

『楽しくなければ人生じゃない』とは！

— 楽しいから生きるのではなく、生きようとする
姿勢の中に楽しさが芽生えるもの —

本誌編集長 佐藤 公 (さとう たかし)

(2026年錦秋号)

「二冊の本」との出会いで、 生き方に大きな影響が

「楽しくなければ人生じゃない」。ここでいう楽しさとは、楽なことだけをして生きるという意味ではない。いつも笑っていることでもない。自分の気持ちをごまかずに生きること、自分なりの面白さや納得感を見つながら日々を進むことなのだと思う。静かな読書の時間が楽しい人もいれば、人と語り合う時間に生きがいを感じる人もいる。大事なものは、他人の楽しさを借りてくるのではなく、自分の心が何に反応するのかを知ることだ。

現代は、楽しそうに見える生き方があふれている。画面の向こうには、旅行、成功、人気、充実した交友関係が並び、私たちはそれを見て、自分の毎日と比べてしまつ。けれども、見えている楽しさは編集された一場面にすぎない。比べれば比べるほど、自分の感覚は鈍っていく。

本当に必要なのは、誰かの人生をうらやむことではなく、自分の生活の中にある小さな喜びを見つける力だ。楽しさは、遠くにある特別な出来事ではなく、身近なものを新鮮に受け取る感性から生まれる。

結局のところ、この言葉の核心は、自分の人生を他人任せにしないことにある。世間体や常識や比較ばかりを基準にして生きていくと、人生はだんだん他人のものになる。そうではなく、自分は何をしているときに心が軽くなるのか、何を大切にしたいのかを問い続ける。その問いに正直であらうとすることが、人生を楽しくする第一歩なのだ。

「出会いが人生を変える」とよく言われる。人との出会いはもちろんだが、一冊の本との出会いもまた、その後の生き方や働き方に大きな影響を与えるものである。忙しく日々を過ごしていると、自分が何のために働いているのか、立ち止まって考える余裕が失いがちだ。そんなとき、ある言葉が胸に残り、自分の背中をそとと押してくれることがある。

干場弓子氏の著書『楽しくなければ仕事じゃない』は、まさにそつした力を持つ二冊だ。この本は東洋経済新報社から2019年11月に刊行され、「今やっていること」が「好きで得意」になる働き方をテーマにしている。

著者は出版社デイスカヴァー！トウエンティワンの共同創業者であり、長年にわたって多くの本づくりに携わってきた人物。仕事を単なる義務としてではなく、自分の可能性を広げる営みとして捉える姿勢が、この本には貫いて流れている。

「楽しくなければ仕事じゃない」という考え方は、本来、仕事を単なる我慢や生活費を得る手段だけにせず、そこにやりがい、成長、人とのつながり、自分らしさを見いだそうというメッセージだ。また、この言葉は単純に「楽な仕事を選ぼう」と勧めているわけではない。

「楽しい」とは、気ままという意味ではなく、自分の力が誰かの役に立ち、成長の実感があり、困難の中にも手応えを見いだせる状態のことではないか。真剣に向き合うからこそ、おもしろくなる。工夫するからこそ、好きになっていく。そう考えると、仕事の楽しさは最初から与えられるものではなく、自分で育てていくものだと思つた。

東京都健康長寿医療センター研究所の研究でも、中高年期の幸福感には、お金や地位だけでなく、人とのつながりや役割意識、生きがい、深く関わることを示されている。だからこそ、うまくいかない日があっても、捨てる神があれば拾う神がある

と信じ、目の前の人との縁を粗末にしないことが大切である。親しい友人がいること、困った時に声をかけ合える人脈があること、自分もまた誰かの力になれることは、人生の支えになる。苦しい時代を明るく生きるとは、悩みを消すことではなく、支え合いながら希望の火を消さないことなのだと思う。今日を完璧に生きられなくてもいい。明日につながる言を交わし、ひとつ笑い、ひとつ感謝できれば、それもまた十分に豊かな生き方ではないだろうか。

『楽しくなければ仕事じゃない』という本の題名は、いまの自分には、ただこなすために働いていないか。誰かに決められた価値観だけで、自分の仕事を測っていないか。明日もまた向き合いたいと思える仕事の仕方をしているかと問う。

本との出会いが人生訓になるのは、そこに正解が書かれているからではない。自分の心のどこかにあつた思いを、言葉として見つけさせてくれるからである。

最後に「楽しい人生」とは、誰とでも広くながる人生ではなく、心が少し温かくなる関係をいくつ持つてくにかかっている。限られた時間の中で、何に力を注ぎ、誰と生き、どのように働くかを見極めるための、とても真剣な価値観ではないか。