

「座右の銘」。それは、生き方に迷ったとき、魂に力を与えてくれる希望の言葉。

あるいは信念が揺らぎそうなとき、初心に帰らせる戒めの言葉——各界で活躍中の方々に伺いました。

あなたの、人生という旅を導く「座右の銘」は何ですか？

撮影／佐野 篤 文／栗原 潤子

いまが  
出発点  
志茂田景樹

いまが  
出発点

三七、八歳のときから色紙や著書に書いている言葉です。「黄色い牙」で直木賞を取ったのが四〇歳のときで、その二、三年前から小説や単行本を出し始めていましたので、もう三五年くらい使っていることになりましたね。

作家をやっていく以上、まあ作家に限りませんが「いつも初心を忘れてはならない」と考えています。そのため、何をやるにしても、いつでも今、このときが出发点だと、

日々、自分自身に言い聞かせているんです。

——ご自身のプロフィールには「年齢・新十二歳」と書かれています。それはどのような思いからなのでしょうか？

僕は一九四〇年生まれですから、二〇〇〇年の誕生日（三月二五日）に六〇歳、還暦を迎えました。いわゆる「人生ひと巡り」。その誕生日に僕は「新ゼロ歳」になると決めたんです。そこから数えて十二年だから「新十二歳」。この本が出るときには「新十三歳」になっていますね。

周りを見てもわかると思いますが、「還暦を迎える」っていうと元気がなくなっちゃうんですね、なんとなく。「自分も還暦になってしまった」と、その時点から老境に入るような意識なんです。

だけど、人間っていうのは気の持

ちようでね、そういう意識だと本当に老境に入ってしまったって、老けこむばかりですよ。人間、いつも「今が出发点」と思えば、年齢なんてあんまり関係ない。「還暦でひと巡り、じゃあその日からふた巡り目だな」と。そのスタートに立ったんだから、新しい「ゼロ歳」じゃないですか。

だから二〇〇〇年の三月二五日の朝、僕はとつても爽やかに目覚めを迎えました。「今日から新ゼロ歳だ」と思うと、なんとなく人生の奥行きとか幅が広がったような、そんな意識になれたんです。

新ゼロ歳だから、大きな夢を描いたって、でっかい目標を掲げたっていいじゃないか。新ゼロ歳なんだから、二歳とか三歳の子どもからも学ぶこと、吸収できることがあるじゃないかと。だから「新ゼロ歳」と「今が出发点」は、まったく同じ。

もちろん自分の実年齢を知ること

は大事ですけど、「六〇歳だからこうだ」「周りの七〇歳がこんなもんだから自分もこんなもんでいい」なんて思ってしまったら、ほとんどそこでおしまいですよ。他人と比べるんじゃないくて、「自分はどうか」ということです。

人生を歩くというのは、止まっていたら見えなかったものが見えてくるということ。だから、人は人生の道を歩けば歩くほど豊かになるはず。生きているうちにはいつも前を見ていなきゃだめなんですよ。

前を見ようと思うか、自分も歳を取ったから、もうこんなものだと思うか。考え方の違いひとつで、月とスッポンほど開いてくるんだと僕は思います。

人生には必ずゴールがあるわけですけど、どんなゴールを迎えようと、それはそれでいいじゃないですか。たまたまか必然か知らないけれ



ども、人間がこの世に生を受けて過  
ごす時間なんて天文学的単位で考え  
たらほんの一瞬。その一瞬のなかで、  
ジタバタしたってしようがないです  
よ。だったらその一瞬を、いかに前  
を向いて豊かにしていくのかに力を  
注ぎましょう。

——「還暦の年に新ゼロ歳になる」  
ということは、以前から決められて

いたのですか？

その前年の一九九九年八月に「よ  
い子に読み聞かせ隊」を結成しまし  
た。そのとき僕は「来年の誕生日に、  
新ゼロ歳になろう」と決めたんです。

活動自体はその前年から始めてい  
たのですが、大部分は幼稚園や保育  
園、小学校。樹木で言えばまだ若木  
にも達していない子どもたちと接す

ることで、僕の  
なかで何かが取  
り除かれたよう  
に感じました。  
それが「年齢の  
呪縛」だったと  
思います。

もちろん実年  
齢はいつも意識  
していますが、  
僕にとって「実  
年齢」と「新年  
齢」は常にセッ

トになりました。年齢を忘れるとい  
うことではなくて、実年齢をわきま  
えながら年齢に縛られず、年齢に良  
い意味を持たせることができるよう  
になったということです。

読み聞かせで全国各地を訪れてみ  
ると、感受性というのは年齢に関係  
なく、いつまでも豊かでいられるも  
のだとつくづく思います。五歳の子  
どもも九九歳のおばあちゃんも、悲  
しい場面では今にも泣き出しそうな  
顔になるし、楽しい場面では声を出  
して笑います。感動すると大人も子  
どもも同じ表情になります。

一方で、二〇代だって朝から夜寝  
るまで、表情が変わらない人もいま  
す。何かに感動しない日々を送ると  
いうことは、年齢に関係なく「老い  
る」ことだと思えますよ。

