

○ 計画とは防御である

「現実には多くの場合、自分に不都合なものになる。だから、それを甘んじて受け入れるのではなく、望みどおりに作り直さなくては、けっしてしあわせになれない」

最初の問い

「本当に計画が自分を守ってくれるのか？」

この防御策が功を奏するための5条件

- ① 目標を変える必要がない。
- ② すでに多くの人がある目標を達成した実績がある。
- ③ 目標を実現するための手段のほとんどが、すでに明確になっている。
- ④ 計画したことが、自分の好不調や環境の変化にそれほど影響を受けない。
- ⑤ 目標を達成すれば、確実に第三者から評価してもらえる。

受験勉強の例

- ① 「志望校に合格する」という目標は不動。
- ② 毎年、多くの受験生が合格している。
- ③ 教科書や参考書、塾などで得られる情報を理解し、記憶すればいい。
- ④ 創作活動とは違って、どれだけスランプがきても勉強はできる。コロナ禍や天災があれば試験日が変更される。
- ⑤ 合格すれば周囲の人たちに褒めてもらえる。

でも、これら5つの条件を満たす職業はまずない。

だとすれば、この5条件にあてはまらない仕事に就く人は、計画のメリットよりもデメリットに目を向けるべき。

- ① 計画志向の報酬はつねに未来にある。必然的に「いま」という時間はすべて手段になってしまう。

一期一会の人や機会を「自分の目標を達成するために、貢献するかしないか？」の損得勘定で決めてしまう。

唯一のリアルな時間かつ、唯一の報酬が得られる時間「いまここ」を滑るように過ごしてしまう。

②「どうなるのがしあわせか？」の答えを、本当のことを知らない自分で先に決めてしまう。

お気に入りのシャツを買う話。

相対欲が入る話。

なぜ、多くの人がこの方法に頼ろうとするのか？

「現実には多くの場合、自分に不都合なものになる。だから、それを甘んじて受け入れるのではなく、望みどおりに作り直さなくては、けっしてしあわせになれない」

その前提には「自分は弱く儂い存在」「自分以外の人々は信用ならない」「この世界は自分に厳しく過酷なものだ」という認識がある。

計画という防御策を講じた瞬間に、私たちにとって「弱い自分」と「危険な世界」が現実になる。

計画とは「恐れや不安に基づく選択」

シャツを買うのに、恐れや不安が混ざるとどうなるか？

なぜ計画を手放すほうがいいのか？

- ・ 計画に頼った瞬間に「弱い自分」と「厳しく過酷な世界」が確定するから。
- ・ しあわせは「いまここ」にしかないのに、計画はそれをつまらない手段にするから。
- ・ 現実を見ながらでないと、本当のことはわからないのに「自分はこうあるべきだ」と先に決めてしまうから。
- ・ 「恐れや不安に基づく選択」をすると、本当は必要のない余計なことを多くやってしまうから。

○ ノープランで行こう！

Step 1：本当のことはわからない！

- ・ 自分がどのような存在で、何を好み、どんな役割に就くとしあわせなのか、いまはまだわからない。
- ・ 未来に何が起こるかわからない。
- ・ 誰のどのような依頼が自分をしあわせな役割に導いてくれるかわからない。
- ・ たとえ失敗に見える出来事であっても、それがどんな結果をもたらすかの因果関係はわからない。

Step 2：大まかなビジョンをもつ！

「旭川動物園に行く！」ではなく「北に向かおう！」

Step 3：基本の型を実行する！

「現実にかかることを見て、自分が何を感じるかだけを信じて、次の行動をひとつ決める」

<信じるもの>

- ・ インスピレーション
- ・ 気づき
- ・ 心地よいか、気持ちわるいかの感覚

<信じないもの>

- ・ 効率
- ・ 生産性
- ・ 自分で期間を定めて測定した結果

<歓迎すべきもの>

- ・ 紆余曲折
- ・ 後戻り
- ・ ビジョンの修正

Step 4：約束と依頼は最優先する！

「自分」と「他の人」と「この世界」がひとつになって、私を最適な場所に運んでくれる。

「大海を前にして、ひとりで小舟を漕いでも難破するだけ」

引力=Attraction=魅力

計画志向との最大の違いは「割り込みがない」こと！

「空想の期限」を決めると「破られるのがあたりまえの約束」になる。

☆ 人生は線形には進めない。リアルで複雑な曲線を描きながら歩いて行く！

起こりえる疑問

「そんなやり方をしていたら、時間ばかりかかって、あっという間に歳をとってしまうじゃないか！」

・ シャツの実物も見ずに「これが好きに違いない！」と想像した直線を、自分にむち打ちながら、孤軍奮闘で突き進む。

・ 紆余曲折に見えるかもしれないけど、川の流れに乗るように、すべてのプロセスで「いまここ」のキラキラを感じながら進む。

どちらがいい？

ノープランの素敵な点

- ・ 実行されないタスク、先送りされるタスクがなくなる。
- ・ 自分の人生に現れるすべての登場人物を大切にできる。
- ・ 基本的に「結果」「失敗」という概念がなくなる。
- ・ 「いまここ」でいつでもキラキラしたものに出会える。

○ 計画のある組織の中でのノープラン

計画とは防御だと認識して、組織の「恐れや不安」を赦す。

点と点のあいだをノープランで実行して「いまここ」の報酬を満喫する。

どうすれば、約束が守られるかを見守る人になる。

→「破られるのがあたりまえの約束」に気づける人。

できれば、計画のわびさびを知る番人として、勇気ある修正の提案者になる。