

「芯」とは、自分が生きていくための原理原則だと書きました。守り抜かなくてはいけない、たった一つのもので

す。多くの言う「芯」とは、自分に課したルールとか、信条とか、流儀とか、そういったものではありません。

若い人に向けた人生の指南書には、「自分を律するために、マイ・ルールを決めましょう」などと書かれていることが多いようです。

- ・朝7時には起きる
- ・夜更かしはしない
- ・睡眠は6時間以上
- ・朝食は抜かない
- ・2紙以上の新聞に目を通す
- ・やけ酒は飲まない
- ・休日には体を動かす……
- ・といった生活習慣に関することから、その日の仕事は翌日に持ち越さない
- ・一日に一度は上司と会話する
- ・酒席で仕事の話をしない……
- ・といった仕事にまつわることで、推奨されるルールは多岐にわたっています。

このどれもが至極もつともなことなので、すべてのルールを守れば「しつ

いった行動をとっても仕方ありません。

それどころか、立場を守ることに執着して、臆病になったり、計算高くなったりしている自分に嫌気がさすかもしれない。

自分に嫌気がさす。自分が嫌いになる——それは、とても悲しいことです。では、どうすればいいのか。

結論を先に言えば、「自分に負けない」ことだけを考え、動じないことでは、無責任に聞こえてしまうかもしれませんが、仮にあなたがリストラされ

捨てる練習

文 弘兼憲史

text by Kenshi Hirokane

かりした生活を送っている」と褒められるかもしれません。

ですが、その一方で、「品行方正なのはわかるけれど、付き合いくいやつ」と思われるかもしれません。そしてなにより、自分自身がたくさんルールの縛られていることに、息苦しさを感

じ始めるのではないのでしょうか。充実した生活を送るためにルールを決めたはずが、いつの間にか「ルールを守る」ことが目的になってしまっている。ルールを守るために窮屈な生活を送るなんて、本末転倒。まったく意味のないことです。

だからぼくは、「守るべきものはたった一つでいい」と言いたい。たくさんルールのルールも、守るべき信条も流儀も、保つべき面子も要りません。「芯」さえ、ぶれなければいいのです。

では、「芯」とは何でしょう。ぼく自身は、たった一つ、「自分に負けない」あるいは「自分に勝つ」ということを、生き方の「芯」に据えています。

言い方を変えれば、自分に負けなければ、自分を誤魔化さなければ、自分に妥協しなければ、あとはどうでもい

い——。

そう割り切ってしまうことが、シンプルな考え方、生き方を生み出すので

す。

例を挙げましょう。長引くコロナ禍の影響もあって、仕事を失う人が多くなっています。中小企業だけでなく、大企業も例外ではありません。

2021年から翌年にかけて、ホンダ、パナソニック、オリンパス、東芝、デサント、日本たばこ産業、フジテレビ、博報堂、近鉄グループ……といった大手企業が早期退職者を募集するなど、リストラに取り組んでいます。

そんなニュースを聞けば、明日は我が身と身構えてしまうかもしれません。「ぼくはまだ若いし、会社に貢献しているはずだ」という自信のある人でも、絶対に自分は対象外だという保証がない以上、不安を完全に拭い去ることはできないからです。

だからといって、上司の顔色をうかがったり、発言に耳をそばだてたり、同僚の仕事ぶりを気にしたり……と

たととしても、そこに至るまでの経緯において「自分に勝つ」ことができていれば、その結果を潔く受け入れることができるはずで

す。一方、リストラに怯え、自分ではなく周囲のことばかり気にしているうちにその日を迎えれば、「俺はいつか何をやってたんか」という後悔に苛まれ、自己嫌悪に陥ることでしょう。

この両者の違いが、「芯」があるかないか——というわけです

Profile

1947年、山口県生まれ。早稲田大学法学部卒業。松下電器産業(現パナソニック)に勤務後、74年に『風薫る』で漫画家デビュー。『島耕作』シリーズや『ハロー張りネズミ』『加治隆介の議』など数々の話題作を世に出す。『人間交差点』で小学館漫画賞(84年)、『課長島耕作』で講談社漫画賞(91年)、講談社漫画賞特別賞(2019年)、『黄昏流星群』で文化庁メディア芸術祭マンガ部門優秀賞(00年)、日本漫画家協会賞大賞(03年)を受賞。07年には紫綬褒章を受章。人生や生き方に関するエッセイも多く手がけ、『弘兼流60歳からの手ぶら人生』(海竜社)、『弘兼流やめる!生き方』(青春新書インテリジェンス)などの著書がある。



捨てる練習
プレジデント社
708円(税込)

本気で、やらなきゃ、 「夢」に悪い

さだまさし

夢、という奴は、とてもやっかいだ。

時々頭の中をわっと駆け抜けては消える。

それを忘れられたらいいのだが、どうも性格的に、忘れられないタイプらしく、それにこだわる。

早い話が洒落の一種だ。

ところが、冗談や洒落は、頭の中で処理する分には、可笑しいけれども、少しも面白くない。

実際に何かを本気で突入して初めて面白い、と思える。

ましてや「夢」となると大変だ。

脇で見ている奴は気でも違ったかと思うくらい、

本気でやらなきゃ、「夢」に悪い。



『さだ語録』
(セブン & アイ出版)
630円(税別)
※セブン & アイグループ限定発売中