

仕事の仕方と幸福について (3)

—カール・ヒルティの幸福論より—

前回は仕事は見えているところから手を付けることで、難しい部分を絞り込んでいくことについて触れましたが、今回は緊張の持続と不必要な活動についてお話しします。

「四」よく働くには、元気と感興とがなくなったら、それ以上して働き続けることが大切である。

もつとも、最初からこの状態では困るわけですが、その場合も元気と感興が湧かない原因は、既に述べた様に少しばかり怠惰であったり、習慣の力が不足していたり、或は仕事の手順の問題であったり

します。逆に言えば、仕事の仕方が身につけていないことが原因であることがほとんどです。この様な場合は、これまでに述べてきたように、範囲を狭くして思いきって始めてみるしかありません。

とここで言う「しいて働き続けたい」とは、仕事そのものをやめてしまつたことではありません。仕事をし続けた結果、ある程度疲れが出てきたら、「その特定の仕事だけを中止すればよい」わけです。

特にソフトウェアの仕事では、精

神的な疲れ、いわば『くだびれる』という状態が多く、この様な時に、例えばコンピュータの雑誌に目を通してみたり、別のことで考えをまとめて見たりして、「仕事を換えることによって」休息が得られます。一般に人間の頭脳はこの様に仕事の内容を換えるだけでも回復します。

仕事には少なからず『精神の高揚』が必要です。一角の仕事をするには大体数カ月の緊張状態が必要です。そしてこれを持続し続けたことによつて疲労が発生したわけですが、多くの人はここで疲れたと言つて仕事そのものをやめてしまひ、折角高揚した精神を冷ましてしまひます。

『息を抜く』という言葉と『気を抜く』という言葉がありますが、一旦気を抜くと立て直しに大変苦労します。その人に適した『息を抜く』方法を習得することが、仕事を抄らせる方法でもあります。

「五」その反対に、多く働くためには、力を節約しなければならぬ。そしてこれを実行するために、とくに無益な活動に時間を費やさないと必要である。

つまり無益な活動によつて力を浪費してはならないというわけですが、ここで言う『無益な活動』として、ヒルティは例として新聞を読みすぎることに必要な会合を挙げております。

勿論新聞を読むことが本業なら『無益な活動』にはならないわけですが、一般には新聞はそれ程有益ではありません。くだらないところまで読みすぎたことで、「何となく仕事に対する興味を失い、手元にほかの新聞があればそれを手にとる」様な状態になつてしまつております。

以前ある経営者の談話に、朝の通勤電車の中で新聞を読んでいる様な人は、要職にはつかせない。と言つ言葉がありました。通勤電車の中には案外思索するのに適した場所でもあります。そして仕事に取りかかる前段階でもあります。ですからこの段階で新聞を読んでいるという事は、始業のベルが鳴

つてから仕事の段取りを考えることになり、これでは要職につけるわけには行かない、ということでしょう。

新聞とか雑誌を読む際は、『無益な活動』にならないように注意する必要があります。

またヒルティの言う会合とは、所謂職場で行われるミーティングのことではありませんが、それでも屢々無駄なミーティングのため、この後の仕事に対する興味を

失わせています。

「多く仕事をしようとする人は、精神的雑用を、なお言い添えてよければ肉体的雑用をも、注意して避けねばならない。そして真にやるべき仕事のために、精力を充分たくわえておくべきである。」



今月の一言

「人生は一冊の書物のようなものだ。愚か者はペラペラと早く読むが、利功な人は丁寧に読んでゆく。何故なら、それはただ一度しか読むことができない本であるから。」

リヒター・J・パウエル

「自分の人生なんて考えてもどうなるものでもない。なるようにしかならない」。これは人生の本をペラペラとめくる人のセリフです。心の何処かで運命、宿命と考えている人は、大切なページを読み飛ばしてしまつて、『命ならず』という言葉があります。宿命、という言葉からは変えることのできない人生、いや生まれる前から定まっている自分の人生を連想するでしょうが、運命はその字の通り、動いて己まざるもので、その人の『命』は完全に定まつたものではないという考え方は、解りやすく言えば、今日の生き方を意識することによつて明日の『命』が変化していくという事です。もつとも現実とそれ程急に変化することはないでしょうが、逆に僅かな変化もなければ、いつまでも変わりません。『命』という言葉方には抵抗があるかも知れませんが、何れにしても一度しか読めない人生の本を心をこめて読むことによつて、その人の人生が変わってくるのです。そして読み方は多くの人の出会いのなかで得られます。