

「不変の処世訓」をマンガで解説！

『決定版 菜根譚がマンガで3時間でマスターできる本』9月9日発売

有限会社明日香出版社（東京都文京区）は9月9日（月）に、
ビジネス書の新刊『決定版 菜根譚がマンガで3時間でマスターできる本』（著・吉田浩）を発売します。



本書の概要

中国・明の末期に洪自誠によって作成された随筆集『菜根譚』を、現代のビジネスパーソンに向け「マンガ付き・見開き完結」でまとめた一冊です。

菜根譚は故・野村克也氏が愛読するなど処世訓の最高傑作として知られますが、マンガがついた平易な内容の書籍は珍しいものとなっています。

ゆとりをもってしなやかに生きるためのヒントが詰まっているので「悩みを抱えている人」や「日々休まらないと感じている人」に効く言葉が満載です。

『菜根譚』の入門として、また教養として大まかに知っておきたいという方にもおすすめです。

著者略歴 吉田浩（よしだ・ひろし）

株式会社天才工場 代表取締役 1960年生。法政大学文学部卒。総合警備保障 東京研修所教官、財団法人ふるさと情報センター主任研究員を経て、1999年、編集プロダクション 天才工場設立。2004年、NPO 法人『企画のたまご屋さん』設立。32年間で1,800冊以上の本をプロデュース。童話作家・ライターとして自身でも200冊以上の本を上梓する。

監修者略歴 渡邊義浩（わたなべ・よしひろ）

1962年、東京都生まれ。文学博士。早稲田大学理事・文学学術院教授。学校法人大隈記念早稲田佐賀学園理事長。専攻は「古典中国」学。著書に『魏志倭人伝を読む』（中公新書）、『三国志辞典』（大修館書店）などがある。訳書の『全譯後漢書』（全十九巻、汲古書院）で、大隈記念学術褒賞を授与された。

書名

決定版 菜根譚がマンガで3時間でマスターできる本

著者 / 監修者 吉田浩 / 渡邊義浩

ページ数 216 ページ

本体価格 1600 円

判型 A5 並製

ISBN 978-4-7569-2234-2

もくじ

※詳細は2ページ目に記載

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 第1章 人生は心の持ち方しだい | 第6章 日々コツコツ自分を磨く |
| 第2章 与える人になる | 第7章 執着を捨てる |
| 第3章 豊かな心で生きる | 第8章 逆境を飛躍のチャンスにする |
| 第4章 信頼される人になる | 第9章 素朴に生きる |
| 第5章 臨機応変に対応する | 第10章 家族の調和を大切に |

有限会社明日香出版社

〒112-0005 東京都文京区水道 2-11-5

<https://www.asuka-g.co.jp/>

もくじ (全項目)

第1章 人生は心の持ち方しだい

- 1 幸福は自分で引き寄せる
- 2 私利私欲を捨て、正しい道を歩く
- 3 苦言は人を成長させてくれる
- 4 自分の値打ちは自分で決める
- 5 不安にとらわれず無心で生きる
- 6 準備万端に整えておく
- 7 心の中の邪念に打ち勝つ
- 8 「中庸」の精神で生きる
- 9 明るく澄み切った心を持つ

第2章 与える人になる

- 10 人に譲る気持ちを持つ
- 11 名誉は独り占めしない
- 12 見返りを期待しない
- 13 与えた恩恵は忘れる
- 14 功績は人に譲る
- 15 「人のため」は「自分のため」
- 16 大変なときほど、人のために行動する
- 17 目の前の仕事に精一杯取り組む

第3章 豊かな心で生きる

- 18 毎日、心に喜びを持とう
- 19 静寂の中で本来の自分を取り戻す
- 20 心のゆとりと適度な緊張感を保つ
- 21 「なるようになる」と笑って生きる
- 22 平穏無事こそが最高の幸せ
- 23 人生は、持ちつ持たれつ
- 24 自分に厳しく、人に優しく
- 25 自然の中で真理を学ぶ
- 26 何事もない毎日にこそ感謝を
- 27 幸せはお金や名誉からは得られない

第4章 信頼される人になる

- 28 後ろ指をさされない生き方をする
- 29 人の心は、皆つながっている
- 30 周囲との信頼関係を築く
- 31 人に対して厳しい態度を取らない
- 32 えこひいきをしない
- 33 人が見ていないところでも行いを慎む
- 34 信念を曲げてまで人に合わせない
- 35 小さなことにも手を抜かない

第5章 臨機応変に対応する

- 36 リスクマネジメントを徹底する
- 37 進化し続ける組織をつくる
- 38 柔軟に変化していく
- 39 ねばり強くチャンスを待つ
- 40 「切り上げ上手」になる
- 41 日頃から健康管理をする
- 42 誘惑に乗らない
- 43 相手の短所は指摘しない
- 44 本心を隠す人には用心する
- 45 自分の才能をひけらかさない

第6章 日々コツコツ自分を磨く

- 46 知ったかぶりをしない
- 47 怒りをコントロールする
- 48 自分の考えを押しつけない
- 49 せっかちにならない
- 50 常に反省する気持ちを忘れない
- 51 安易に自分の意見を変えない
- 52 才能よりも人間性を伸ばす
- 53 人の短所を批判しない
- 54 新しいものに目移りしない
- 55 楽しみはほどほどにしておく

第7章 執着を捨てる

- 56 肩書きだけで人を判断しない
- 57 名誉欲を捨てる
- 58 功績を鼻にかけない
- 59 野心を捨てる
- 60 出世しすぎない
- 61 功績をひけらかさない
- 62 お金に執着しない
- 63 リーダーには「仁」が重要
- 64 欲望に支配されない
- 65 物欲に溺れない

第8章 逆境を飛躍のチャンスにする

- 66 苦勞することには意味がある
- 67 「どん底」は「チャンス」である
- 68 逆境は人生の「良薬」
- 69 失敗や挫折が成功につながる
- 70 行き詰まったら、初心に戻る
- 71 困難な道でも、あきらめない
- 72 苦勞の中にこそ喜びがある

第9章 素朴に生きる

- 73 暴飲暴食を避ける
- 74 素朴な生き方を心がける
- 75 実感を大切にす
- 76 物に使われない
- 77 心が充実していれば、物欲はなくなる
- 78 分不相応な欲を持たない
- 79 正直に生きる
- 80 ゆとりを持って行動する
- 81 ないものねだりをしない
- 82 質素な生活を心がける

第10章 家族の調和を大切にす

- 83 家庭のあたたかさを大切にす
- 84 親は子を慈しみ、子は親に孝行する
- 85 日々感謝の気持ちを持つ
- 86 過ちをとがめない
- 87 幸せは心の持ち方ひとつで変わる
- 88 喜びの気持ちを持って暮らす
- 89 心のあたたかい人は幸せに恵まれる
- 90 幸せも不幸も、すべて人生に必要なこと

有限会社明日香出版社

〒112-0005 東京都文京区水道 2-11-5

<https://www.asuka-g.co.jp/>

