

# 自分にとって本当に大事な価値観がわかる究極の質問（1）

📍 **今のままだと死ぬ前に後悔しそうなことを考えよう！**



\_\_\_\_\_ を恐れてムダに時間を費やしすぎてしまった

\_\_\_\_\_ のための時間をほとんど使わずに生きてしまった

時間が戻せるなら  
今までやらなかった \_\_\_\_\_ がしたい

▶ **ということは、本当は人生の中で何をしたいのか？ 具体的に今から何をどう始めていきたいか？**

余命があと1年だとしたら……  
何をしたい？ 何をしなかったら後悔する？

あと数分しか生きられないとしたら……  
最後に誰に連絡する？ そして何て言う？

▶ **ということは、今から何をどう始めたい？**

▶ **ということは、今から何をどう始めたい？**