

自分を見つめなおせた

# 知的生産の技術11 20001218

人生テーマを  
いきなり考え始めると  
何も思いつかなかったが  
図解で“生い立ち”“出遭い”  
“出来事”を重ねた上で  
もう一度考えてみたら  
自分なりの人生のテーマが  
見えたような気がした。

祖母に少しでも恩返しをするため、せめて  
住む家を自分が設計してあげようと思い  
このデザイン学科に入りました。  
ですが、この夢にも迷いが出てきて  
今は何がしたいことなのか分かりません。  
今はテーマを見つけることを  
自分のテーマにしようと思います

人間というのは  
何らかの使命感 といつか  
達成しなくてはならないものが  
必ずあると思う。その人が  
何かに熱中していなくて  
つまらなく感じたりしている時は  
その人の使命感から  
外れている時である

自分史に対して  
具体的に進んでくると  
色々疑問が出てきて  
・生まれてきて今までの事を  
全部文章で書くのでしょうか？  
・これは誰かに見せますか？  
私の人生の中で「これは  
欠かせないけど、あまり  
他人には…」ということが  
あるのですが

自分史を書くことで  
これから先のことについて  
何か得られるものが  
あればと思います

タイプ  
1

5分(7~8分)は長い。  
ということは30分、1時間  
集中すれば何でも  
できるのではないかと  
ということに気付いた

うっかりして  
瞑想で別の事を  
考えてしまった。  
集中力をもっと  
つけよう

自分史って、物語みたいに  
文章で書いていいのですか？  
まだタイフ書き方が  
分からないのですが...

人生!この意味は  
僕は「人と生きる」  
「人柄を生む」  
「人の生き様」等  
たくさんの意味が  
あると思っている。  
人生というのは  
自分で作り出すものに  
違いないのではないかと!

タイプ  
3

今日はテーマ自体が  
壮大なものだったので  
考えがまとまらなかった。  
年末から「2世紀」に  
わたって考えたいと思う

私はいつでも  
家に帰りたと思うし  
今日あった事を何でも  
話して聞かせたいと思う

胸がわくわくするより  
不安な気持ちが強い。  
30代になるところ!  
私はどんな歩みを  
歩いてきたのだろうか。  
冬休みは今までの私  
今からの私を考える  
時間で過ごしたい。  
正月からは明るくて  
活力であふれる  
私とあいたい

だんだん自分史の  
内容が見えてきた。  
やはり後悔することが  
思い浮かぶ。自分自身を  
責めてしまいがちになっている。  
この機会に過去の想いを  
全て打ち明けよう(自分に)

自分史は、なんだか  
いっぱい書けそうです

人生の本当の意味を  
知る時はいつだろうか

過ぎていく分1秒が人生となり  
踏み出した1歩が道になっていくと思う  
アントニオ猪木が引退の時  
「道」という素晴らしい名言を残したが  
人生を楽しむにはどうしようか 迷った時  
1歩踏み出してみる事が大切である

20年間の月日の中で  
考えた事や思った事が  
ふとした事でボロボロ  
出てくるので  
まとめきれないか  
心配になった

テーマと一言でいっても  
簡単に書けるものではない。  
この先の出遭いや  
出来事を大事にしたい

テーマは自分らしく!

自分史を書く紙は  
何でも良いのですか。  
また、サイズは  
決まっていますか

今まで私のことは  
成功より失敗の方が  
多いし挫折も多い。  
大分、別のタイプの  
いいところは少しずつ  
取り入れた方が  
いいかなと思う

すっかり忘れていましたが  
中学3年の冬休みの宿題で  
「自分史」を書きました。  
あれから5年経ち、新たに  
自分史を書こうとしている  
自分がいて面白いです

もっと色んな人と  
話したい。もっと  
色んな本を読もう

タイプ  
2

# 知的生産の技術11 20001218

自分の性格が  
ますます分からなくなった。  
こんな状態で人生の  
テーマなんて見つかるのか  
すごく不安だ

大学に入ってからが  
充実しているようで  
実は全然充実して  
いないことが分かった。  
飲み会にだけ参加していて  
実になるようなことを  
1つもしていなかった

