

困難を乗り越える為に大切なこと

1200512 藤丸 友貴

高知工科大学 経済・マネジメント学群

1. 概要

夢を叶えたい、どうしても成し遂げたい、誰もが一度はそう考えたことがあるのではないかな。でも、自分の思いを実現する過程の中で必ずと言っていいほど、私たちは困難に直面する。現時点の自分では乗り越えることが簡単ではない「困難」は、乗り越えることができれば辛く苦しいことと向き合える強い心を育ててくれるが、困難に負けてしまうと自分の思いを実現できずに歩みを止めてしまう。困難の乗り越え方に目に見える正解はない、困難は辛さや苦しさを感じさせるので歩みを止めてしまうのも当然かもしれない。だが、それでも、本当に心から成し遂げたいことがあるのなら、諦めずに乗り越えなくては行けない。本研究は、様々な著名人の困難に直面した体験談を、Weiner の帰属理論に基づき考察し、考察して得た結果を筆者自身の実体験と比較し、最終的に困難を乗り越える為に何が大切なのかを明らかにすることを目的とする。

2. 背景

先生になって、その仕事に対して責任をもって最後までやり抜くという夢を私は持っている。それを叶えられるかなんて先の事は何も分からない。でも、どうしても成し遂げたい夢を確かに持っていて、未来の事なんて何も分からないが命懸けで毎日を過ごしてきた。夢を叶える為に努力する日々の中で、一回だけ心が挫けて夢を捨てようとした経験が私にはある。手術が必要な怪我を患って大学を休学し、その他にも苦しいことが積み重なり、身体的にも精神的にもとても辛かった時だ。何をやっても上手くいかず、人を信じることができずに、そして何より自分自身を信じるができなかった。自分が行動しない限り可能性はゼロなのに、自分は何も変えられないと勝手に自分の可能性に蓋をしていた。己に負けて何もせずに現実から逃げていた。こんな辛い思いをしているのは自分だけだと周りが見えなくなっていた。だが、困難を乗り越える心意気が朽ち果て夢を諦めようとしていた時

に、一人の女性の生き様に会った。

その人は、私と同じように乗り越えることが簡単ではない困難に直面していたが、誰かのせいや環境のせいにするのではなく自分の責任において、道なき道を切り開き最後まで諦めずに自分を信じて行動し続けた。困難を乗り越え、将来への不安に負けず、自分らしく自分の道を歩み続けた。この姿勢を見て、何でもいいから前向きに行動しよう、そして自分の他にも苦しいことや辛いことと闘っている人はたくさんいると、私は素直に思えた。この出来事をきっかけにしてもう一回立ち上がり、自分の弱い部分と向き合いながら夢を叶える為に努力しながら、私は今ここに立っている。

降りかかってきた困難に打ち負かされ絶望を味わった自分だからこそ、困難に直面する辛さやそれを乗り越える大切さを感じている。様々な著名人の体験談を分析し、自分の実体験と比較することで、困難を乗り越える為に何が大切なことなのか、興味深い研究結果を得ることが出来るのではないかと考えた。そして、その結果は今後の自分の人生にも活かせると確信している。夢を叶えて先生になったとき、困難に直面して何かを諦めそうになっている生徒に対して自分なりの助けができるように、生徒ではなくても困っている人を見つけたらその人に対して何かができるように、この卒論を見た人に何かが届くように、真剣に研究に取り組んでいきたい。

3. 目的

本研究は、本やインターネットを用いて様々な著名人の困難に直面した体験談を調査し、Weiner の帰属理論に基づき分析する。そこから得られた結果を自分の実体験とも比較し考察する。最終的に「困難を乗り越える為に大切なこと」を明らかにすることを目的とする。

4. 研究方法

様々な著名人の困難に直面した体験談を Weiner の帰属理論に基づき分析する。

下記の3つの項目で体験談を分析する。

- ・ 困難の原因が内か外か
- ・ 困難の原因を制御できるかできないか
- ・ 困難の原因が安定しているかしてないか

Weiner の考えでは、「安定・不安定」というのは困難の原因を変えることが出来るかできないかという意味で用いる。困難の原因を変えることが出来るなら不安定、できないなら安定と定める。

