

「手放す」

ごきげんよう、
高橋です。

先日の「たな卸し」のメールでは、
アウトプットが重要、ということをお伝えしました。

今日は、それに関連して「手放すことの重要性」について、
話していきたいと思います。

「手放すことの重要性」

この言葉は、あなたも、
何度か耳にしたことがある言葉かもしれません。

私はこの言葉を、生活レベルで実感しています。

あなたもご存知かもしれませんが、
私は2015年の4月に、家財道具一式を処分しました。

そして、私の持ち物は、
スーツケース1個だけになりました。

あれから2年以上が経ちましたが、
私の荷物は、いまだにスーツケース1個だけです。
究極のミニマリストとして生活しています。

特に、海外のコンドミニアムは家具付きなので、
生活拠点を構えても、荷物を増やす必要がありません。

先日は、とうとう「髪の毛」まで手放して、
今、私はボウズ頭です。

物を持たなくなったら、頭の中が本当にスッキリします。
そして、

「本当に必要な物は何か？」「本当に大事なものは何か？」

という、
物事の本質が見えてくるようになります。

自分の軸も明確になります。

持ち物の話だけでは、ありません。

私は、自分の経験についても、
一定の期間が過ぎたら、いったん「手放す」ことが、
重要だと思っています。

ここでちょっとだけ、
今までの人生を振り返ってみてください。

あなたも、今までに、
いろんな経験をしてきたことと思います。

辛かったことや、苦勞したこと、
思い出だけで悔し涙があふれてくることや、
胸のあたりが熱くなるような経験も、あると思います。

でも、その全ての経験を乗り越えて、
あなたは、今、ここにいるわけです。

あなたは、
あなたの前に今まで現れた苦難は、
何のためにあったと思いますか？

「なんで、自分ばかり、こんな目にあわなくちゃいけないんだ」
と思ったことや、

「参ったなー、これ、一体、どうしろっていうんだ」
と、頭を抱えたこと、

それらは、何のためにあったのだと思いますか？

もちろん、私にも、あなたと同じように、
いろんな経験があります。

「なんで、私だけがこんな目にあうの？」と、
思ったこともあります。

でも、今は、
経験を世の中に伝えることで、同じ境遇の誰かを救えたり、
世の中にたくさんの価値を提供できることを知りました。

「そのために、あの経験があったのだ」と、
思えるようになりました。

あなたが今まで経験した「試練」は、
あなたにしか、語るできません。

つまり、あなたには、その経験を、言葉にして、
誰かに継承する「使命」があるのではないのでしょうか。

その使命を負っていたので、
あなたの前に、あの試練が現れたのだ・・・と、
そう考えることが、できるのではないのでしょうか。

あなたがしてきた経験を、乗り越えてきたことを、
言葉にして、世の中に発信する。

つまりは、その経験を手放すことで、
あなたの使命を果たすことができます。

そして、辛かった経験や、試練を乗り越えた意味が、
大きな価値に変わります。

ぜひ、あなたの周りにいる、身近な人からでよいので、
あなたの経験したことを、アウトプットして、

伝えてあげてみて下さいね。

『抱えていないで、手放す』

ビジネスでも、人生でも、
次のステージに移行するために必要なことです。

それでは、
またメールします。