読み聞かせは絵本の物語を通して  
子どもたちにメッセージを伝えるん  
ですけれど、逆に元気をもらってい

※ 1996年、志茂田景樹事務所の出版部門(KIBA BOOK)立ち上げに伴って行った書店サイン会に集まる子どもたちに向けて始めたのがきっかけ。その後ボランティアメンバーが十数人になったのを機に99年「よい子に読み聞かせ隊」を結成、本格的な活動を開始。各地での公演は1,550回以上。その様子はHPでも見ることができる

るのかもしれない。子どもたちとワーワーやっているだけで、無意識に吸収しているものがいっぱいあるでしょうね。

また、一〇〇歳以上で元気に生活されている方に取材でお話を伺ったこともありますが、ピンピン元気な方たちに共通しているのは感受性の豊かさ、好奇心の強さです。好奇心が強いということは学ぶ意欲があるということですね。

一〇年ほど前ですが、松本市に住む一〇五歳の住職さんにお話を伺ったことがあります。その方は八〇歳で息子さんに住職の位を譲って東堂（隠居）になったのを機に、般若心経を二カ月で六〇〇巻書き上げて檀家さんや友人知己に配ったり、墨絵を始めたりと、八〇歳を過ぎてからいろいろなチャレンジをされています。それが八三歳のとき、交通事故に遭い、医師に「寝たきり」を宣

告されたのです。ところがなんと数カ月で見事に立ち直られた。

「絵を描き続けたい、元気で檀家さんの話し相手が続けたい」という強い思いが、血の滲むようなりハビリを乗り越えるエネルギーになったのでしよう。

案内されたお部屋には一〇〇歳を超えてから描き始めたという、見事な富士の赤絵が飾られていました。結局その日は三時間くらい話がはずんで、ほのぼのとした気持ちで東京に戻ってきたのです。

すると一週間もたたないうちに手紙が来て「実は大事なことを言い忘れていました。私は、腹立てず心は丸く、気は長く、己おのれ小さく、人は大きく」という先人の教えを守りぬいてきたことが、健康長寿につながった第一の理由だと思えます」とありました。確かにこういう生き方をすれば、感受性はいつまでも豊かで

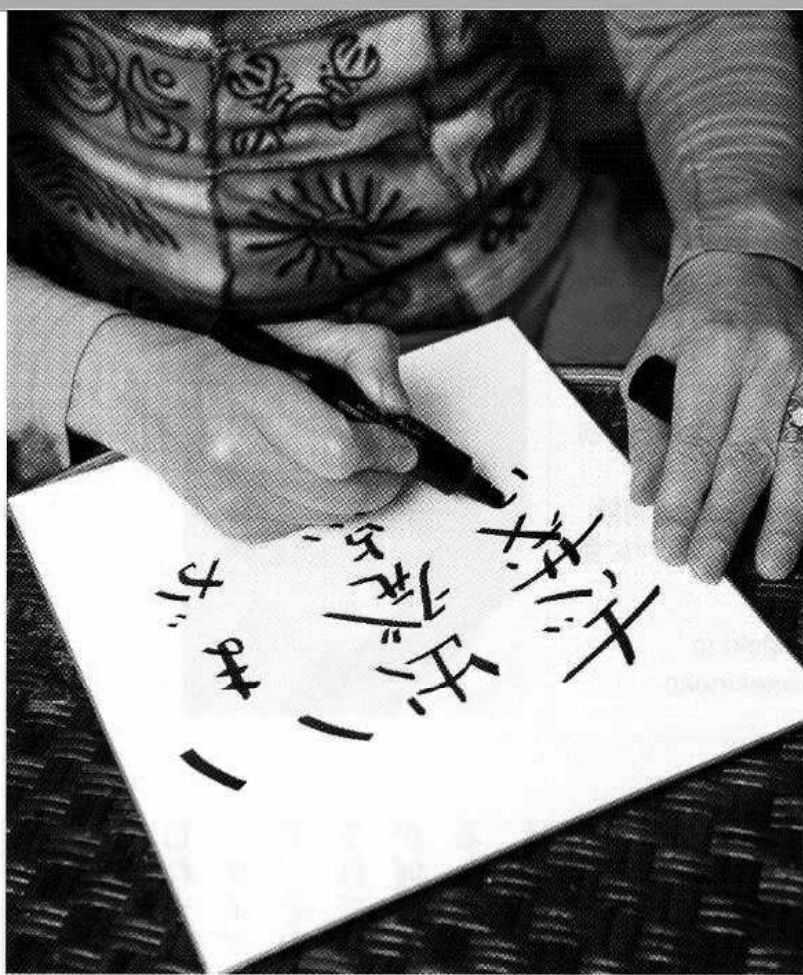
いられるでしょう。

その方はその後一〇八歳で亡くなられました。息子さんのお話によると「さっきそこで新聞を読んでいた」と思ったら、すうーっと逝っていた」という大往生だったそうです。この東堂さんにも、ほんとうに啓発されました。