様々な著名人の困難に直面した体験談を Weiner の帰属理論に基づき分析し、そこから得られた結果を自分の実体験と比較し考察する。最終的に困難を乗り越える為に大切なことを明らかにする。

5. 事例研究①

最初に、プロサッカー選手の長友佑都さんの困難に直面した体験談を分析する。

長友選手は、プロサッカー選手になるという夢を小さい頃から持っていたが、中学生になったときに困難に直面した。それは、進学した中学校のサッカー部が荒れていてまともにサッカーができる環境ではなかったのだ。プロになりたいという夢を叶える為に、レベルの高い愛媛 FC というサッカークラブのセレクションを中学生になる前に受けたが落ちてしまい、当時不良の巣窟となっていた中学校のサッカー部に入るしか道はなかった。サッカー部の先輩は改造した制服を身につけ、部室には中学生にそぐわない雑誌が散らかっていた。サッカーの練習をする人はわずかで、大部分の部員は町の繁華街へと消えていった。中には補導される人いて、とてもサッカーに打ちこめる環境ではなかった。長友選手もサッカー部の雰囲気引張られ、改心する中学生の途中までサッカーに打ちこまず遊びまわっていた。「サッカー部が荒れて、練習をまともに出来ないのが面白くない。」「片親だという目で見られることに腹が立つし、恥ずかしい。」「なんで、こんなボロい家に住まなアカンねんと、卑屈になる。」(長友佑都) 母子家庭、反抗期、愛媛 FC のセレクションに落ちたこと、中学のサッカー部がサッカーに打ちこめる環境ではな

かったことなど、色々な事が積み重なって嫌な現実から逃げてしまっていた。だが、長友選手はその困難を乗り越えることができた。そのきっかけになったのが当時のサッカー部の監督だった井上博先生存在だ。井上先生は、長友選手の代と一緒に日に西条北中に赴任してきた。荒れたサッカー部の再建に乗り出す過程の中で、長友選手の心に寄り添い声をかけ続けて、長友選手の心に変化のきっかけをもたらした、いわば長友選手にとって恩師である。「小さいころ、プロになりたい言うのとったやろ。お前はプロになれると思うで。愛媛 FC 落ちて、ショックなんはわかるけど、ここで諦めたら、終わりやで」「お前は、サッカーはもうやらん、もうええわ、言うところけど、お前の目えは、サッカーやりたい言うてるで。俺にはわかってる」(井上先生)「先生の話は痛いところ、大事なところを突いてくる。『わかってきているんや』と会話を交わすたびに心の距離が近くなるのがわかった。」(長友佑都)「中学のサッカー部がこんな状態やけえ、サッカーへの情熱が薄れてしもうた。俺はな、ホンマに申し訳ないと思っとる。お前ら、サッカーやりたいのに・・・サッカー部がこんな状態で・・・」(井上先生)「先生が泣いていた。大人の男が泣くなんて、見たことがない。ドクン。心が震えた。」(長友佑都)「母さんのこと考えてみいや。朝から晩まで働いてるんは、子どもの幸せのためや。お前のスパイク買うたん、誰か、よう考えてみい。母さん喜ばせたないんか」(井上先生)「先生の言葉が耳に届いたとき、僕は母さんの顔を思い浮かべた。毎日一生懸命働いて、しんどいのにいつも笑っている母さん。泣きごと愚痴も言わず3人の子どもたちのためにすごい頑張っている母さん。西条に来てから、母さんがのんびり座っていたり、ゆっくり寝ている姿を見たことがない。僕が遊びへ逃げても小言ひとつ言わずに見守ってくれている母さん。それだけ僕を信用し、期待してくれているということだ。というのに、僕は嫌なことから逃げて、楽なことしかやってない。『なにやってんねん』情けなくて、腹立たしくて、申し訳なくて、カッと身体が熱くなった。涙が頬を伝っていた。一筋涙が流れると、もう止まらない。声をあげて泣いた。」(長友佑都)「サッカーを嫌いになってはいなかった。僕はただ、環境が好きじゃなかった。『環境のせいにするな。すべては自分次第で変えられる』今ならそう考える。どんな環境であっても自分さえしっかりし

