



マイコミ新書

2011年9月21日

毎日コミュニケーションズ

心理系著書の人気作家・植西聰氏が教える あなたを成功に導く7つの習慣！

マイコミ新書『我欲を捨てるとうまくいく』

毎日コミュニケーションズより9月24日(土)発売

株式会社 毎日コミュニケーションズ<以下、マイコミ> (本社：東京都千代田区) は、マイコミ新書『我欲を捨てるとうまくいく』を9月24日(土)より発売します。

富や名声を追い求めたり、見返りを期待して他人に親切にしたり、出世することに執着したりと、「欲」の形は人それぞれです。しかしビジネスでもプライベートでも、まず利益を求めて行動すると、いくら成功しても次なる利益を求め、充足感を得ることができません。そこで本書では、成功に導くための“我欲の捨て方”について、心理系著書で数多くのベストセラーを生み出している人気作家・植西聰(うえにし・あきら)氏が解説しました。

植西氏が提案する“我欲を捨てる”とは、「こうなりたい」「こうしたい」「してもらいたい」と必要以上に求めたり期待したりしないことで、焦りや悩みがなくなり、心が軽くなるというものです。そうすることで自然とプレッシャーから解放され、結果的に状況が好転し、成功が向こうからやってくるのだと植西氏は説きます。

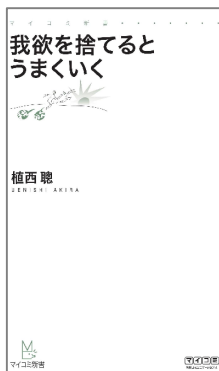
本書では、中国の思想家「老子」や「孔子」、歴史上の人物の言葉、身近な事例、その他豊富なエピソードを交えながら、我欲を捨て去るための「7つの習慣」を提示していきます。「望まない」「期待しない」「競わない」などの習慣を身につけることで、心にゆとりが生まれ、前向きに人生を楽しむことができるきっかけとなる一冊です。

本書で紹介する“我欲を捨て去る7つの習慣”

「望まないで生きる」「期待しないで生きる」「ゆったり生きる」「競わないで生きる」「利他愛で生きる」
 「自然に生きる」「水のように生きる」

<著者プロフィール> 植西 聰(うえにし・あきら)

東京都出身。著述家。学習院高等科、同大学卒業。20年にわたり、「心理学」「東洋思想」「ニューソート」などに基づいた人生論の研究に従事。1986年、研究成果を体系化した『成心学』理論を確立し、著述活動を開始する。1995年、「産業カウンセラー」(労働大臣認定資格)を取得。他に、「知客職」(僧位)、「心理学博士」の名誉称号を持つ。著書は『「折れない心」をつくるたった1つの習慣』(青春出版社)、『「いいこと」がいっぱい起こる! ブッダの言葉』(三笠書房・王様文庫)、『ブッダのお仕事相談室』(コノハナブックス)、『幸運がまいこむ100のルール』(アスペクト文庫)など多数。



- 書名：『我欲を捨てるとうまくいく』
- 著者：植西 聰
- 定価：872円(税込)
- 体裁：新書判 232ページ
- ISBN：978-4-8399-4029-4
- 発売日：9月24日(土)

本件および取材に関するお問い合わせ先
 株式会社 毎日コミュニケーションズ
 社長室 広報部 渡邊
 TEL.03-6267-4155 FAX.03-6267-4050
 e-mail : koho@mycom.co.jp

株式会社 毎日コミュニケーションズは、2011年10月1日より「株式会社マイナビ」に社名を変更いたします。10月1日以降に本リリース内容をご掲載いただく場合は、社名を「株式会社マイナビ」とご表記ください。