自分史に大分近づいてきた。  
ただ思った以上に  
自分を掘り探るのは疲れる

人生のテーマを持つことで  
自分自身の力を高められると思う。  
絶えずテーマを持ち続けている  
野田学長を目標にしてイメージし  
テーマを持つことの大切さを考えて  
これからの人生を送っていきたい。  
何文字ぐらい書くなど  
出す上での注意はありますか?

いろいろ思い出す作業を  
してきたが、断片的な  
ことばかりで淋しい。  
困っている事、なんだか  
不安な気持ちになる事

テーマは大学受験のときに  
少し考えてあったので  
考えやすかった

今日、具体的に自分が  
どんなテーマを持っているのかは  
良く分からなかったけど  
常に自分には「芸術的なことに  
関わりたい」という  
欲求があることに気付いた

今回また1~9の  
チェックを試みたら  
前回と大分  
違っていたのが  
意外だった

多分、中学校が  
一番楽しかった

タイプ 4

自分の過去を知れば  
未来は明るく  
なるのでしょうか?

最近僕の好きな詞に  
I see the same faces in school.  
And they say that I'm different.  
I think it's an honor.  
I say it's an honor to be different.  
I can't go their way.  
というのがある。やっぱり僕は  
タイプ4なのかも知れない

今回また診断を試みたら  
最初の結果のどは  
かけ離れていてビックリした

自分のテーマが何なのか  
まだ分からない。  
すごく不安だ

自分の人生のテーマを  
早く決める事が  
とても大事である事は  
十分分かっている。  
しかし今は1つに  
決められない。今度の  
冬休み、正月に  
このことについて  
じっくり考えたい

世界には  
色んな人がいるから  
面白いのだと思った

著名な人たちの  
生きる上でのテーマを  
知れて本当に良かった

自分にとっても他の人にとっても  
それを見たら自分の人生(これまでの)  
がよく分かる、そんなものにしたい。  
表紙やページのデザイン等も  
見たくなるようにしたい

私も焦らずに  
色々なことに挑戦して  
テーマを見つけていきたい。  
自分史はどのような形式で  
書けば良いのか、いまいち  
良く分からない。具体的に  
誰かの書いたのを一度  
見てみたい

テーマを決定しようとする  
思い浮かぶのは「混沌」  
「空虚」等のマイナスイメージを  
喚起させる言葉ばかり  
頭に浮かびます。  
この1ヶ月の間、「私」という  
存在を再認識し、少しは  
まともなテーマを決定して  
納得のいく「自分史」を  
書き上げたい

瞑想が長いと  
思い出しやすい

生い立ちのところで  
書くのに苦労した

もし今から  
志を持っても  
ある程度  
夢の範囲に  
狭まりそうだ

おけになんか、なりません

タイプ 5

忘れるということは  
当たり前のことだし  
思い出せば分数も  
少数もできると思う

久恒先生は野田学長が  
好きなんだなぁと思った。  
自分史をいうのは具体的に  
どんな事を書けばいいのか  
いまいち分からない

簡単だと思っていた。しかし  
これから書くに当たって  
自分の事について  
うまくまとめられるかが  
心配になった

# 知的生産の技術11 20001218

今日の瞑想で  
テーマが見えてきて  
不思議な事に  
自分史を書く  
意欲もわいてきた

タイプ  
6

成功できるのに  
最も大切なのが  
目標だと思う

学長が航空を  
やっていたのは  
初めて知った

タイプ  
8

改めて性格診断をしたら  
違う自分の一面が見えた

皆、色んな夢を持って  
自分のしたいことを  
たくさんやってて  
すごいと思った。  
私も、やりたい事を  
たくさん見つけて  
人生を楽しみたい

前回の感想を読むと  
性格タイプに皆  
振り回され過ぎでは  
ないかと思えてくる

テーマを見つけよう

自分史の提出期限を  
2回に分けるとするのは  
良く分かりません。  
1回目の提出物と  
2回目がダブルでも  
良いのでしょうか。  
多分、色々と  
付け足したりして  
1回目も変わって  
いくと思います

