

はじめに

私はこれまで、「幸せな成功」を収めている人々に強い興味を持って生きてきた。ここで「成功」の前に「幸せ」を加えた理由は、外見上は成功しているように見えても、心の中では不幸せな人もいるからだ。お金持ちになったり、高い地位を得たりしていても、内面では満たされていない人もいる。

この本を書くことを決めてから、多くの人に話を聞いたり、過去に出会った「この人の生き方は素晴らしい」「この人と一緒に仕事をしたい」と思った人々を思い返した。そして、そんな人たちの共通点は何だろうかと考えた。私が考える「幸せな成功」の定義は次の3つである。

- 1 天職を手に入れていること
- 2 周囲から感謝されながら生きていること
- 3 自分が納得できる報酬を得ていること

中でも最も重要なのは、「天職を手に入れていること」だと私は思う。なぜなら、感謝されることや報酬は、天職を手にしれば自然と後からついてくるものだからだ。

医療技術の進歩により、人々は長生きするようになった。この本を手にとった20代から40代の読者の方も、おそらく100

歳まで生きることになるだろう。そう考えると、「天職を手に入れること」が非常に重要になる。どんなに高給や高い地位があっても、毎日が嫌でたまらない仕事では、何年も続けられないし、決して幸せな気分にはなれない。

では、「天職」はどうやって手に入れられるのだろうか？好きな仕事を続ければ「天職」になるのだろうか？

多くの人は、「天職を手に入れる」ためには好きなことを探すことが必要だと誤解している。そうして、「好きなこと探し」の旅に出るが、この旅はしばしば長いものになる。40代や50代になっても、まだ好きな仕事に出会えない人もいる。同窓会で「なぜ自分の友人はいきいきと仕事をして、感謝され、お金も得ているのに、自分は違うのだろうか」と感じることもあるかもしれない。そういう人は大抵、こんな風に思っている。

「自分だって、良い人生を送りたくて、一生懸命好きな仕事を探してきた。20代の時に憧れていた会社に入って、それなりに頑張った。でも、どこかで本気になれない自分がいたんだ。自分が本気になれない理由は、実はこの仕事が好きではないのかもしれないと思っていたからだ。だから、30代になっても「本気になれそうな仕事」を探し続けた。でもまた、その仕事にも夢中にはなれなかった。

一方で、同じような学歴と経歴で入社した同期は、毎日楽しそうに会社に来ている。周りとは激論を交わしたり、お客さんとのぎりぎりの交渉をしたり、時にはつらい思いをしながらも、少しずつ何かを掴み始めている。少なくとも自分から見れば、

彼はその仕事を通して確実に成長している。でも、自分はどうだろう。こんなに夢中になれない。夢中になれないのはやっぱり、この仕事を好きになれないからだ。絶対どこかに、自分の好きな仕事があるはずだ。」そうして、この人はまた、好きな仕事探しの永遠の旅に出てしまう。

この人は「幸せな成功」を手に入れることが出来るだろうか？ 私にはそう思えない。

この本のタイトル「gALf」の4文字の中で、AとLだけが大きく書かれていることに気づいただろうか。実は、ここに本書の最も重要な部分がある。Aは「Able（できること）」、Lは「Like（好きなこと）」を指している。一言でいえば、gALfとは、「自分が出来ること（Able）を大きく、深くすることで仕事を好き（Like）になろう。その時にg（やり抜く力）とf（羅針盤）が大きな役割を果たす」というフレームワークだ。私はこのAとLの関係が、「天職」そして、「幸せな成功」に深く関係していると考えている。詳しくは、本書を読み進んでいただければ、この4文字の意味とつながりについて深く理解いただけると思う。

例外はあるが、私が出会ってきた多くの幸せな成功者たちは、若い頃に「好きなこと探しの旅」には出ていなかった。彼らは、様々な「できること」を探求し、磨いていたのだ。若い時に、難易度が高く、他の人があまり注目していないAble（できること）を多く作ってきた人たちは、それらの一つひとつが熟成

