

- 51 30歳上の友達を、持とう。
- 52 運のせいにしない。
- 53 頑張っている人を見よう。
- 54 ふだんの会話を増やそう。
- 55 空気を読むより、本を読もう。
- 56 紹介の重さを知ろう。
- 57 世の中の、「広さ」と「狭さ」を知ろう。
- 58 1人も裏切らない。
- 59 言いわけしてでも、しがみつこう。
- 60 礼儀と遠慮なくを使いわけよう。
- 61 修羅場を、くぐろう。
- 62 貴重な10年で、勉強・体験をしよう。
- 63 やりすぎよう。

30代が楽しくなる方法 もくじ

まえがき 01 30代で、人生を楽しむ人と、楽しめない人にわかれる。 5

第1章 30代は楽しんでいる大人を知る、見る、出会う。

- 02 30代で、大人になる人と、オジサン・オバサンになる人にわかれる。 20
- 03 楽しんでいる大人を知る、見る、出会う。 23
- 04 残念な人は、大人に反発する。楽しめる人は、大人から学ぶ。 26
- 05 卒業までは、子どもの勉強。20代までは、社会人の勉強。 26
- 06 30代からは、大人の勉強。 29
- 07 凄さとは、会ってもらえない人だとわかることだ。 33
- 08 オーダーメイドで大人向けのスーツをつくる。 36

- 08 高級レストラン・ホテルは、楽しむところではなく、修業する場だ。 39
09 転職してから引越すのではなく、引越してから転職する。 42
10 先生は、向こうからやってこない。 46
11 リスペクトとは、人生に対してするものだ。 49
12 「あの人にも、できた」が、自分の自信になる。 52

第2章

30代はリスペクトを持つと、味わい尽くせる。

- 13 リスペクトすることで、明るさが身に付く。 56
14 リスペクトを持つと、味わい尽くせる。 58
15 思考回路をたどることが、リスペクトだ。 61
16 ホンモノを見ることが、ワクワクできる。 63
17 リスペクトすることで、観察力がつく。 65
18 リスペクトは、人だけでなく機会にもある。 67

- 19 リスペクトのないものは、結果として手に入らない。 70
20 「詐欺だよ」と教えてくれる先生を持つ。30代でも、振り込め詐欺にかかる。 72
21 つくってくれたモノに集中することが、つくってくれた人へのリスペクトだ。 76
22 吉方位旅行のアドバイスも聞いて、「休めない」とチャンス逃がす。 78
23 素直な人が、人生を楽しむことができる。 80

第3章

30代は背伸びする場所に行く。

- 24 背伸びをする場所に、行く。 84
25 一流のお店で、切り捨てられる体験をする。 88
26 リュック、キャリーバッグは、子どもの持ち物。 91
27 テングになることで、痛い経験を味わえる。 93
28 残念な靴を履いている大人は、いない。 96
29 基本を知らないと、流行りをマネしてしまう。 99

第4章

30代は逃げ遅れた仕事に、チャンスがある。

- 30 残念な人は、海外旅行に動画の確認に行く。
楽しめる人は、カルチャーショックを受ける。 102
- 31 留学するならば、語学より、意識を変える。 106
- 32 30代でしたムダづかいは、一生の財産になる。 108
- 33 勉強しなければ、オシャレのお手本は見つからない。 111
- 34 「めんど臭さの美学」を、身に付ける。 113
- 35 継続は、美なり。 117
- 36 社長の意識で、仕事をする。 120
- 37 逃げ遅れた仕事に、チャンスがある。 123
- 38 チャンスが来た時、「なぜ自分」と考えていては、逃してしまつ。
残念な人は、時給で稼ぐ。楽しめる人は、ファイトマネーで稼ぐ。 130

第5章

30代は仕事の楽しさより、自分の成長を楽しむ。

- 40 副業よりも、本業で鍛えられる。 133
- 41 勉強していることが、当たり前な場所に行く。 136
- 42 不運で、シヨックに耐える訓練をしておく。 140
- 43 失恋と不運は、視点を変えるキツカケをつくってくれる。 142
- 44 結婚してもいい。結婚しなくてもいい。 145
- 45 内弁慶では、社内恋愛・社内結婚・社内不倫になる。 148
- 46 想像は、人に伝えて練り上がる。創造は、行動して練り上がる。 150
- 47 SNS世代こそ、直筆の手紙で差がつく。 153
- 48 書くことで、生まれ変わる。 155
- 49 楽しめる人は、好きな人と苦勞する。残念な人は、イヤな人と成功する。 160
- 50 仕事の楽しさより、自分の成長を楽しむ。 163

第 1 章

30代は
楽しんで
いる大人を
知る、見る、
出会う。

あとがき

63

バランスをとろうとして、やめない。

199

51

同世代で固まっていると、成長しない。

165

52

頑張っている人は、頑張っている人が見えている。

169

53

頑張っている人がいることに、気づく。

172

54

自称「出る杭」は、会話が足りないにすぎない。

175

55

本を読めば、空気は読める。空気を読めない人は、本を読めない。

178

56

紹介の重さを知る人だけが、紹介を生かせる。

181

57

知っている世界がごくわずかで、不義理をすると1日で知れ渡る。

185

58

1人を裏切れることは、全員を裏切ることになる。

187

59

謝ることで、逃げない。

189

60

嫌いな人には、礼儀正しく。好きな人には、遠慮なく。

192

61

いつか「あれを乗り越えたんだから」と笑って話せる修羅場をくぐる。

194

62

何もしなくても、30代の10年は過ぎていく。

196