ていれば、成長はできるし、有意義な毎日は送れる。嫌なことも、とらえ方や見方を変えれば、プラスに転換することができる。すべては自分次第なんだ。しかし、当時の僕は、自分の手で変化を起こせるという考えには至らず、嫌な現実から目をそむけ、逃げることしかできなかった。その環境を先生たちが変えてくれた。変えようと懸命に現実と闘っている彼らの姿が僕にとって変化のきっかけとなった。」(長友佑都)

井上先生の荒れたサッカー部を本気で変えようとする姿と心に寄り添ってくれる愛情に触れたことによって、自分の弱さを自覚し、逃げずに現実と向き合い、どんなことも自分次第で変化を起こせる、プラスに転換することができるという考え方を身につけ、サッカーへの情熱を取り戻し長友選手は困難を乗り越えることができた。

表1 Weiner の帰属理論 (事例①長友佑都)

	長友佑都
内か外か	外
制御できるか・できないか	制御できない
安定か・不安定か	不安定

進学した中学校のサッカー部が荒れていて嫌な現実から逃げていたが、恩師の働きかけによって困難を乗り越えたこの体験談を Weiner の帰属理論を用いて分析すると表1のようになる。サッカー部が荒れていたことは、自分の中に原因があるというよりも外部にあるので「外」に分類できる。人が多く関わる荒れたサッカー部を制御するのは簡単ではないので、「制御できない」に分類できる。中学に入学した最初の頃は、何も変えられやしないと、サッカーに本気になれないのは荒れたサッカー部の環境のせいにしていた。しかし、恩師の愛情に触れたことによって、自分の弱さと向き合い、どんなことも自分次第で変えられると考えるようになり困難を乗り越えたため、安定から不安定に変化したといえる。したがって、本項目は「不安定」に分類した。

6. 事例研究②

次に、プロサッカー選手の長谷部誠さんの困難に直面した体験談を分析する。

生きていれば誰もが岐路(将来が決まるような重大な場

面)に直面する瞬間があると思う。岐路とは困難とも言い換えることができる。なぜなら、直面した岐路でどんな選択をしても、悩みや不安がつきまとうからだ。自分にとってどの道が正解かは分からないし、ましてや正解があるのかさえ分からない。

長谷部選手も岐路には不安が伴うものと考えている。

「人生の岐路に立たされたとき、どんなに自信があっても迷いは生まれるものだと思う。もし失敗したらという不安。まわりからの反対。挫折することへの恐れ。どうすれば成功するかという確固たるノウハウなんてないし、人それぞれの道の選び方があると思う。」(長谷部誠)

だが、長谷部選手はある考えを大事にして、不安をプラスの力に変え岐路を乗り越えてきた。

「では岐路に立ったときに、僕は何を大切にしているのか。もちろん、まだこれだと自信を持って言えるものは見つかっておらず、今なお模索中だけれど、ひとつだけ意識していることがある。それは『あえて難しいと思った方を選択する』ということだ。ここまで歩いて来た道のりを振り返ると、挫折欲があるのかなあと思うほど、僕は迷ったときに難しい道を選択してきた。周囲からしたら無茶な決断ばかりで、どこかで一度でも失敗していたら、今頃、何をしていたか分からない。両親は常に僕が選ぶ道に反対したし、実際、自分が親だったら同じように反対したと思う。怖いもの知らずというよりはただの無謀だった。しかし僕は知っている。難しい道ほど自分に多くのものをもたらし、新しい世界が目の前に広がることを。」(長谷部誠)