人生のテーマを決めた出逢い  
ライバルとの出逢い、自分を  
幸せにしてくれた出逢い  
もっとたくさんの出逢いが  
ありました。その中で一人でも  
かけてしまったとしたら  
今の自分はありませんでした

タイプ  
7

これから  
はじけます!!

自分史はどれくらいの量を  
書いたらいいのでしょうか?

きっと自分にはそのうち  
運命的に感じる、衝撃的な  
何かが待っているはずだと  
現実逃避してきました。  
でももうそんな余裕のある  
時間はないのだと気付いた  
今はとても焦っています。  
いち早く自分のテーマを  
見つけたいと思う

実際に書いてみないと  
先生がおっしゃったように  
必要な資料が分からないので  
時間に余裕を持ってやりたい

書式・内容等について  
あまりおっしゃって  
いませんでしたが  
自分史は事由に  
書いていいということ  
なのでしょう?  
何ページくらいに  
すればいいのでしょうか?  
70ページは返却されますか?

年未年始は両親が帰国してくるので  
この機会に色々聞いてみようと思う  
両親を軽く見ていたが  
今まで振り返ってきて、やはり  
その影響は大きい事を知った。  
感謝の念を忘れないうちに  
孝行しないといけませんね

私の人生は  
敗北の歴史だと  
いう事に気付きました。  
どうやら負けが  
ついてしまったようだ...

今日先生からもらった  
色々な資料、非常に  
参考になりました。  
その中で清水博さんの  
“志を持てばつまらない事を  
考えなくなる”という言葉が  
印象的でした。私は、この  
“志”という言葉が非常に  
好きです。韓国では昔  
士農工商という4つの  
身分に分けられていました。  
この中で士という階級は  
海のように広い心と  
人々を愛し学問を研究する  
ことが求められました。  
それで“志”というものは  
“士”のような“心”を  
持つことを意味して  
いるのではないかと思います

「人生のテーマ」は難しく  
はっきり打ち出す事が  
できなかった。自分史を  
書き始めた時に、その  
「人生のテーマ」の焦点が  
はっきりしてくるのでは  
ないかと思う

もっと自分で、どのテーマで  
人生を生きてきたのか  
考えたい

タイプ  
9

まだ自分の「テーマ」というものが  
ないのは、何となく過ぎてきた  
時間が多いからかなと思った

小学校の時には  
自分史というほど  
立派なものではないけれど  
自分史みたいなものを  
書いたことがあります

瞑想中  
眠かった

楽しかった

大晦日までに  
自分史を  
書きちめたい

タイプ9の20番目の  
質問に  
思わず頷いて  
しまいました

高校と比べて将来に迷いが生まれた。  
大学に入ってみると大学院に進んで  
もし?など看護婦になるまでの  
過程に悩んでいます

# 知的生産の技術11 20001218

今日のテーマをやっている  
今までの私の中で「夢」  
というものがなかったことに  
気付いた。憧れはあったが  
自分の中で、もう諦めていた。  
今からでも、こんな私を  
変えられるだろうか？

自分の夢や目標が無い時  
他人の人生を見ると  
とてもためになるし興味深い  
になりたい人物像があれば  
それが人生のテーマに  
なりえるのでしょうか？

瞑想の時に誰かが  
携帯電話を操作していたらしく  
電子音が鳴っていて  
うるさくて全く集中できなかった。  
迷惑なのでやめて欲しい。  
せっかく先生が作ってくれている  
空間が台無しだ

今日総合的な問になり  
いよいよ自分史を書くんだ  
という実感が湧いてきた。  
いざ書くにあたっては、まだまだ  
情報が足りないと思う。この冬に  
実家に帰って両親などから  
話を聞けたらと思っている

