

## 読書でビジネス力をアップする(第46回)

### 10年後の自分をつくるために始める「知的生活」

2019.03.07



知的生活の設計  
堀正岳 著  
KADOKAWA

「知的生活」のススメです。不確実な世界で人生を有意義なものにするには「知的生活」を送ることで、それが10年後の自分を支えるとして、具体的な方法を教えてください。「知的」という言葉が、アカデミックなものを連想させますが、決して難しいことではありません。趣味や読書、映画鑑賞など、気になることをブログなどにまとめ続ける生活を推奨するものです。

継続することで、発想力や洞察力、そして自分にしかできない編集力が身に付きます。これがやがて、生きる力につながります。そんな「知的生活」を始め、続ける上で必要なことが書いてあります。

本書の特徴は、徹底して具体的なことです。冒頭で「知的生活」の定義と意味を解説した後は、徹底して「知的生活」をスタートし、続ける方法を解説していきます。

例えば、テーマの選定から、作業時間の設計、アウトプットの方法や秘訣、振り返りのタイミングと方法など、著者を含めた実践者の事例を交えながら解説していきます。

さらに、書齋の設計や習慣化の方法、お金の話や10年後の人生設計まで解説します。著者がライフハックの人だけに、その過程でさまざまなツールやアプリも紹介します。まさに本書1冊で網羅しています。

構成も工夫されていて、内容が83の戦略として、簡潔に書かれています。必要な箇所を興味や必要性に応じて拾い読みもできますので、分厚い本ですが、読書に不慣れな人でも読みやすいと思います。先の見えない時代だからこそ、不安を感じながらも対処法が見つけれず、ボーッと生きてしまいがちです。これを反省し「何か始めてみたい」と考える人にお勧めします。

不確定な時代に迷わないスキルを身に付ける… 続きを読む