

Takumi Yamazaki's Newsletter



Hi There!

In this newsletter I'll be writing down things that I've found and things that I'm thinking about lately. I'll send it out every few weeks! This is the eighth time, and it's about "The Meaning of Goals" (from Ikeda)

こんにちは、山崎拓巳です。

このnewsletterは、僕が気づいたこと、思ったことを定期的に配信していきます。今回は8回目です！今回のテーマは「目標の意味」（池田より）。

The Meaning of Goals

People have all kinds of dreams and goals.

Some people want to lose 10 pounds, while others want to improve their sales record. Some want to develop new products, while others want to build a house by the ocean. Many different people hold many different goals.

Anthony Robbins says:

"It is wonderful that people have so many different goals, but most people haven't taken the time to imagine their success. It is far more important to understand what significance--what meaning your goals have, than it is to actually achieve them."

These words speak clearly of Anthony Robbins goal to 'return meaning and significance to your life', which he calls the 'Art of Fulfillment'.

Most of us spend all our time chasing after our end goals without taking the time to seriously think about what meaning those goals hold for us. Even if we do think about it, it is often only in the simplest way, and we only pay attention to what is directly in front of us.

So your goal, if achieved, might enable you to live your life more freely, or to keep the promises you've made to others, or might fill you with love and kindness, etc.

Why? Why do we need to think about what significance these things may hold?

The reason is that it is impossible to work toward, to care about, something that holds no meaning for you. It is impossible to feel significance when you live your life chasing after the insignificant.

So Anthony Robbins continues: "Anything you achieved that didn't fill you with a sense of fulfillment should be counted as a failure."

So take the time to think about meaning:

1) What goal or dream would you like to achieve?

2) If you were to succeed, what meaning or significance would that have for you?

Take a moment to think about these and write them down--they are sure to mean more to you than they did before.

ひとは色々な夢や目標をもっています。

ダイエットで5kg痩せたい
営業成績で1位をとりたい
新しい商品開発を成功させたい
海に見える家を建てたい etc...

アンソニー・ロビンズは言います。

「ひとが色々なゴールをもつことはとても素晴らしいことだ。しかし、多くの人がそれらが実現された姿を描いていない。自分が描いたゴールがすべて実現しているということは、自分にとってどんな意味があるのかを感じれる方が、ゴールを実現することよりも遥かに重要なのだ。』

上のアンソニー・ロビンズの言葉は、まさに「人生に意義と意味を取り戻す」(充実の芸術)ことです。多くの人々が結果を追いかけるあまり、「その結果が意味するもの」を真剣に考えずに生きてきました。考えたとしても、すべて安易であり、目の前のことのみしか考えていませんでした。

- この目標を達成することは、人生がもっと自由になることを意味している。
- この目標を達成することは、自分自身が周りとの約束を果たしているということを意味している。
- この目標を達成することは、優しさと愛に溢れていきっていく、ということを意味している。etc...

どんな意味があるのか?ということなのです。

なぜか?

結局ひとは、意味のないことには、がんばれないからです。

意味のないことに向かっている人生に意味を感じるのはむずかしいのです。意味を感じられなければ、本当の充実感を感じることはできません。

ですから、アンソニー・ロビンズはいうのです。

「 本当の充実感をともなっていない成功は、結局、失敗だと思った方がいい 」

だからこそ、「意味」をしっかり考えていきましょう。

- 1) あなたがどうしても実現したいゴール/夢はなんですか?
- 2) それが実現しているというのは、どんな意味がありますか?

まずはこの「ゴールの意味」をぜひ考え、書き出してみてください。より深い決意が得られます。