心に響く名言

①ROLAND　KADOKAWA
「君か、君以外か」
世界を明るくするローランドの数々の言葉とともに、「現代ホスト界の帝王」から、経営者になった心境や、いつもポジティブである考え方の秘訣、メディアでは見せない一面、デジタルデトックス、生き方などについて綴る。

②桑原　晃弥　ぱる出版
「限界を打ち破る大谷翔平の名言」
「先入観は可能を不可能にする」「自分で自分に制限をかけない」「勝ったとき、成功したときにこそ反省する」…。野球を始めた子ども時代から今日まで、折に触れて大谷翔平が口にした言葉の中から55の名言を厳選し収録する。

③鈴木　裕介　アスコム
「我慢して生きるほど人生は長くない」
仕事、職場での我慢、リラックスできない環境、疲れる人間関係…。不安、悩みから解放され、他人のルールに縛られずに、自分らしいルールで生きていく方法を、心療内科医が伝授する。

④頭木　弘樹　飛鳥新社
「NHKラジオ深夜便絶望名言」
「あきらめとは、なんて悲しい隠れ家だろう」　文豪・偉人たちの「絶望に寄り添う言葉」から生きるヒントを探す。NHKラジオ深夜便の人気コーナーの第1～12回を完全収録。

⑤キム　スヒョン　ワニブックス
「私は私のままで生きることにした」
人と比べて何になる？あなたの人生で一番大切にしなきゃいけないのはあなた自身－。ふんわりしたイラストと力強い言葉で、誰のまねもせず、誰もうらやまず、自分を認めて愛する方法を伝える。

価値観が変わる本

⑥吉井　雅之　すばる舎
「習慣が10割」
とにかく「ハードル」を下げる、「ゲーム感覚」でやる、「未来年表」や「未来日記」でワクワクを高める…。習慣形成のプロが、意志、やる気に頼らず「続けられる」最強スキルを伝授する。挫折しない5つの秘訣も収録。

⑦つんく　東洋経済新報社
「凡人が天才に勝つ方法」
「当たって砕けろ」の精神で、とにかく「数」をこなす、「好き」のデータ化で自分らしさを磨く、磨くべき「10大能力」…。自分は「天才」ではなく「プロ」と語るが、才能を伸ばし、天才を超えるための方法を紹介する。

⑧ひすい　こたろう　SBクリエイティブ
「今日は人生最悪で最高の日」
描いても描いてもボツになり絶望したが、「ONE PIECE」を描き上げた尾田栄一郎。余命5年と宣告されたが、ソフトバンクを大成長させた孫正義…。16人の実話を紹介し、最悪な日を最高な日に変える方法を伝える。

⑨若林　正恭　文芸春秋
「ナナメの夕暮れ」
自意識に振り回されていたオードリーの若林。だが、40を手前にして変化が訪れる。「おじさん」になった若林が「生き辛さ」からいかに解放されたかを語る。

⑩小澤　竹俊　アスコム
「もしあと1年で人生が終わるとしたら」
もしあと1年で人生が終わるとしたら？家族、仕事、夢、目標－。私たちはどう生きればいいのか。多くの人を看取ってきたポスピス医が、これからの人生を少しでも悔いなく、より良く生きるための17のメッセージを伝える。

トーク力があがる本

⑪柿内　尚文　かんき出版
「バナナの魅力を100文字で伝えてください」
伝えたいことが相手に正確に伝わるための方法とは。ゴール設定や見える化といった「伝わる構造」と、比較・言いかえなどの「伝わる技術」を紹介する。

⑫細田　高広　三才ブックス
「解決は1行」
企画、プレゼン、交渉、お願いごと、人間関係…。ぜんぶ、1行で解決できる！　コピーライターである著者が培ってきた「1行の解決力」を紹介。広告のキャッチコピーを教材として、提案話法、比較法など25の技法を解説する。

⑬勝浦　雅彦　アスコム
「ひと言でまとめる技術」
「結局、なにが言いたいの？」から「あなたの話はわかりやすい」に評価が変わる！　言葉をまとめるプロが、言語化力、伝達力、要約力がぜんぶ身につく31のコツを伝授する。

⑭つみきち　SBクリエイティブ
「なぜか好かれる人の言いかえ手帖」
挨拶、感謝、注意・フォロー、励まし、質問・返事…。いつもの言葉をちょっと変えるだけで、素敵な言葉になる！　日常のさまざまな場面で使える、実践的な「好かれる言いかえ」を紹介。

⑮山口　拓朗　日本実業出版社
「9割捨てて10倍伝わる要約力」
「要約」ができれば人生が変わる！　情報のポイントをつかみ、場面に応じて、簡潔かつ論理的にアウトプットする情報の収集法、整理法、伝達法を伝授する。さらに伝わりやすくするテクニックと練習法も収録する。