

タイトル未定

川島和正

はじめに 「損な生き方」とは今日でお別れ！

あなたは、いつのまにか 「損な生き方」をしていませんか？

例えば、

「一生懸命働いて成果も出しているのに、上司に評価してもらえない・・・」とか

「仕事を頼まれてばかりで、自分の時間がぜんぜんない・・・」とか

「付き合う相手は絶対幸せにするのに、いい出会いがない・・・」とか

こんな、「損な生き方」をしていませんか？

もし「ちょっと損しているかもしれない」と思うのであれば、この本はお役に立てると思います。

なぜかというと、この本は、私自身が調べた 「お得に生きる方法」を、88種類にまとめた本だからです。

また、ただ集めただけでなく、実際に活用してみても役に立ったものだけに絞りこんであるからです。

私は、今ちょうど32歳になったのですが、損しないように気をつけた結果、かなりお得な人生を送れるようになりました。

自慢になってしまい恐縮なのですが、あなたに信頼していただくために実績を公表いたします。

実は私は今では、年収1億円という経済的余裕と、年間20カ国以上を旅できるほどの時間的余裕を手に入れることができました。以前出版した本は25万部のベストセラーになりました。

また、誰もが知っている有名タレントとつきあえるほどの人間関係を手に入れることもできました。

そして何より、毎日ストレスなく楽しく健康的に暮らせるようになっていきます。

血のにじむような努力をしたわけではありません。

ただ、損をしないように気をつけて、なるべくお得に生きようとしただけで、次々に良い結果が出るようになったのです。

ですから、これからお伝えすることは、きっとあなたにとっても役に立つ情報になるはずです。

ちょっと試していただければ、収入が増えたり、時間に余裕ができたり、友達が増えたりすることを、実感していただけたらと思います。

なお、88個も話があるので、あなたがすでにご存じのこともあるかもしれませんが。しかし、これまでその話を知らなかった場合には、役に立つ話だらうなと思って書いておりますので、ご容赦いただけると助かります。

この本を読んで、あなたの人生がよりいっそう素晴らしいものになることを、心より楽しみにしております。

目次

- 貯金が増えても出世しても幸せになれるとは限らない
- ストレスを抱えない範囲で精一杯活動すると気持ちよく暮らせる
- 目標を持つことはメリットもデメリットもある
- 他人に影響されやすい人が多いことを知ると安心できる
- あなたを応援したいけど応援できない人も多い
- 家族や友達の話は正しいとは限らない
- 多数派の意見が正しいとは限らない
- 結果を出している人の話は正しい確率が高い
- 物ではなく気持ちを満たすことを意識すると損しにくい
- 今しかできないことを優先的にやると後悔しにくい
- 買える時間は買ったほうが後悔しにくい
- 選択肢を増やしてから意思決定すると損しにくい
- 資産価値を考えない買い物をする と 損しやすい
- 欲しい物と必要な物を区別して考えると損しにくい
- プロや富裕層と同じ行動をすると資産は増えやすい
- 大企業や大手メディアという理由で信用すると損しやすい
- ギャンブルは損する確率のほうが高い
- 株で5年以上稼ぎ続けられる人はかなり少ない
- セールスマンや投資家は嘘つきが多いと知っている と 損しにくい
- 新築不動産と新車を買った瞬間に資産価値が落ちることが多い
- 不動産の価値は落ちて当たり前
- 保険会社が儲かっている場合、保険加入者は損する確率が高い
- ネットオークションで人気の中古品を買うと損しにくい
- 一生に一度だからと言う理由で大金を使うと損しやすい

10円単位の節約はほとんど意味が無い

1人暮らしで自炊することは損している確率のほうが高い

会社員はお客より上司のニーズにこたえたほうが出世しやすい

収入は能力できまることより仕事内容で決まることのほうが多い

お金に感情移入しないようにすると資産を増やしやすくなる

お金はお金のルールを知っている人のところに集まりやすい

笑われるのはいいことだと知っている人は得している

悩みの原因を知らない人は損している

女優さんくらい清潔にすると得をする

相手の情ではなく利益に訴えかけたほうが相手は動く

理屈だけではなく感情にも訴えかけたほうが相手は動く

情けは人のためにならないことが多い

異性にもてる行動と同性にもてる行動は違う

男と女は別の生き物と考えると悩みが減る

第一印象は確実に見た目が決まる

姿勢と表情に気をつけると印象が良くなる

まゆげと髪型に気をつけると印象が良くなる

洋服はサイズ、スタイル、生地を意識して選ぶと失敗しにくい

テンションを上げると人気者になれる

人の話は最後まで聞いたほうが人気者になれる

会うだけで楽しいと思われる人を目指すと友達が増える

自分から声をかけると友達が増える

みんなががんばっていることを知ると友達が増える

みんな自分が正しいと思っていることを知ると友達が増える

相手から何かを引き出そうとすると友達は減っていく

討論からは何も生まれないことが多い

上手な断り方を知っている人は嫌われにくい
相手を絶対に批判しない人は嫌われにくい
嫌われることを恐れてストレスを抱えるのはやめたほうがいい
相手が必要としないことをしても相手に迷惑なだけ
出会いのチャンスを増やすと友達は増え続ける
理屈と感情を分けて考えると悩みにくくなる
不安になったときに頭と体の両方を動かすと解消しやすい
プラスの気持ちは倍増させたほうがいい
選択肢はたくさんあることを知ると落ち込みにくくなる
セルフイメージのレベルが高いと人生の質も上がりやすい
情報量が多ければ多いほど人生の選択肢は増える
情報を見極める方法を知ると嘘の情報に惑わされにくくなる
本の選び方を知ると自分に必要な情報を見つけやすくなる
本と経験の両方から学ぶようにすると効率的にスキルを身につけられる
困ったときこそ学習能力が上がるので学習したほうがいい
良いことは他人に伝えると、逆に教えてもらえる
資産を増やすことだけ考えていると人生経験を増やせないので要注意
資産より健康を大切にしたらほうが後悔しにくい
他人に迷惑をかけることを最優先にしないほうがいい
水と酸素と栄養を欠かさないことで体調不良になりにくくできる
ビタミン、ミネラル、酵素を欠かさないことで体調不良になりにくくできる
体の酸化を防ぐことで老化を遅らせることができる
有酸素運動と筋トレをすることで能力をアップできる
目的を持たずに時間を過ごす活動量が半分以下になる
一生の思い出を意識的に作り出すと充実した気分になれる
直感で決めるか、よく考えて決めるかは状況によって変えると損しにくい

自分よりレベルの高い世界を拒絶すると損しやすい

挑発に乗ってしまうと損しやすい

否定的な人の集まりの中にとくとく無意識のうちに悪影響をうける

権力を振りかざすと恨まれて損をする

自分が違うと思った話でも受け入れないと成長できない

自分にとって役に立つ本は定期的に読んだほうがいい

孤独を恐れないようにしないと損をする

ストレスに負けないようにしないと損をする

月に1回くらいは人生計画を考えよう

今も未来も大切にすると損をしない

結局、みんな自分の思い通りになっている

この本の内容は必ずしも正しいとは限らない