

まえがき

終わらせないと
新しい人生は始まらない！

スッキリすると「仕事」も「人生」もうまくいく理由

本書を手にとつていただき、ありがとうございます。きつと、あなたは、

「何か新しいことないかな。楽しいことないかな」

「人間関係って面倒……」

「仕事がなかなかうまくいかない」

「退屈な日々の繰り返しにウンザリ」

「何かときめくことないかな」

……などと考えているのではないのでしょうか。なんか「グダグダ感」というか、「倦怠感」のようなものを感じているのではないのでしょうか。

昔の僕もそうでした。

それがあることをきっかけに「終わらすこと」を心がけてから、「仕事」も「プライベート」も「人生全般」も、すべてがうまく回るようになったのです。よくよく考えてみれば当たり前ですが、

「終わらせないと何も始まらない」

のです。にもかかわらず、僕たちは「あれやらないといけないな」「片づけしなくちゃ」「面倒だから後回し」……というように、理由をつけては終わらせない。そうこうしているうちに、面倒くさくなくなって何も終わらない。何も始まらない。

こんなことをしていれば、「仕事」「人間関係」「恋愛」もうまくいくわけなのです。だって、終わらないから何も始まらないのです。

そのことに気づいてから、僕は人気放送作家になり、世界中のトップ企業と契約するPRコンサルタントとしてうまく回るようになりました。

しかも、本書で紹介するのは、だらしない性格の僕ですらできる方法です。「退屈な人生から脱出したい」「新しい人生を始めたい」なら、この先も少し読んでみてください。

「終わらせポイント」をつくるとうまくいく！

僕は、世間的に成功者と言われる人によくお話を聞くことがあります。そのときに彼

らが決まって言うのは、

「私は運が良かっただけです」

ということ。もちろん、かなり謙遜しているとは思いますが、どんなに実力があっても運が悪ければ何事もうまくいくわけないでしょう。運といっても、ただ待っているだけではダメなのもおわかりでしょう。

僕は、「運に気づけるか」が重要だと思っています。彼らは、その運を掴むために小さな変化に気づけた人たちなのです。たとえば、あるビジネスが流行りそうだと思つてビジネスを始めたとすれば、その人は誰よりも早く気づけた人なわけですね。

では、気づくためにどうすればいいか。

そのために常日頃から自分の周りをきれいに整理整頓し、あらゆることをどんどん片づけておく必要があるのです。乱雑なところでは、小さな変化に気づけません。終わらない仕事をいくつもかかえていれば、新しいチャンスに気づけません。

だから、多くの成功者たちは「片づけ」や「掃除」の重要性を説くのではないのでしょうか。本書を通じてあなたに「終わらす技術」を身につけていただき、人生を良い方向に導いていってほしい。具体的には「終わらせポイント」を設定していくやり方を紹介します。この方法なら、どんなに面倒くさがり屋でも終わらせることができるようになります。

第一章では、「終わらせていくことの重要性」について解説します。「終わらせないと、新しく始まらない」ということがわかるだけでも、明日からの人生が楽しくなります。

第二章では、「終わらせることで、気づける人になる」ということについて解説します。「気づける人」は、人生で成功する可能性が圧倒的に高い。人が気づく前にいろんなことに気づけるので、「仕事」「人間関係」などどれをとつてもうまくいくのです。

第三章から第五章では、具体的に「終わらす技術」について解説します。【目的】↓【片づけ】↓【着地】の三つのステップであなたも「終わらす技術」の達人になれます。

第六章では、「運が良くなる！ 終わらす人になるための習慣」を書いていきます。この習慣を実践すれば、あなたの人生はつきまぐることでしょう。

第七章では、「終わってる人々」について解説しました。絶対に関わりたくない人た

ちです。関わりとあなたの運も落ちてしまいますよ。

では、第一章から読み始めてください。

野呂エイシロウ

終わらず技術 目次

まえがき…………… 3

第1章 新しく「始める」ために終わらせる！

最初は運だけだった……………	20
仕事も恋愛も全部うまく回り始めた……………	23
「終わらせる」と運が来る……………	25
終わらせることは始めること、続けること……………	27
「スカー！」に目覚めた……………	29
お金の落とし前をつけよう……………	32
気持ちに落とし前をつけよう……………	34
本当は考えた通りになっている……………	36

第2章

「気づき」のために終わらせる!

気づいたもん勝ち	40
余計なことが人間関係を面倒にする	42
「理解できていない」と思えば気づく	44
終わらせるから次がくる	46
片づけを楽しんでどんどん気づこう	48
気づける人は生き残る	49
整理しなければ鈍くなる	51
エクセル管理で収入が倍増	53
エクセル管理で気づきも倍増	56
「終わらせる」ための三つの条件	58

第3章

「目的」がわからなければ、終わらない!