し、何かのタイミングで、そのAbleと別のAbleがつながり、それがその人の独特の存在感になってくる。これが人生の面白さであり、難しさでもある。そうした経験から学んだことを、私が尊敬し信頼する人々との対話を通して、この本にまとめてみた。

人生に正解はない。この本は成功の方程式ではないが、「幸せな成功」を収めている「gALfな人々」から学ぶこともあるだろう。そんなことを考えながら、この本のページをめくっていただけると嬉しい。本書が、新しい価値観の時代に生きる読者の「幸せな成功」の知恵になることを祈りつつ。

彼はその仕事を通して確実に成長している。でも、自分はどうだろう。こんなに夢中になれない。夢中になれないのはやっぱり、この仕事を好きになれないからだ。絶対どこかに、自分の好きな仕事があるはずだ。」そうして、この人はまた、好きな仕事探しの永遠の旅に出てしまう。

この人は「幸せな成功」を手に入れることが出来るだろうか？ 私にはそう思えない。

この本のタイトル「gALf」の4文字の中で、AとLだけが大きく書かれていることに気づいただろうか。実は、ここに本書の最も重要な部分がある。Aは「Able（できること）」、Lは「Like（好きなこと）」を指している。一言でいえば、gALfとは、「自分が出来ること（Able）を大きく、深くすることで仕事を好き（Like）になろう。その時にg（やり抜く力）とf（羅針盤）が大きな役割を果たす」というフレームワークだ。私はこのAとLの関係が、「天職」そして、「幸せな成功」に深く関係していると考えている。詳しくは、本書を読み進んでいただければ、この4文字の意味とつながりについて深く理解いただけると思う。

例外はあるが、私が出会ってきた多くの幸せな成功者たちは、若い頃に「好きなこと探しの旅」には出ていなかった。彼らは、様々な「できること」を探求し、磨いていたのだ。若い時に、難易度が高く、他の人があまり注目していないAble（できること）を多く作ってきた人たちは、それらの一つひとつが熟成

し、何かのタイミングで、そのAbleと別のAbleがつながり、それがその人の独特の存在感になってくる。これが人生の面白さであり、難しさでもある。そうした経験から学んだことを、私が尊敬し信頼する人々との対話を通して、この本にまとめてみた。

人生に正解はない。この本は成功の方程式ではないが、「幸せな成功」を収めている「gALfな人々」から学ぶこともあるだろう。そんなことを考えながら、この本のページをめくっていただけると嬉しい。本書が、新しい価値観の時代に生きる読者の「幸せな成功」の知恵になることを祈りつつ。