今までは、ただ記憶にある  
すごい人、尊敬している人のことを  
思い出していただけなのですが  
今日じっくりとその人のどういう所が  
すごいのか、尊敬しているのかを  
考えてみて、全ての人に同じ共通点が  
あることに気付いた。それが私の  
人生のテーマの鍵という事なんですね。  
すごく新鮮な驚きがあった

昔の自分の性格は  
タイプ9とは違った気がする。しかし  
今の性格はタイプ9以外にはあり得ない。  
何が今の自分を形成したのか  
何故今の自分がいるのかに  
重点を置いて自分史を書こうと思う

今日の瞑想中に今までの人生を  
何となく全体的に思い出してみた。  
ふと急に「自分は何のために  
生きているのか？」という疑問が  
頭の中を支配し始め、どうしようも  
なくなりそうになった瞬間  
先生の声で現実に戻された。  
私にとっては今までで最も短い  
瞑想だった。自分史を書くのが  
少し怖くなった

まだまだ自分探しの道の  
途中にいる。得られた事は  
少しずつではあるけれど  
自分の事を理解できつつ  
あるような気がします。  
今は強い自分になりたい  
という思いで一杯です

今の自分は  
今の自分になるべくして  
なった気がしました。  
私のテーマ...一言で言う  
人と比べる事をしない

性格タイプをもう一度やってみたら  
また9になった。テーマも少しずつ  
固まりつつある。冬休みを  
利用して更に固めていきたい

詩的なロマンチックな  
カッコいい名前を  
付けたいと思ってます

タイプ  
9

タイトルをどういうのに  
すればいいのか  
悩んでいます

推薦の合格発表を見て  
昨年思い出した。  
一年前、受験期に  
悩んでいたことが  
たくさん思い出される

自分史のテーマを  
今から何か考えて  
インパクトのあるものに  
できればなあと思った

私はいつも  
その場の雰囲気  
状況に合わせて  
何となく生きているので  
テーマもその都度変わり  
決まったテーマが  
分かりづらい。  
はっきりとした  
テーマを見つけない

テーマの実例で、様々な人達の  
テーマを見た。それらを総括してみると  
人との出会いや出来事が、とても  
貴重なんだなと感じた。常に自分で  
アンテナを立てて、小さな事でもいいから  
なんでも敏感に感じ取っていききたい

テーマの実例に  
出た人達の  
タイプが分かった  
面白かった。

自分史を書く資料が  
大分そろい  
早く書き始めたい

いくら考えても  
テーマが見つからない。  
どうしよう

これから冬休みを利用して  
ゆっくりと色々な出来事を  
思い出したいと思います。  
性格診断テストも  
あとでやろうと思います。  
家族皆で一緒にやったら  
面白いらうなと思います

今まで、ただ何となく  
生きてきた気がする。  
それを今回、過去を  
振り返ることで認識した。  
これからは何かテーマを  
掲げて生きていきたい

僕は今まで、様々な出遭い  
出来事を経験してきた。  
そのことが今の僕を  
形成しているのだと思う

思っていたより量が  
多くなりそうなので  
上手くまとめられるか  
心配。中には他人には  
あまり見られたくない  
内容もあるが、この  
「自分史」は自分のために  
書くものなので  
ありのままに書こうと思う

今日の性格テストで  
丸がつく番号と  
つかないものが  
はっきりとしてきた。  
そして丸をつける時も  
冷静に自分を見て  
考えることが  
できるようになった

少しずつ自分というものが  
明らかになってきた。  
人生のテーマを与えてくれた人は  
色々いたが、決定的なものに  
してくれたのは、何と  
父親である事に気付く事ができた

自分史の提出方法として  
データ(FD)ということでしたが  
メールに添付して送っても  
構わないでしょうか？また  
ファイル名に指定があれば  
指示いただきたいと思います