

第六卷

今日、私は、自分の感情の主人になる。

潮が満ち、潮が引く。秋は逝ゆき、冬が訪むとすれる。夏は衰おとろえ、寒さは増す。太陽は昇り、そして、沈む。月は満ち、そして、欠ける。鳥は飛び来たり、そして、飛び去る。花は咲き、そして、枯れる。種は蒔まかれ、やがて、刈かりとられる。

自然はすべて、情緒の変遷へんせんとも言えよう。そして、私も自然の一部であるから、私の気分も潮の満干まんかんのように、時に高まり、時には低くなる。

今日、私は、自分の感情の主人になる。

理解しがたいことは、我われは、毎朝、前日とは異なつた気分が目が覚さめることである。これは、自然のいたずらの一つとでも言うべきであろう。

昨日の喜びは、今日の悲しみとなり、また、今日の悲しみは、明日の喜びとなる。私の中

には一つの車があり、^{かんき}歡喜から^{ひあい}悲哀へと回転しているようである。満開の花も、いずれは色あせ、散ってしまふ。しかし、その花も、明日の開花のための種をもたらすではないか。同様に、今日の悲しみは、明日の喜びの種をもたらすのである。

今日、私は、自分の感情の主人になる。

日々が生産的であるためには、気分がすぐれていなければならぬ。すぐれていなければ、その一日は、失敗に終わってしまうだろう。自分の感情にふりまわされてはならない。ぜひとも、自分の感情を支配せねばならぬ。

植物は成長するために、天候に^{いそん}依存している。私は、自分の成長に必要な天候をつくり、自分のもとへ運ばねばならぬ。

もし私が、お客のもとに、^{ゆううつ}雨、^{ゆううつ}憂鬱、暗さ、^{ゆううつ}憂鬱、暗さ、悲観などを運べば、彼らは、同じく、^{ゆううつ}雨、^{ゆううつ}憂鬱、暗さ、悲観をもつて^{こた}応えるだろう。そして、何も買つてはくれまい。もし私が、お客のもとに、喜び、熱意、明るさ、笑いなどを運べば、彼らは、同じく、喜び、熱意、明るさ、笑いをもつて^{こた}応えてくれるだろう。そして、私の良い天候は、売上げという大収穫をもたら

し、黄金は、私の倉に積みあげられてゆくだろう。

今日、私は、自分の感情の主人になる。

では、どのようにしたら、楽しく、生産的であるように、自分の感情を支配できるのだろうか。

私は、古代から伝えられた次の教訓を学ぼう。

弱者は、自分の思いに支配され、

強者は、自分の思いを支配する。

毎朝、目を覚ますとき、私は、自分がまだ、悲しみや自己憐憫、失意などに捕らわれぬうちに、次のような作戦を実行する。

気分が沈んでいたら、歌おう。

悲しかったら、笑おう。

体調が悪かったら、仕事を倍にしよう。

怖こおかったら、頭から突っこんでいこう。

劣等感を感じたら、新しい服に着替えよう。

自信喪失そうしつしたら、少し声を高めよう。

貧しさを感じたら、来たるべき富を考えよう。

無力感を感じたら、かつて得た成功を思い返そう。

卑屈ひくつになったら、かつて立てた目標を思い出そう。

今日、私は自分の感情を支配するのだ。

これより私は、自分は全力を尽くしていると自己満足している者は、本来の能力がそれほどのものではないのだと、考えることとする。そして、私は、そのような自己満足者になることを断固拒否する。

やがて、私を引き裂き、壊滅させようとする力が私の身に迫せまってこよう。その力とは、絶

望や悲しみばかりではない。時には、微笑みと甘い言葉をもって、接近してくるのである。すなわち、それは、思いあがりであり、自己過信であり、そもそもそれは、自己満足からはじまったものである。

それに対しても、私はけっして支配の手をゆるめてはならない。

自信過剰になつたら、失敗したときのことを思い出そう。

贅沢になつたら、昔の飢えた日のことを思い出そう。

自己満足に陥つたら、競いあつた日のことを思い出そう。

自分の偉大さに酔いしれたら、恥辱の瞬間を思い出そう。

自分が全能だと感じたら、風が止められるか、試してみよう。

巨富を得たら、飢えた人がいることを思い出そう。

尊大になつたら、無力だった時代を思い出そう。

自分の技が、誰にも負けないと感じたら、星を見あげてみよう。

今日、私は自分の感情を支配するのだ。

これらの教訓を引っさげて、私ははじめて会う人物を訪問する。

彼は私に対し、友好的ではないが、私は彼を理解し、受け入れることができる。私は彼の腹立ちや苛立ちいらだを気にしない。なぜならば、彼はまだ、自分の感情を支配する秘密を知らないからだ。

私は、彼の怒りの矢や侮辱ぶじよくに耐えることができる。なぜなら、明日は、彼の機嫌きげんはなおり、楽しい気分が彼に近づきつつあることを、私は知っているからである。

私は、初対面の人物をそのまま判断することはしない。今日、不愉快ふゆかいな態度で私を迎えむかた人でも、明日、ふたたび気軽に、私は彼を尋ねることができ。今日、その人は、黄金の馬車に、ただの一ペニーの値段をつけても買わないかもしれない。だが、明日になれば、たった一本の木と自分の家全部とを交換するかもしれない。巨富きよふを得る鍵かぎは、まさに、この秘密の知恵を知るところにこそある。

今日、私は、自分の感情の主人になる。

これより、私は、自分と他人との間に生じる「気分」というものの神秘性を認め、その理

解に努める。今この瞬間より、私は、いかなる人格が自分の意識の中に生まれようとも、ただちにそれを支配するつもりである。私は、つねに、積極的に、自分の気分を支配する。それはとりもなおさず、私の運命を支配することになるからだ。

今日、私は、自分の運命を支配する。私の運命とは、世界一の商人となることである。

今日、私は、自分の感情の主人になる。

そして、私は、地上最強の商人となる。