

第一卷

今日、私は新しい人生を始める。

今日、私は古い皮膚ひふを脱ぬぎ捨てて、まったく新しい人間となる。その古い皮膚ひふとは、長い間、失敗やとるに足らぬつまらぬことに悩み、傷跡きずあとだらけになった、私の心の皮膚ひふである。

今日、私は新しく生まれ変わる。私の生まれる場所は、甘美かんびな恵みの果実をもたらず、大いなるブドウの畑である。

今日、私は、中でもいちばん大きく実ったブドウの房ふさをもぎとる。

それは知恵の実である。それは、幾世いく代にもわたって、私と志こころざしを同じくする何人もの賢人けんじんによつて、植え、育てられてきた叡知えいちの果実である。

今日、私はそのブドウの実を味わい、成功の種をしつかりと呑のみこむ。それは、私の中に新しい生命の芽はを生はやしはじめる。

私は知っている。私の選んだ道は、すばらしい成功への機会が待っているが、同時に、失

敗への絶望にも満ち溢あふれていることを……。この失敗者の死体を積みかさねれば、その影は、地上のピラミッドをことごとく覆おほつてしまふにちがいない。

しかし、それらの者と違って、私は失敗することはない。なぜならば、私の手には、海かい図ずがあるからだ。この海かい図ずこそ、昨日はただの夢であつた彼方かなたの成功の地へ、危険きわまりない海域を乗り越えて、導みちびいてくれるものだからだ。

成功を得るために、苦難という代償だいしょうを支払う必要はもうない。自然が私のからだに、痛みという苦しみを与えてはいなかつたように、私の心には、失敗による苦しきという痛みも与えられてはいないのである。

「失敗による苦しき」とは、私にとっては無縁むえんの異邦人いほうじんである。

かつて、私は、それを「苦痛」として受けとつてきた。今、私はそれを「苦しきである」と認めることをきつぱりと拒絶する。なぜなら、それは、無知の暗闇くらやみをぬけでて、富、地位、幸福の陽光のもとへ導みちびくための知恵と原理として、あらかじめ用意されたものだからである。それを突破とっぱしたとき、あのヘスペリデス（編集注　ギリシヤ神話にでてくる女神）の庭園の黄金のリンゴさえも十分とはいえないほどの、莫大ばくだいな報償ほうしょうを私は手にするのだ。

確かに、時はすべてのことを教えてくれるかもしれない。しかし、人生の時はあまりにも短いのだ。

しかしまた、だからといって、焦る必要はない。時間は万人平等に割りあてられており、しかも、自然自身が焦って、特別急ぐということはけっしてない。私は、待つという忍耐力も身につけなければならぬ。

あらゆる木の王様と言われるオリヴは、成育するのに百年を要する。一方、ネギは九週間しゅうかくで収穫できる。

今までの私の人生は、このネギのようなものではなかったか…。

私は、とうてい、このような人生に満足することはできない。私は、今、巨大なオリヴの木になろうとしている。すなわち、偉大なる商人になろうとしているのだ。

では、どのようにして、この願いを達しえるのか？

私には、たいした経験もなく、知識もない。無知なるがゆえに、何回となくつまずき、自己憐憫れんびんの思いの中で泣いてきた。こんな私が、どうやって、この大いなる目的を達しえるの

か？

答えは簡単である。

「今すぐ出発する」これが答えである。しばしば、老人がわけ知り顔に説く経験や知識は、さほど重要なものではない。我われ人間は、すでに大自然から、万物の靈長であるという能力を与えられているではないか。

確かに、経験というものは、我われに多くのことを教えてくれる。しかし、その教え方は、貴重な「人生の歲月」をむさぼり食らうのである。それゆえに、人生におけるその価値は、さほど大きなものとは言えない。経験による知恵を得たとき、もう、人生は終焉を迎えていることも多いではないか。

さらに、経験による知識とは、世の中の流行とも似ている。今日得た成功例は、明日は、もはや、ものの役にはたたないかもしれないのだ。

しかし、この巻物の中にある教えは、真理として永続するのである。そして、その教えは、今、私の手の中にある。

重要なことは、この教えとは、「いかにして、成功するか」という秘訣を説いたものではないということである。ここで教えていることは、「いかにして、失敗を防ぐか」ということなのである。

なぜなら、成功とは、各人の気持ちのあり方の問題であるからだ。ある成功の報酬も、それが小さすぎると感じる人にとっては、成功とは思えないであろうし、同じ程度の報酬でも、成功したと喜ぶ人には成功である。また、望んでいるものとは異なるものを得たところで、その人には、それは成功とは感じられないであろう。

もし、千人の賢者に、

「成功とは、どんな意味なのでしょうか？」と尋ねれば、おそらく千とおりの答えが返ってくるであろう。

しかし、失敗に関しては、その定義は、ただの一つである。すなわち、

「失敗とは、それが何であれ、その目的の地に到達できないことをいう」のだから。

事実、失敗者と成功者の間に横たわるただひとつの違いとは、「習慣の違い」である。良い習慣は、あらゆる成功の鍵である。悪い習慣は、鍵のかかっていない失敗という名の部屋の

ドアのようなものである。

かくして、すべてに優先して、私の守るべき最初の法は、次のようになる。

「私は良い習慣をつくり、自ら、その奴隷となる」と…。

子供の頃、私はたんに、自分の衝動の虜であつた。しかし、今は、すべての成人がそうであるように、自分の習慣の奴隷である。

私の自由意志というものは、とつくに、長年積みあげられた習慣の中に閉じこめられており、私の過去の業績は、すでに定められている運命の道を歩まざるをえないよう、私の未来を強制しているのである。

