

お金と心の深い関係

突然ですが、あなたはお金について、悩みや不安がありますか？

- ・貯金をしたいのに、なかなかお金が貯まらない。
- ・ついつい衝動買いをしてしまい、給料日前になると、やりくりにも困る。
- ・SNSなどで他人の動向が気になり、流行りのものに手を出しがち。

もし今より収入が増えてお金持ちになれば、こうした悩みから解放されると思うかもしれませんが。しかし、お金のことで悩んでいたりと、専門家に相談したりする人の中には、高収入の人でも少なくないのです。

どうしてこのようなことが起こるのでしょうか。それは、お金があなたの心を映す鏡だからです。自分にガマンさせてばかりの人は節約と散財をくり返したり、不安になりがちな人は必要以上の備えをして、今を楽しめなかつたり…。お金の使い方や貯め方には、その人の心すべてが表れているのです。



お金に対して面倒だとか不安というような気持ちを持っていると、それがお金の使い方という行動にも表れます。心とお金は密接につながっているのです。

お金についての悩みを解消し、お金に困らない生活を送りたいと思ったら、まずは自分の性格タイプや行動パターンを見直すことが大切です。無理な節約も、たくさんのお金情報も、あなたに合っていないければ意味がありませんし、そもそも続きません。お金と上手に付き合えるマインドを育てることができれば、無理なく自然にお金は貯まってくる。

まずは、あなたのお金の使い方の方のパターンを知る方法を紹介します。次のページのチェックリストをもとに、お金の付き合い方を見直し、お金が貯まらない理由を探ってみましょう。