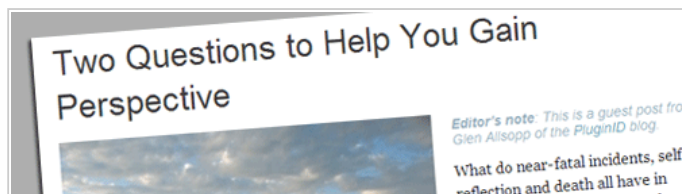


人生の見方が変わるかもしれない、たった2つの質問…

2010-05-10 (Mon) 14:05 ライフハック  928 users



これ、だいぶ前に見たのですが、よく自問するのでご紹介。

人生の見方が変わるというか、「ああ、これは変えなくちゃなあ」と思える質問で
すかね。変化のきっかけを良く作ってくれているような気がします。

では早速。まずは一つ目。

もし誰かがあなたの典型的な1日を撮影しているとしたら、その映像の中で
あなたはどんなことをしていますか？

ちなみにこれは自分がいかに生産的なことをしているか、という観点から考えると
良いです。

つまらない仕事に時間を使われていないか、なんとなく時間を過ごしていないか、
など、「典型的な1日」を想像して答えてみましょう。

…なんというか、大抵の場合、あまり良くない光景になっちゃいますけどねw。

で、次の質問です。

そのような行動をとりつづけた場合、5年後に何が成し遂げられているで
しょうか？

これは何を成し遂げたいか、ではなくて、そのまま生活していたらその映像の中に
いる人はどういうことを成し遂げるか、客観的に想像してみましょう、という意
味です。

たった二つですが、これらの質問について考えてみると「あー、やべー」となるこ
とが多いですよw。そうするとなんだかやる気が湧いてくることも…。

ま、つまるところ、自分のことを客観的に想像してみて、今とっているアクション
が自分が望むべきものなのか考え直すための質問ですね。

ちなみに個人的には「誰かがその状況を撮影しているとして」という質問は良い質
問だと思っていますよ。**主観的な感情と客観的な事実を切り離すことができますか
らね…。** おすすめです。

それはそうと原文はこちらです。ご興味のある方は是非どうぞ。