



# 私のピンチを救った お勧めの一冊

(株) 今井 俊樹  
代表取締役社長 今井 俊樹

第1回 読書会  
2008/08/09

# 当時の状況

## ▶ 当時の状況

2002年03月 プロジェクトマネージャの休職。  
プロジェクトマネージャの後任となったが、うまく職務を果たせなかった。

プロジェクトはいよいよ大詰めを向かえ、低品質・追加要求に対してプロジェクトマネジメントができず、失敗プロジェクトとなった。

## 症状

お客さんとの打ち合わせの時は、吐きそうになりながら出社した。  
電話をうけると頭がボーとし、朝駅に着くと視界が暗くなった。

## 対処

3システム担当を担当していたが3つは荷が重いという事で、  
2システム担当にしてもらった。

こんな状況を変えたいと本屋に通うようになった。



# 出会い

➤ これまで  
これまではどちらかというと、政治・経済に関する本が多かった。  
また、業務に直結する本も多かった。

一言でいえば、硬い本。

自分の能力をつけたい。知識をつけたい。という欲求。

手にした本

会社帰りに毎日本屋に立ち寄り、ビジネス書というよりは、心理学・自己改革などの自己啓発コーナー。

自分を**変えたい**という欲求が中心だった。

この時手にした本は 「**あなたが変わる「口ぐせ」**の魔術」。

「あなたが変える」、「魔術」という言葉に目が止まった。



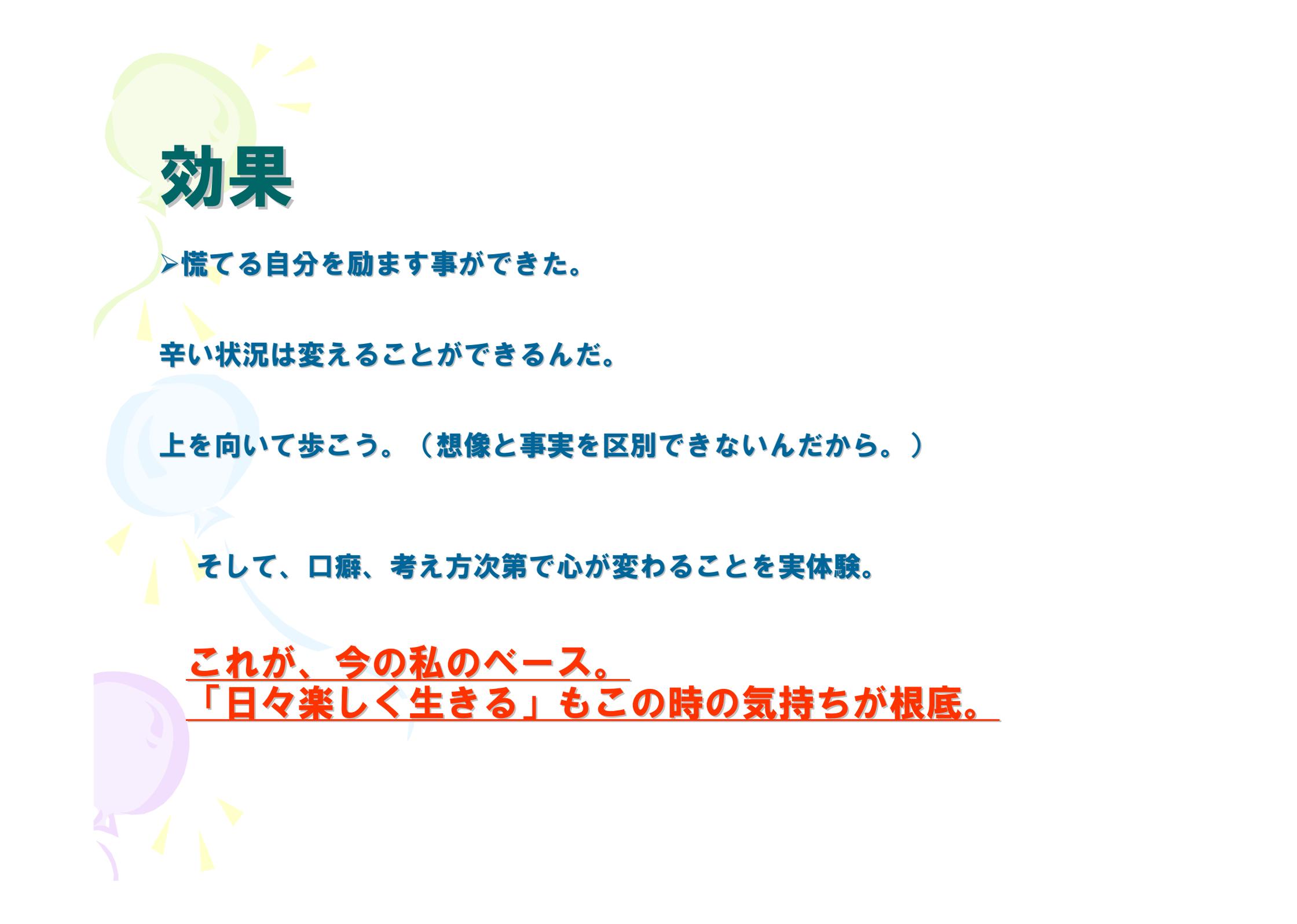
# 影響(印象に残った言葉)

- 何かにつけ「すみません、すみません」と言っている人は、一生申し訳ないと頭を下げ続ける人生を送るにちがいありません。  
何かにつけ「ありがとう！」と言える人は、**感謝に満ちた人生を送れる**ことでしょう。

新しい脳(大脳新皮質)が思い描いたイメージに古い脳(大脳辺縁系)は反応するわけです。古い脳は本当にあったことと**想像したものの区別**を**することができない。**

肯定的な気持ちは**脳細胞を最大限に活性化**し、必ず**最大限の結果**を引き出す。  
言葉そのものが前向きで、立ちふさがる壁を破る力を持っているから。

(本文から抜粋)



# 効果

➤ 慌てる自分を励ます事ができた。

辛い状況は変えることができるんだ。

上を向いて歩こう。（想像と事実を区別できないんだから。）

そして、口癖、考え方次第で心が変わることを実体験。

これが、今の私のベース。

「日々楽しく生きる」もこの時の気持ちの根底。



# そして未来に向けて

➤ 仕事で同じように悩んでいる人を助けたい。

知っているか知らないかで悩むくらいなら知って欲しい。

私のピンチを救った本を紹介したい。

ダイレクトに「ピンチを救った本」という切り口で本を紹介する。  
その他いろんな欲求に対する紹介を行いたい。

あなたのさがしものは何ですか？



# 付録（各種紹介）

➤ あなたのさがしものは何ですか？

お勧めあります

=> <http://sagasimono.squares.net/>

書籍紹介：あなたが変わる「口ぐせ」の魔術

=> <http://sagasimono.squares.net/posts/view/5>

自分に眠っている能力を呼び覚ましたい。

「日々楽しく生きる」メルマガ

=> <http://ameblo.jp/rakutaro/>

思いをもっと伝えていきたい。

レポート配信

=> <http://www.rakuraku.squares.net/download/>