

生きるための表現手引き

著：渡邊康太郎

単行本：280 ページ

出版社：NewsPicks パブリッシング

価格：1,980 円（税込）

はじめに

著者の渡邊康太郎氏は、デザイン・イノベーション会社 Takram のコンテキストデザイナーであり、慶應義塾大学 SFC 特別招聘教授も務めます。

本書は、表現とはプロのアーティストだけに許された特別な行為ではなく、誰もが持つ「内側のものを外に押し出す」営みだという視点から書かれています。杉本博司氏や山口周氏、篠田真貴子氏など、各界の知性から推薦を受けた一冊です。

大人はなぜ表現をやめてしまうのか

多くの大人は、子どものころ絵を描き、歌い、物語を作っていたのに、いつのまにかやめてしまいます。著者はその原因を「役に立つかどうか」「上手かどうか」という評価軸で表現を測るようになったことに見ます。

経済的価値や他者からの承認を求めるうちに、本来「生きるため」にあった表現が遠ざかっていくのです。本書は、そうした思い込みを手放すことから始めるよう読者に促します。

「生きのびる」と「生きる」は、 どこが違うのか

著者が本書の核心に置くのは、「生きのびる」と「生きる」の対比です。「生きのびる」とは、効率や交換可能性を優先し、インフラとしての自分を維持する時間のことです。一方「生きる」とは、かけがえのない体験として自分だけの時間を積み重ねることを指します。

この区別は、歌人・穂村弘氏の著作を引用しながら丁寧に解きほぐされます。表現することは「生きのびる」に費やしがちな日常を、「生きる」時間に変える行為だと著者は述べています。

存在することが、すでに表現である

著者は、表現の定義を「人の存在や行為に起因して生じる変化」と広くとらえます。絵を描いたり文章を書いたりするだけが表現ではなく、日々の選択や関わり方、そこに宿る視点そのものが表現になりえます。本書には「あらゆる創作は、模倣の失敗である」という印象的な言葉も登場します。完全な模倣は不可能であり、そのズレや誤差こそが個性になるというのです。完璧でなくてよい、むしろ「下手でもいい」「つたなくていい」という著者のメッセージは、表現することへの敷居を大きく下げてくれます。

日常のすべてが、 あなただけの表現素材

経営者の日常には、会議の言葉、顧客との対話、チームの変化など、他の誰も持っていない素材が溢れています。著者は「収集はあなたの感性の地図になる」と述べ、気になったことを集め、整理し、発信する小さなサイクルを勧めます。大作を目指す必要はなく、小さな試作の積み重ねが感性を育て、やがて自分の物語の軸になると本書は教えます。仲間や心理的安全性のある場が、表現を続ける土台になることも指摘されています。

手を動かすことで、 生き方が変わっていく

本書は「成長したかどうか」ではなく「変化に気づけたかどうか」表現を続ける指針に据えます。上達よりも変化を見つめること、小さく続けることに価値があるという視点は、結果を急ぎがちな経営者に静かな気づきをもたらすでしょう。弱くても揺らいでいても、自分の光を外に出すことが「生きるための表現」だと著者は説きます。自分や社員の可能性を改めて問い直したい方に、ぜひ手に取っていただきたい一冊です。