

≡≡≡
「週何回来れるか」ではなく、
「全体を週で割ると何回か」と考える。

私は今、ダンスを習っています。

ボールルームダンス（社交ダンス）と言って、正装して舞踏会で踊るダンスです。毎日ボウリングにも行っているので、時間のやりくりが大変です。

私の場合、マン・ツー・マンで指導を受けるようにしているので、どれぐらいのペースでレッスンを受けるかは自分で決めています。

先生に「どれぐらいのペースでやりますか」と聞かれました。

ある人は「週どれぐらいだったら来られるかなあ」と考えるでしょう。

これでは、時間の使い方としては間違いです。

いつになっても時間が足りなくて、スケジュールが決まりません。

「週何回ぐらいだったら来られるかな。○曜日は会議があるし、△曜日は出張だし…

第1章 「思った」よりも、「やってみた」。

…」と考えていくと、時間なんてつくれません。

そういう時は短期目標を立てましょう。

最終的には、ダンスが上達することが目標です。

でも、「3カ月後にダンスの会があるので、それまでにある程度踊れるようになりたい」というような短期目標を定めるのです。

その時までに踊れるようになるには、トータルで何時間のレッスンを必要かを考えます。

先生が「〇時間ぐらい必要ですね」と言います。

その時間を3カ月という月数で割ると、1カ月の練習時間が決まります。

1回の授業が1時間半だと、「週〇回やらなければいけない」と導き出せます。短期目標を決めて、ゴールから逆算するやり方で時間割りを組んでいくのです。

こう考えていけば、「では、週2回にしましょう」と決まるのです。

具体的な練習回数が決まると、「週3回にして『貯金』すれば、あとがラクになる」と考えられるのです。

初期のうちに詰めて通っておくと、上達が速まり、うれしくなってもっとたくさん通うようになります。

早く習得できれば、1人でもレッスンができるようになります。

練習が続かない人は、初期の段階で間をあけてしまうので、なかなか上達しません。

習い事の時間がなかなかとれない人は、仕事のダンドリも悪い。

習い事の時間がとれないのは、仕事が忙しいからではありません。

時間に対する取り組み方を逆に考えなければいけないのです。

「時間があいたらやるう」と思っていると、永遠にできません。

仕事でも習い事でも、何かの目標を達成するためには、「何回、何時間必要か」と

いう時間の割り振りを最初に決めることが大切です。

スピード
仕事術

その②

「時間があいたらやるう」を
やめよう。

≡≡≡
プロに練習の時間はない。
1日24時間を練習にあてる。

「本を書く時に下書きをするんですか」と聞かれますが、私は下書きをしません。

下書きをしている時間ももったいないのです。

いきなり書き始めたら、あつという間に書けます。

これは別に天才だからではなくて、下書きを別の形でやっているからです。

誰かと話している間に、話がどんどん整理されていったり、考えが深まっていって、自然とそれが下書きになっていきます。

頭の中で下書きができています。

実は下書きをしていないのではなくて、パソコンに向かって下書きをやっていないだけです。

世の中には、何でもぶつつけ本番でうまく片づけているように見える人がいますが、

実は別の形で下書きをしているのです。

時間を短縮する一番いい方法は、下書きと清書の時間をできるだけクロスさせることです。

私が1冊目の本を書いた時は、まだワープロが普及していない手書きの時代で、清書に莫大ばくだいな時間がかかりました。

この時の原稿は、売れっ子作家ではないので、きれいに清書しなければ編集者に読んではもらえません。

「その時間をどうしたら短縮できるか」というのが悩みの種でした。たとえば漫才の横山やすしさんは、練習しないことで有名でした。

だから彼が天才だというわけではありません。

横山やすしさんは、タクシーの運転手さんとしゃべっている時が、もう漫才の練習なのです。

こういうやりとりをしたらこんな反応が返ってくるというのを、日常生活でいろいろな人としゃべりながら身につけていました。

時間の使い方がうまい人は、「これが練習ですよ」、「これが下書きですよ」のように区別しません。

第1章 「思った」よりも、「やってみた」。

日常生活の1日24時間を、全部下書きにしたり、練習にしていまいます。

24時間全部練習にするというのは、いわば練習をしていないようなものでも、これ以上の練習はありません。

そして、練習や下書きをしないほうが、本番の集中力がつきます。

中尾彬^{あきら}さんがドラマの撮影に行く時、台本を覚えていかないそうです。

「そんなことをしたら飽^あきるだろう。飽きたら芝居^{しばい}はつまらないだろう」と言います。だから、現場で覚えます。

本当はセリフを前もって覚えてはいけないのです。

お芝居は覚えてやるものではなくて、自然なリアクションが大切です。

だから、初めてのほうがいいお芝居になります。

一番いいのは、完璧に練習してきたうえで、すべて忘れてるようにお芝居できることです。

誰でも中尾さんのように台本を読まないで現場へ行つてできるわけではありません。

中尾さんがそれをできるのは、自分を追い詰めるやり方を知っているからです。

緊張感で自分のテンションを上げていくやり方を知っているからです。

24時間りハーサルのもりで、ふだんからりハーサルをやっているからです。

「なるほど、こういう時はこうしよう」と、常にお芝居のことを考えているからできるのです。

ふだん、ごはんを食べたり、お風呂に入ったり、トイレに行ったりしている時間に、役者としての練習をしているのです。

スピード
仕事術

その③

1日24時間、練習しよう。

朝から晩まで一番好きなことを
するのが、一番速い。

好きなことは、意識しなくても、いつまでもやっつけていられます。

逆に嫌いなことは、強く意識しなければ続けられません。

時間の使い方を考える以前に、1日24時間好きなことをしている人が勝ちだと考えましょう。

自分の好きなことをやっつけていけばうまくいきます。

あなたは朝から晩まで好きなことをやっていますか。

私は朝から晩まで好きなことをやっています。

ボウリングにも行くし、本を読むのも、映画を見るのも、本を書くのも、話すのも好きです。

ダンスを覚えたいと思ったらすぐに習いに行きます。

おけいご事も好きだし、女性とごはんを食べるのも好きです。

それは全部私の仕事につながっていきます。

自分自身に対して、「朝から晩まで好きなことだけやっていますか」といつも問いかけています。

これは「朝から晩まで遊んでいますか」ということとは違います。

「仕事なんて面倒くさいからやりたくない」と思う人は、フリーターになるのではなくて、「好きなことだけやっていく」ように気持ちを切り替えてみましょう。

好きなことだけやれば、その人は仕事をしなくてもかまいません。

というより、あなたの好きなことが仕事になっていきます。

「それでは食べていけません」と言う人は、まだ中途半端なのです。

好きなことに集中して誰にも負けないぐらいになれば、それがお金にもつながっていきます。

仕事を辞めたいと思ったら、好きなことをやればいいのです。

好きなことと仕事とを分けて考えている時点で、もうすでに時間の使い方としては根本的に間違っています。

第1章 「思った」よりも、「やってみた」。

スピード
仕事術

その④

朝から晩まで、
好きなことをしよう。