

エッセンシャル思考と文章を書くときの第一原則。

『エッセンシャル思考』グレッグ・マキューン著 (かんき出版)

『理科系の作文技術』木下 是雄著 (中公新書)

深夜にネットショッピングに興じたり、Facebook や Twitter のタイムラインを気にしたり、あれもこれもと引き受けてしまった仕事のメールや、友人から Line のプッシュ通知がひっきりなしに送られてきたり…。この 10 年で、私たちのライフスタイルとその選択肢は急激に増えたとされています。

そのせいで、多くの人は大事なものが見えにくくなってしまったのでしょうか。ピーター・ドラッカーは次のように述べています。

「数百年後の人びとがわれわれの時代を振り返るとき、歴史家の目にとまるのは技術やインターネットよりも、人びとの状態が大きく変わってしまった事実だろう。歴史上初めて、大多数の人びとが選択肢を持つことになったのである。ただし、社会ははまだ、そのような事態に対応できていない。」

心理学で“決断疲れ”などと呼ばれますが、私たちは、これまでになく多くの選択肢をもつことで、その数に圧倒され、何が大事で何がそうでないかを見分けられなくなっているのかもしれない。

オーストラリアのホスピスで看護師をしていたプロニー・ウェアさんは、死を迎える患者たちに、最後に後悔していることを聞き、記録し続けました。その結果、もっとも多かった答えは「他人の期待に合わせるのではなく、自分に正直に生きる勇気がほしかった。」

2005 年 6 月、スティーブ・ジョブズがスタンフォード大学で行ったスピーチでも、同様のメッセージを卒業生に贈っています。「君たちの時間は限られている。だから自分以外の他の誰かの人生を生き、時間を無駄にしてはいけない。その他大勢の意見・雑音に、自分の内なる声、心、直感を掻き消されるな。」

今回紹介する『エッセンシャル思考』の著者、グレッグ・マキューンによると「エッセンシャル思考とは“より少なく、しかしより良く”を追求する生き方。世の中には、ありとあらゆる仕事やチャンスが転がっている。その多くは悪くないものだし、かなり魅力的な話も少なくない。だが、本当に重要なことはめったにない。」

この思考の狙いは、本当に重要なことを見定め、大事なこと以外はすべて断る勇気を持ち、自分の時間とエネルギーを最も効果的に配分し、重要な仕事で最大の成果を上げることにあります。

存在感を示そうと、あるいは NO と言えず、どんなに無茶なスケジュールでも「やります」と答え、到底やりきれない量の仕事を抱え込



んでしまったり。山のような仕事をこなしているようで、精度は落ち、瑣末な作業に追われるばかりで何の成果も見えない、なんてことありませんか(私はしばしばこのスパイラルに陥ってます…笑)。

本書の言う、そもそも全部やろうとは考えない。トレードオフを意識し、何かをとるために何かを捨てる。そうしたタフな決断は、この先やってくる数々の決断の手間を省いてくれます。それができなければ、これでもか！と押し寄せる選択肢の中で、うんざりするほど同じことを問いつづけるはめになるのかもしれない。

物理学者で、日本語教育に関する著書も多い木下是雄(1917-2014)が、論文・レポート・説明書・仕事の手紙の書き方・講演のコツ等を具体的にコーチする『理科系の作文技術』。文章の“うまさ”に主眼が置かれた、ありがちな文章作成読本とは一線を画し、ひたすら“明快・簡潔な表現”を追求した本書は、理科系と銘打ってはいるものの、文系ビジネスマンや小説・エッセイを書きたいと思っている人、あるいは、人気ブロガーを目指している人などにも、きっと新鮮な刺激があるはずです。

「必要なことは洩れなく記述し、必要でないことは一つも書かないのが仕事の文章を書くときの第一原則である。(中略)不要なことは一語でも削ろうと努力するうちに、言いたいことが明確に浮彫りになってくるのである。(中略)一つの文書は、一つの主題に集中すべきものだ。別の主題が混入すると、読者に与える印象が散漫になり、文書の説得力が低下する。」

言わんとしていることは前書とまったく同じだと思うのです。無駄をそぎ落とし、本当に届けたいこと、届けるべきことに集中してはじめて、ひとに伝わる——。さて、木下是雄が本書を通じて成し遂げたかった仕事の成果はどうだったのでしょうか。

あとがきに「この本の読者と想定しているのは、わかい研究者・技術者と、学生諸君だ。」と記されています。本書は 1981 年の初版から、じわじわと版を重ねて累計 95 万部を突破。最近では、大学生協で 2 年連続新書部門 1 位(2012 年～2013 年)になるなど、東大生、京大生等の間でも必読の書となりました。

(2015/3/31 コンサルティング部 K.H)

