

---

山口祐樹

今日、本「嫌われる勇気」の作者である、岸見先生の講演会に行ってきました。  
アドラー心理学、あらゆる哲学、カウンセリング、出版などかなり広い幅で活躍されている方です。

岸見先生は身長155cmほどの小柄な方で、もうかなりお年で、心臓に病を抱えてらっしゃり、声もほそぼそとしていましたが、目の奥の輝きがものすごく素敵なお方でした。

そこで成功と幸福という話をされていたので、シェアしようと思います。

=====

成功＝一般的なもの、量で測れるもの（年収〇〇万円）、条件が必要。

幸福＝オリジナルなもの、量で離れない（幸福度〇〇%とかな）。条件は必要ない。

=====

そして僕が印象的だったのが、

「我々はこれから幸福になるのではなく、今この瞬間から幸福になれる。」

という言葉です。

つまり年収が〇〇万円になったら幸せとか、そういう条件は一切なしに、今この瞬間に感謝し、幸福を感じることが出来るということです。

---

山口祐樹

もちろん、年収をあげるのは悪いことではありません。僕も25歳までに1億円は最低でも稼ぎたいと思っています。

・・・しかしそれは「成功」であり「幸福」とはまた違ったベクトルであることを理解しないとイケません。つまり、年収1億円稼いだら山口は幸せ、とかそうではないということです。

じゃあどうすればいいのか？というキーになるポイントが「貢献感」です。

つまり「〇〇さんの力になれた！」という主観的な感覚を味わうことで、人は自分の実力を認識し、自分に価値があると思える時に、生きているという実感を湧くということになります。

Iさん

幸福って、「なれる」「なれない」ではなくて「幸福だ」と思う「幸福だ」と感じるか。

例えば、今日まで嫌なことがあって人生どん底だったとしても、明日からは「いい人生を生きる」できちゃうんですよね。

人間って、その辺り便利にできてて何回でも「やり直し」もできるし「新しい自分」にもなれますね。

山口祐樹

そうですね、自分の決心がすべてなんだな～と感じますね。

---

山口祐樹

で、ここで勘違いしてしまいがちなのが、

「私はそんな貢献するほどスキルはないし...」

とってしまうことです。

つまり「生産性（or スキル）が高い人＝貢献」ではない。ということです。

僕らはずい、何かをしないと価値が生まれないと思ってしまいますが、それは勘違いです。単刀直入に言えば国にメリットがあるのでそういう風に社会に洗脳されています。

Iさん

そうですね。この辺りはまだまだ「理想」と「現実」は離れていますね。会社でも。

そういった意味でも「情報発信」でパラダイムシフトを起こしていくって必要かも。

山口祐樹

僕らは自分の子供または教え子に対しても「成功者（一般的なもの、量で測れるもの（年収〇〇万円）、条件が必要）であることを期待してしまいがちです。成功者になろうとした子供は、誰かと違って特別であろうとする。逆を言えば、特別じゃない＝悪いこととってしまう。

そして「特別になる」という目的を達成するために、グレたり、病気になる、とアドラー心理学では考えます（実際にそういう側面は大きいと感じました）。

---

DAI

これは、自分が子育てしていく上で一番気をつけている事なのですが、どうしても他の子と比べたり、期待してしまうことがあり、日々反省です。。僕としては、ここで言う「成功」も「幸福」も両方伝えたいし、自分にしかできない情報発信をしていくことで、自然と「貢献」の概念をも伝えられるのかなと感じました。

山口祐樹

じゃあ「生産性が高い人＝貢献」ではないのであれば、貢献とはなんなのか？というところ、その結論は「この世で生きているだけよい」という状態になります。例えが悪いですが、イメージは自分の子供が災害や事故に巻き込まれた時に生じるあの感覚だと思います。

僕の実体験で言えば、母親は難病（メニエール症候群）を抱えていて、毎日のように嘔吐し、僕が嘔吐物恐怖症になるレベルで吐き続けていましたが、今は改善し、元気で生きててくれて本当に良かったと感じています。僕は子供がまだいないですが、これと似たような感覚かな？と認識しています。