目次

「天職・感謝・お金」を手に入れている人の gALf(ガルフ)な生き方

はじめに2

第 1 章

働くことの意味ってなに？13

「働く」って、
こんなにしんどいものなの……？14

組織にいる以上は、歯車のひとつである15

受け身の姿勢が歯車を錆びつかせていく16

輝く歯車になるか、錆びついた歯車になるか19

今、頑張っていることは
本当に意味あるの？23

あなたを突き動かすものは？24

価値を生み出す人が手に入れる HAM(ハム)の法則25

Honmonoの仕事を手得するには29

HAMの中で最も重要なものはHである31

同期と差がつき始めているけど、
このままで良いの……？35

キャリアの8割は偶然から生まれる36

行動や努力がただの偶然を機会へと変える39

偶然の出来事を機会と捉えられるか41

「良い偶然」はどうしたら訪れるの？44

行動によって偶然の起こりやすさは変わってくる45

大谷選手は「良い偶然」の達人？47

偶然を成功の機会に変える人に共通する
gALfな生き方49

第 2 章

「好き」と「できる」の関係性55

「できること」と「好きなこと」、
卵が先か、鶏が先か？56

「好きを仕事に」の落とし穴57

AからLに伸びる矢印の謎60

「できる」が「好き」を呼び寄せる？61

「好きな仕事じゃないと頑張れない」は本当だろうか？63

情熱に火がついて回り始める ALPA (アルパ) サイクル …64	
Able とフローの気になる関係 ……69	

できるようになったけれど、 好きではない場合は……？ ……75	
--	--

Able から Like にはすぐには変化しない ……76	
Able を手に入れること自体が偶然から始まる ……78	

目の前のことに一生懸命取り組めば gAlf になる？ ……84	
--	--

がむしゃらに頑張っていれば良いという話ではない ……85	
ジョブ・クラフティングのススメ ……87	
Able を手放す勇氣 ……90	

第 3 章

「やり抜く力」とは？ ……95	
------------------------	--

「やり抜く力」って根性論？ ……96	
---------------------------	--

IQ の高い人が良い成績をとるとは限らない ……97	
GRIT を構成する 4 つの要素 ……98	
“ひと皮むける体験” に挑むには ……102	
小さな「変」の積み重ねが成長へと「化」ける瞬間 ……105	

スーパースターも受け入れる 地味で孤独な「意図的な練習」 ……109	
やり抜く力の発揮は、機会の獲得につながる ……112	

何ごとも才能次第では？ ……115	
--------------------------	--

成功の裏には「才能」だけでなく「やり抜く力」がある ……116	
物事の受け止め方を左右する 2 つのマインドセット ……120	
マインドセットをしなやかにするには ……123	

GRIT を高めることはできるのか ……128	
--------------------------------	--

双子でも GRIT の程度は異なる ……129	
「やり抜く力」を支える楽観主義 ……130	
GRIT を鍛えるアクションとは ……133	
ALPA サイクルに問われる主体性 ……138	
誤った GRIT になっていないか ……140	

第 4 章

「どう生きるか？」を定めよう ……147	
-----------------------------	--

人生の羅針盤を手に入れるには？ ……148	
------------------------------	--

「どう生きるか」をガイドする foresight ……149	
--------------------------------	--

foresight を構成する 3 つの視点	152
①鳥の目—Purpose of Life	156
あなたはどのレンガ職人のタイプに近い？	159
なぜ働くのか？	162
②虫の目—Intuition	165
日々過ごす中で“問いを立て”最適解を“考える”	167
あなたからは見えない世界の存在	168
直観力を支える力	170
つながりを妨げる 3 つの罫	178
③魚の目—GAD = VUCA を生き抜く力	182
古いシステムをアンラーンする	192
誰もがリーダーシップを発揮できるだけの 自律が問われている	194

第 5 章

gALf な人に近づくために

良い偶然を生む gALf な人には どうしたらなるのか？	200
gALf は互いに関係し合い、同時多発的に発達していく	200
未来を変えたければ、今を変えることだ	202
gALf な生き方に近づく 4 つのステップ	203

ステップ 1 尊敬する人を gALf を通して分析する	206
結局のところ、gALf な人とは	206
ワーク 尊敬する人の gALf 分析	208
憧れの人になりきって gALf な振る舞いを習得する	210
ワーク 尊敬する人の思考を反映する	211
ステップ 2 自身の「ものさし」を手に入れる	212
“自分自身の”ものさしを経験を通じて発達させる	212
人生のハンドルを握るのは、“あなた”だ	213
セルフトークで自らに呪いをかけていないか	214
ワーク セルフトークを書き換えよう	218
ステップ 3 どの Able を大きくするのかを考える	222
あなたの仕事に対する受け止め方を明らかにする	222
ワーク My Job	223
ワーク テクノロジーの進化が私に及ぼす影響	226
ステップ 4 どう生きたいかをイメージする	228
課題ではなく、あり方に目を向けよ	228
ワーク Vision Exercise	229
おわりに	226
gALf な生き方を目指す方へ おすすめの TED と書籍	240