



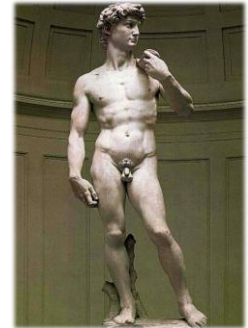
人生の編集力

永田円了

Edit Your Life

その昔、ミケランジェロは言った。「私は大理石の中に天使を見た。石を削ってそれを解き放った」。編集作業とは、まさにこのことを言う。余分なものを排除することによって、大切なものを取り出す作業。情報過多の現代、自分にとって何がより大事なもののなか。多数の瑣末なことの中から、少数の重要なことを見分ける、この人生の編集力がいま問われている。

人間の脳は、無意識に1秒間に4,000億個の情報を処理していることが分かっている。しかし知覚できるのは、わずか2,000個の情報。つまり今この瞬間も、人の脳は凄まじいスピードで編集作業をしているということになる。この無意識の編集作業を支配するものは、自らの価値観 — 過去の経験、自分の思い、自分の感情、というエゴの範疇にあるもの。これを、**無意識から意識的に人生編集**ができないか、というのが今回のテーマである。



編集の4原則

仕事や生き方を編集することは、映画や文章を編集するより少しやっかいだ。時間を遡って自分のセリフを書き直すことはできない。終わった会議やプレゼンをなかったことにすることはできない。しかし、それでも次の編集4原則を知っておくと、人生がよりクリアなものになる。



1) **削除する**； 山ほどある日々の仕事の中で、本当に重要なのは一つか二つ。最も重要なものに最大のエネルギーを費やすために、他はできる限り思い切って減らす。ただ減らすだけではなく、減らしながら価値を増やすのである。舞台上スポットライトを当てるのは、一番大事なものを提供するために、その他を削除しているのである。

2) **凝縮する**；「すみません、もっと時間があつたら、もっと短い手紙が書けたのですが、。」優れた編集者は、コトバを減らすことにこだわり抜く。それはあたかも絞り抜かれた美しい身体のように。

3) **修正する**；間違いを正すことである。今までの習慣的な思考にメスを入れることである。事例として、立花隆氏の編集力がある。長崎原爆69年目を迎えた昨年、立花隆氏は学生たちに語った。「真の反戦運動は、“赤い屍体” から生まれ出なければならない」と。

4) **抑制する**；作品(人生)に手を入れすぎないこと。何もしないことを選ぶのである。具体的には、話し手になるより、よい聞き手になる。一日の内で、少しの間は頭を空っぽにする時間をつくること。

<事例 DVD>

ドラゴン桜より/テーマの甘さ
いろいろでは分からない/飯塚雅浩(26) 編集カゼロ
甘っちょろい現実/一期一会キミに聞きたい
キング牧師のスピーチ/I have a dream
オバマ大統領のスピーチ/2004年民主党議員時代の伝説のスピーチ
チャンクムの誓い/チャンクムの編集力: 医術こそが私の道
島根県海士町の編集力/町作りは人作り
内モンゴルの子供たちの編集力/将来何になりたいか
井上ひさしの編集力/笑いを人生の中心に
白い巨塔/医療過誤裁判での弁護士の編集力
立花隆の編集力/赤い屍体 vs. 黒い屍体
映画「Ray」より/母の編集力: 何もしないことをする
歌・映画「グローリー」/初の黒人部隊54連隊の編集力
グレッグ・マキューン著「エッセンシャル思考」Essentialism (本)