つまり、事実として特別なことをしなくても、何かに成功しなくても、僕らは誰か貢献しているわけです。

だから僕は今日の岸見先生の話聞いて、もっとここ集まってくれた人に感謝したいというか、言葉では表せない感情になりました。たまたま僕がブログアフィリエイトをやっているところから偶然知り合った人たちでここまで深い話ができるなんて本当にありがたいです。

---

山口祐樹

いつもありがとうございます！

DAI

山口さんの周りに集まった人たちは、逆に強くそう思っていると思います。

こちらこそ、本当にありがとうございます！

Nさん

今まで気にせず生きてきましたが、健康に生きられることこそが幸せだと感じました。自分だけではなく、嫁や子供も大病を患うことなく元気でいてくれることは僕の幸せに繋がっているんだなとおかげでこうしてネットビジネスもできているんだと感謝しなければいけないです。。

そして、僕もネットビジネスを選択して、山口さんのブログから感銘を受け、勢いで内弟子に応募したことで山口さんや他の方々と知り合えて世界が広がりました。とても感謝しています。

Kさん

岸見先生の講演会内容のシェア、ありがとうございます。

山口さんも大変な環境の中で生きてこられたのですね。私は自分のことをいらない子なんじゃないかと思っずと生きてきました。

なので、「人は生きているだけで誰かに貢献している」ということは、理解できるようになるまでにかかなり時間がかかりました。

---

Kさん

でも、だからこそ、自分の子どもにはこの「貢献感」を育んであげたいなと思っています。

そのためにやっているのは、毎日寝る前に

「今日も元気でいてくれてありがとう。  
大好きだよ。愛してるよ。  
生まれてきてくれてありがとう。  
明日も元気に会おうね。」

と言ってキスすることです。

これで貢献感を育んであげられるかは分かりませんが、自分の存在を肯定してもらえることは、生きていく上で大きな基盤になるのかなと思っています。

またぜひいろいろとシェアしていただけたら嬉しいです！

山口祐樹

流石ですね。

やっぱりブログを見るより、こうしてチャットしてたほうがKさんの本当に感じていることが分かって嬉しいです。

Oさん

講演会のお話をシェア頂きありがとうございます。

そこからのみなさんの感想やシェアの勢いがすごいですね！

みなさん、ありがとうございます！

---

Oさん

そして僕が印象的だったのが、

「我々はこれから幸福になるのではなく、今この瞬間から幸福になれる。」

という言葉です。

僕は、これに似た言葉に助けられました。

(山口さんがお伝えしようとしている趣旨とはずれているかもしれませんが、すみません！)

僕の場合は、斎藤一人さんの本でこの言葉に出会いました。

その本の中では「今この瞬間から幸福になれる」＝「当たり前前に感謝できる」

というような事が書かれていて、「当たり前前に感謝できる」方法も書かれていました。

それは、何もない時に先に「感謝の言葉を言う」、「ありがとうと思う」という事でした。

先に行動することによって後から考え（現実）が付いてくるというものです。

寝る前に何も無いのに感謝する、会社で何も無いのに口角を少し上げる。

(開発業務なのでニヤニヤはできないので、できる範囲で幸福な姿になる。)

という小さいことを続けているからか、体感的にですが、2年くらい前と比べるとかなり幸福度は上がった気がします。

---

〇さん

最近では、筋トレも、

「先に行動することによって後から考え（現実）が付いてくる」

という考えでは、今この瞬間からたくましく豊かな人間になる行為なのかなと思います。笑

さらにこれからは山口さんの仰っている「貢献感」も感じていきたいです。

まだこれからですが、「情報発信」が楽しみです。

話は変わりますが、

「アフィリエイトって簡単に稼ぐことが可能？」という質問について

の記事を投稿頂きありがとうございます。

しっかり読み直して、感想を書かせて頂きます。

山口祐樹

みんなの返信がすごい！笑

エネルギーが高まっていますね

ちなみに僕の場合は、

○成功

○幸福

のどっちをやってもいいと思います。両方がベクトルが違うことを理解していれば。そこは自分の人生の選択ですが、成功することで、人に物理的な貢献もできて更なる深い幸福があると考えているからです（少なくとも僕は）。



---

山口祐樹

その成功と幸福の両立のために、僕は「情報発信」がやっぱりイケてるなと思います。FXや仮想通貨では成功はできても幸福とは全く違うベクトルですが、「情報発信」は幸福にも関わることができるので、本当に楽しいですよ。