幼い子どもたちと健康長寿の方々、その両方に挟まれて、僕自身の考え方がどんどん変わってきたのかなと思いますね。

——さらに近年はツイッターで若者たちとのコミュニケーションも深めていらっしやいますが、そのきっかけについて教えていただけますでしょうか？

ツイッターは、作家仲間が「ツイッターの使い方」みたいなハウツー本を出版して、それを僕に贈ってくれたんです。読んでみて「じゃあそのうちやってみよう」と思って、二、



三カ月くらい経ってから始めたのが二〇一〇年。最初はただの告知だったんです。「来週どこそこで講演やります」とか「来月本が出ます」とか。でも、それじゃつまらないと思って、だんだん日ごろ漠然と思っていて、だんだんつぶやきはじめました。ふだん漠然と浮かんでくることについて特に文章化しないし、どんどん通

り過ぎて消えていきますよね。でも、一四〇字だったらそういう漠然とした思いが発信できる。読み聞かせ活動や高齢者の取材を通じて、自分に伝えたい思いもありましたし。そうやってだんだんと自分の考え方とか心の持ちようみたいなものを発信するつぶやきに変えたら、フォローがぐんぐん増えていきました。

ツイッターの場合  
は、どちらかという  
と若い人が多い  
のですが、三〇代か  
ら五〇代あたりの方  
もけっこういます。  
今のうちに、悩み  
相談みたいになっ  
たのは自然の成り行き  
ですね。「どうした  
ら良いでしょうか」  
っていうのがまた  
ま入ってきて、ほ

んとうは答える必要もなかったんでしょうけど（笑）、それに答えていくうちにどんどん増えて……。平均すると一日十一、二通くらい回答しているんじゃないでしょうか。「答えるだけで大変ではないですか」と聞かれますが、そうでもないですね。移動中のスマホからの発信がほとんどで、時間の使い方としては、いちばん良いかもしれません。

——ツイッターを通じて見えてきたのはどんなことでしょうか？ また、悩みをたくさん聞いていると、エネルギーを吸い取られませんか？

今の若い人は、恋愛関係にしても家族や職場の人間関係にしても、コミュニケーションの問題に突き当たったとき、作らなくてもいい壁を自分で作ってしまつて、自分自身を追い込んでいくように感じますね。心にしなやかさが足りないというか、折れやすい心の持ち主が多いのかも

しもだ かげき  
志茂田 景樹氏

作家・タレント



1940年3月25日、静岡県生まれ。中央大学法学部卒業後、さまざまな職を経て作家を志す。1976年『やっそこ探偵』で小説現代新人賞受賞。40歳のとき『黄色い牙』で直木賞受賞。ミステリー、歴史、エッセイなど多彩な作品を発表。1999年より児童への絵本の読み聞かせ活動を行い、各地で講演する一方、絵本『つきとはくちょうのこ』などの童話作品を発表。

近著に『蒼翼の獅子たち』『南海の首領クニマツ』『人って、みな最初は石ころだもの』など。

2010年4月からは自身のTwitterアカウント(@kagekineko)を開設。人生の苦楽を噛みしめる言葉の数々が共感を呼び、多くの人々に愛読されている。フォロワー数は24万人以上。

KIBABOOK志茂田景樹事務所 <http://www.kageki.jp/>  
志茂田景樹 on Twitter <http://twitter.com/kagekineko>

しれません。

ツイッターはわずか一四〇字なので、その人の心の断片が素直に吐露されていることが多いですよ。これが何百、何千文字っていうことになると、どうしてもごちゃごちゃしてしまいます。本人が意図しているかどうかはともかく、心の断片が、本気で、真剣に書かれています。

そのわずかな行間から滲み出てくるものを汲み取りながら、僕なりに判断して無駄を極力そぎ落とした言葉で返事を書くようにしています。

そうした断片を総合してみると、今の若者社会の姿が浮かび上がってくる気がしますね。大きな海か、生簀いけすのようなところから、網で何かをすくい上げているような感じですよ。それも僕が今まで見ることのできなかった、新しい景色と言えるでしょうね。

それに、「この人はどんな答えを

欲しがっているのだろう」とか、「こ  
うやったら悩みから抜け出せるんじ  
ゃないか」といろいろ考えることは、  
推理や洞察の要素もあって、感受性  
が刺激されます。だから疲れること  
はないですね。若い人たちの悩みを  
聞くことが逆に良い刺激になって、  
自分自身の心の解放に繋がるとい  
う良い循環になっているんじゃない  
でしょうか。

——最後に、読者にメッセージを、  
お願いします。

今日一日を振り返ってみて、たと  
え満足のいかないことが多くても、  
反省の中から何か明日につながるこ  
とをみつけていこうという気持ちに  
なれば、明日を生き活きと迎えら  
れますよね。それが自分を律する生  
き方に繋がっていくと思うんです。

欲望だけを追い求める放縦な生活  
というのは、見ていると老けこむ度  
合いが早いですよ。