仕事を終えることができなかつたら、他のどのような方法を使ってもできない。このやり方で毎日仕事をすれば間違いなく能率を50%以上改善できる。大切なことは、この方法を毎日続けること。

もし全部できなかつたら残りは忘れても大丈夫。なぜなら最も優先度が高いものはすでに手がけているからだ。翌日は、また6つを新しくメモし、順番に仕事をこなす。絶対に省略してはいけないものは、「声に出して読む」こと。五感の中で最も重要な自動操縦部分である潜在意識にインプットするためには、読む＝聴覚を通して刷り込む、これがミソなのである。全社員にこれを徹底させた米国のチャールズ・シュワブは、無名の町工場を世界最大の製鋼会社USスチールに成長させて1億ドルの財産を築いた。

頭に浮かぶ気になることをすべて書き出して把握し、それを一つずつ片付けて実践していく手法をGTD (Getting Things Done) という。「忙」しい、「忘」れる、は双方とも「心を亡くす」から来ている。心を亡くすとは、何から手をつけてよいか分からない精神的パニックを指す。

小文字で紙面をぎっしり埋めた新聞はどこから読めばよいのか見当もつかないが、見出しで分けてあると読めるのと同じで、明日一日の自分に大きなヘッドラインを6つ書き出すことによって明確にできるのである。運転席でハンドルを握っても、どこに行きたいのかを決めていなければ、車を発進させようがない。

やる気はエンジン、仕事はハンドル、夢はカーナビにセットする目的地。夢も具体的な願望設定であればあるほど、実現度ははるかに高くなる。夢に日付と番地を打たなければ、行き先すら決めていない太平洋の漂流船人生で終わる。さあ、人生の地図に見出しと目的地を描いてみよう!