ちょっと走り書きなので、微妙な文章ですが、なんとなくの雰囲気を感じてくれたら嬉しいです。

---

山口祐樹

先日、僕がアドラー心理学の岸見さんの公演で話していた内容を、もう既にこの有名アーティストが約10年前から見事に表現していました。

特に、

=====

成功＝一般的なもの、量で測れるもの（年収〇〇万円）、条件が必要。

幸福＝オリジナルなもの、量で離れない（幸福度〇〇%とかな）。条件は必要ない。

=====

この部分が分かりやすく対比で歌われています。

僕は個人的に好きなアーティストなので、興味があったら是非聞いてみてください

椎名林檎 - ありあまる富

<https://www.youtube.com/watch?v=GvHmMv2JHdk>

彼らが手にしている 富は買えるん  
だ僕らは数えないし 失くすことも  
ない

って部分ですね！

---

---

Sさん

この曲大好きです(^^)  
歌詞もとても深いですね！

山口祐樹

いいですね！  
個人的には幸福論とかも好きです。

Aさん

聴いてみました！

歌詞のフレーズ一つ一つについて考察していきたいほど  
ストレートな表現なのに深いテーマを歌われているなど感じました。

富は外部からくるものであり、幸福は内面から感じられるものなのだと。

特に3回ある「もしも～」の部分が印象に残っています。

幸福は内面から感じられるからこそ、  
山口さんが以前シェアしてくださった

そして僕が印象的だったのが、

「我々はこれから幸福になるのではなく、今この瞬間から幸福になれる。」

という言葉です。

という言葉がよりスッと入ってくる気がします。

---

Aさん

僕自身、成功と幸福どちらも目指していきたいと思っています。

成功する（情報発信、価値提供をしてお金を稼ぐ）ことで人に幸福を感じてもらい、人に幸福を感じてもらうことで自分も幸福感を感じる。

そのためにも、まずは自分が幸福を感じていなければ人に幸福を感じてもらうことは難しいのではないかと思います。

（「自分を愛していない人間が、他人を愛することなんてできない」というのと同じかと）

そして、この循環を繰り返していくことでより大きな成功と幸福を得て、さらに与えていくことができるのではないかと考えています。

ただお金を稼ぐ情報を発信するだけでは、相手を成功させることはできても幸福にさせることはできるとは限りません。

であれば、相手の人生をより良く導いていく（幸福につながる）情報を発信し、そのための手段の一つとしてお金を稼ぐ情報を伝えていきたいというのが私なりの解釈です。

ただ、相手によって特にお金稼ぎに関しては、

---

Aさん

とにかく切羽詰まっていて「まずは成功したい」と思っている方が多い印象なので、あくまで理想かもしれませんね。

この辺のバランスが難しいなと思いましたが、こういったことを考えると自分の世界観が広がっていくのでとても良い刺激になります。

自分の軸をバージョンアップさせる機会にもなりますので、

今後も自分の枠を出た考察をするという経験を積ませていただきたいと思います！

Tさん

以下、記事以外に話題になったこと。

スカイプ添削を通して、エネルギーの視点やアドラー心理学等、共通の概念を共有した仲間とブログ記事を作成していると新たな発見があり、山口さん自身も今の身内チャットグループの活動が楽しい。

身内チャットグループもいろいろな方が参加するようになり、どんどんエネルギーが高まってきている。こういった「場」の繁栄がアドラー心理学でいうところの共同体感覚に近い気がしています。

山口祐樹

**共同体の幅を広げていくイメージですね！**  
僕とTさんさん、そしてコミュニティ、そしてより大きな共同体へ...って感じで、個人的には考えています。

---

Tさん

岸見先生の講演を通してアドラー心理学の考え方に、エネルギーの視点を取り入れると、「幸せ」に近づけやすくなるのではないかと思いました。

成功＝目に見えた分かりやすい価値 富や名誉  
幸せ＝個人的な価値 気づいた瞬間から感じられるもの

なかなか上手く言葉でまとめにくいのですが、山口さんとのスカイプ通話の内容は以上になります。  
皆様の活動の参考になれば幸いです。

**・山口祐樹メルマガはこちらから**

---