私の行動は、つねに、「食欲」「情熱」「偏見」「欲望」「愛」「恐怖」「環境」「習慣」などによつて規制されているが、その中でも、もつとも手におえない暴君は、習慣である。それゆえに、もし、私が習慣の奴隷にならざるをえないのなら、良い習慣の奴隷になろう。自分の悪い習慣は、ただちに排除されなければならない。そして、新しく耕された土地に良い種を

蒔^まくのだ。

私は良い習慣をつくりだし、その奴隷^{どれい}となる。

しかし、どのようにすれば、このような至難^{しなん}のわざを達成できるのだろうか？

それは、この巻物によって可能になるのだ。私の人生から、悪い習慣を取りのぞき、成功へ導^{みちび}くための良い習慣を、どのようにして身につけるのか、その秘訣^{ひけつ}が、すべての巻物に詳しく記されてある。その秘訣^{ひけつ}の根本的原理は、「ある習慣を変えるものは、新しい他の習慣だけである」という自然の法則にもとづいているのである。

そこで、この法則にもとづいて、私が始めるべき、新しい習慣づくりの第一は、この巻物を読むという行為である。私は次のやり方で、自分を鍛^{きた}えてゆく。

それぞれの巻物は、三十日間かけて読みつづけなければならない。その読み方は次のようにする。

朝起きたら、まず黙読^{もくどく}する。次に、昼食をすましたら、ふたたび黙読^{もくどく}する。そして、一日の終わり、すなわち、眠りにつく前に、もう一度読むのであるが、このときは、声をだして

読むのである。この音読おんどくすることはもつとも大切な点であるから、けっして忘れてはならない。

翌日も、このやり方をくり返す。これを三十日間つづけるのである。

そして、次の巻物に移り、同様にして三十日間つづける。このようにして、私はすべての巻物とともに生活し、巻物を読むことは、私の生活の一部、すなわち習慣となる。

では、このようにしてできた習慣で、何が達成されるのであろうか？

この中には、目的を達成するための秘密が隠かくされているのである。言いかえれば、それは目的達成のための力を得るということである。

毎日、読み返していると、巻物は、ついには私の思考意識の一部となる。それは、私の、もう一つの心とも呼ぶべき場所にしみこんでゆき、私の理解しがたい神秘的な力となる。それは、私に夢をつくりださせ、しばしば不思議な行動を私にとらせるが、結局それは、目的達成のための最短距離だったことがあとからわかる、といったような具合である。そして、この習慣がつづけられていくうちに、私は不思議な力に目覚めめざはじめる。

朝、起きるごとに、それまでに覚えたことのないような活力が体内にみなぎっているのを知る。かつて、夜明けのときに覚えた、あの漠然はくぜんとした不安感は一掃いっそうされ、やる気は増し、希望に燃え、世の人びとと逢あいたくなる。

かつて、私は、この世の中には争いと悲しみしかないと思っていた。しかし、その私が、今までに思ってもみなかった幸福な世界があることを知るようになる。

知らず知らずのうちに、私は、日常生活の中で直面する出来事に、巻物の中に説とかれてい
る方法をもって、対処している自分の姿を見いだすようになる。そしてまもなく、それらの
行動や反応が、ごく簡単かつ自動的に行なえるようになる。なぜなら、反復はんぷくされた練習の効
果は、いかなる行為も容易にするからである。

こうして、新しい良い習慣は私の内に誕生する。なぜなら、絶えざるくり返しにより、そ
の行為が容易になると、それを行なうことが楽しみになるからである。楽しみになるゆえに、
私は自然にそれをくり返し行なうようになる。何回も行なうゆえに、それは私の習慣になり、
そして、私はその習慣の奴隷どれいになる。そして、それは良い習慣であるゆえに、私の意志にな
るのである。

今日、私は新しい人生を始める。

私は、自分の新しい人生の人間的成長を妨げるような行為は一切しないことを、おごそかに誓う。

私は巻物を読むことを、一日たりとも欠かさない。なぜなら、失った一日はけっして取り戻すことはできないし、また、他の日をもつて、それと取りかえることもできないからである。私は、この習慣を破つてはならないし、また破るつもりもない。また、この毎日の習慣を続行する労力などは、この習慣がもたらす成功と幸福の喜びを思えば、とるに足らない些細なことである。

私は、巻物の言葉をくり返し読むとき、それらが簡潔であり、単純であるからといって、軽んじてしまうようなことは一切しない。

ワインが作られるためには、何千粒のブドウが壺にしばられ、そのしぼり滓は鳥に投げ与えられる。歳月をかけて作られる知恵の果実も同様である。多くのものは濾過され、その滓は風の中へ投げ捨てられる。残った純粹の真理のみが熟成され、ワインすなわち真実の言葉となつて残るのである。

私は、巻物に指示されたように、これを成功の種と一緒に一滴も余さず飲みほす。今日、私の脱ぎすてられた古い皮膚は、塵となつて消えてゆく。

私は颯爽と、人びとの間を歩いてゆく。しかし、たぶん彼らは私に気がつかないであろう。なぜなら、私はすっかり生まれ変わり、まったく新しい人生を歩きはじめた人間だからである。