目的を見極めないと意味がない	62
「職業」は目的ではない	64
自分の目的は開示する	66
単純に相手の目的をかなえる	68
相手の目的を聞く	70
目的を地図にする	72
スタイルから入る	73
アメリカではCMだけを流していた	75
副作用にびびるな	77
目的のために何ができるか	79
時間と経費の関係	82

第4章

ご褒美でなく投資……………84
 目的、目的、また目的……………86

一個一個「片づけ」するから終わる！

わかっていながらできない僕たち……………90
 一個こそ偉大なスタート……………92
 仕事を整理整頓する……………93
 小分けにする……………96
 暦を変にいじらない……………99
 エクセルで週単位管理……………101
 いろいろな書類は捨てていく……………104
 できるものからやってしまう……………106
 一番最後に頼まれたことからやる裏技……………107

第5章

褒められポイントを増やす……………109

「着地点」が見えなければ、終わらない！

着地点をシミュレーションする……………114
 その会議の着地点は？……………116
 間違った着地点……………118
 着地点を重視すれば人と揉めない……………120
 着地のための役割どころ……………122
 変なことを思うと変なところに着地する……………124
 やっているのに実感していない……………126
 いい着地をさせるウン……………128
 着地への過程はいくつもある……………130

運を導く！「終わらず人」になるための習慣

終わらず人の習慣① 毎朝、銀行に行く……………136

終わらず人の習慣② 毎日、三万九千円を引き出す……………137

終わらず人の習慣③ 一万円札を基準にする……………138

終わらず人の習慣④ おつりの小銭は寄付する……………139

終わらず人の習慣⑤ ポイントカードは持たない……………140

終わらず人の習慣⑥ 三〇歳までは貯金はしない……………141

終わらず人の習慣⑦ カバンの中味は全部出す……………142

終わらず人の習慣⑧ 名刺を整理する……………143

終わらず人の習慣⑨ マメに連絡する……………144

終わらず人の習慣⑩ 裏道を走らない……………145

終わらず人の習慣⑪ ときに信号を無視する……………146

終わらず人の習慣⑫ 「一人前分量」は自分で決める……………147

終わらず人の習慣⑬ 一人で飲みに行かない……………148

終わらず人の習慣⑭ 朝早く起きる……………149

終わらず人の習慣⑮ 睡眠も投資と考える……………150

終わらず人の習慣⑯ 本を読んで使い切る……………151

終わらず人の習慣⑰ 器機は最新のものを使う……………152

終わらず人の習慣⑱ 賃貸で暮らす……………153

終わらず人の習慣⑲ 高め狙いでいく……………154

終わらず人の習慣⑲ 新聞を丁寧に読む……………155

終わらず人の習慣⑲ おまけ商品は捨てる……………156

終わらず人の習慣⑲ ゲームはしない……………157

終わらず人の習慣⑲ デスクや車の中でのものを食べない……………158

終わらず人の習慣⑲ コンビニでものを買わない……………159

終わらず人の習慣⑲ バイキング（食べ放題）に行かない……………160

第7章

近づいてはいけない！
運が遠ざかる「終わってる人々」

人生は誰とやるかだ！……………176

- 終わってる人々① 「何かやりませんか？」と言う人……………177
- 終わってる人々② 自分探しをしている人……………179
- 終わってる人々③ グチを言う人……………181
- 終わってる人々④ ただ金儲けを狙う人……………182
- 終わってる人々⑤ 結局やらない人……………184
- 終わってる人々⑥ 「幕の内弁当」でいる人……………186
- 終わってる人々⑦ 自分を過大評価している人……………187
- 終わってる人々⑧ 若い人の価値がわからない人……………189
- 終わってる人々⑨ 人の顔を潰す人……………192
- 終わってる人々⑩ 「大丈夫です」と言う人……………195

- 終わらず人の習慣②6 立ち食い蕎麦屋に入らない……………161
- 終わらず人の習慣②7 汁がはねるものを食べない……………162
- 終わらず人の習慣②8 大事な場では特別ネクタイを締める……………163
- 終わらず人の習慣②9 やらないで評価しない……………164
- 終わらず人の習慣③0 首から上を清潔にする……………165
- 終わらず人の習慣③1 手を手入れする……………166
- 終わらず人の習慣③2 トイレ・風呂・玄関を毎日掃除する……………167
- 終わらず人の習慣③3 傘を畳む……………168
- 終わらず人の習慣③4 穴の開きそうな靴下は脱いだら捨てる……………169
- 終わらず人の習慣③5 机の上にいろいろ出さない……………170
- 終わらず人の習慣③6 スエットは持たない……………171
- 終わらず人の習慣③7 違和感のある人に近寄らない……………172
- 終わらず人の習慣③8 ブルーレットは使わない……………173
- 終わらず人の習慣③9 誰にでも挨拶する……………174

第 1 章

新しく「始める」ために 終わらせる！

あとがきに代えて 習慣40 恋に落ちる……………218

終わってる人々⑪	しゃべりすぎる人 何も言わない人……………199
終わってる人々⑫	選択の余地があるのに選択しない人……………197
終わってる人々⑬	「よくわかりません」と言う人……………200
終わってる人々⑭	素直に人に聞かない人……………202
終わってる人々⑮	行列に並ぶ人……………204
終わってる人々⑯	汚れを放っておく人……………206
終わってる人々⑰	見た目に手を抜く人……………208
終わってる人々⑱	古い電子機器を使っている人……………210
終わってる人々⑳	「名刺を切らしてまして」と言う人……………212
終わってる人々㉑	フェラーリに乗る人……………214