長谷部選手にとって、人生で最初に直面した岐路は高校受験だった。

「僕は決して勉強が得意だったわけではなく、両親は私立大学の付属高校に進むことをのぞんでいた。サッカー部も強かったし、何より付属なので大学までの進学を計算できる。担任の先生も両親と同じように付属高校を勧めた。しかし僕は静岡県立藤枝東高校に行きたかった。藤枝のサッカー少年にとって、藤枝東高校サッカー部の『藤色』(薄い紫色)のユニフォームは憧れ。藤枝東高校は地元一の進学校でもあり、当時の僕の学力では入学は難しいことは分かっていたけれど、サッカーをやるなら藤枝東がよかった。僕は両親に『絶対に藤枝東に合格する』と宣言して、中3の夏から猛勉強を

開始した。僕の勉強法はサッカーの練習と同じで集中力重視。夜更かしはせず、きちんと睡眠を取り、朝起きて集中して勉強する。そして僕は何とか藤枝東に合格することができた。」(長谷部誠)

2番目の岐路は、高校卒業後にプロになるか大学に進学するか決断しなければならなかった時だった。

「藤枝東高校サッカー部が静岡県予選で優勝し、インターハイに出場できたおかげで、僕は都内の私立大学の推薦を取ることができた。それを両親とともに大喜びしていたら、浦和レッズからオファーが来たのである。僕は県内においてもほぼ無名の存在で、プロなんて夢にも思わなかった。当然、両親は『大学に進学しなさい』と、プロ行きには猛反対した。だが、スカウトの人から自分の評価を聞いているうちにだんだんプロで自分の力を試したいという闘志がわきあがってきた。明らかに根拠のない自信なのだけれど、何だかやれるような気になっていた。僕は両親に『大学の推薦を断って、レッズに行きたい』と告げた。うまくいけば、レッズという名門クラブのレギュラーになれる。しかし失敗すれば、大卒という肩書きを失ったうえに、就職さえままならなくなる。そんなリスクある人生設計を両親が許すわけがない。僕を説得するために中学時代にサッカー部の監督だった滝本義三郎先生にお願いして、四者面談の場が設けられた。恩師の滝本先生が止めれば、さすがに息子はプロ行きを諦めると思ったのだろう。滝本先生は、面談でこう訊いてきた。『県内で一番と言われている選手が清水エスパルスに入団するのは知っているか？オマエはあの選手以上のプレーをできるのか？』僕は決心を試されているのだと思った。だから、あえて強い口調で言い切った。『できます』あとでわかったのだが、滝本先生は事前にいろいろな人に、僕がプロで通用するかを聞いてくれたらしい。先生が得た答えはイエスだった。滝本先生は『決意がそんなに固いなら、私も応援する』と言ってくれた。最終的に僕は両親を説得することができた。今、長谷部家では、『あのとき大学に進んでいたら、今頃、どうなっていただろう』とよく話している。」(長谷部誠)

そして、プロの道に進むと、これまで以上のたくさんの厳しい岐路に直面した。

「プロになってからは、大げさに言えば毎日が岐路だった。競争に勝って、試合に出られるか。競争から逃げて、他の仕

事を探すか。そういう厳しい世界に何とか食らいついて生き残り、6年が経つと試合に出るのが当たり前になった。昔のように新鮮な気持ちで試合に臨むことができない。選手として行き詰まり始めていることを感じていた。そろそろ新たな挑戦が必要なときかもしれない——。僕は海外移籍を本気で考え始めた。幸運にも絶好のタイミングで、ドイツのヴォルフスブルクと、イタリアのシエナからオファーが届いた。イタリアは外国人枠の問題もあったので、僕はヴォルフスブルクのオファーを優先した。金銭的なことを書くと、ヴォルフスブルクの提示価格が良かったわけではない。ただ、あのタイミングでの移籍はお金ではなかった。自分に必要だったのは、毎日ヒリヒリするような競争と挑戦であった。僕は代理人のロベルト佃さんとともに、またしても両親と四者面談を行なった。両親は『海外なんて無謀だ』とすごく心配していたからだ。ロベさんが移籍にともなうメリット、デメリットを細かく説明しても、両親はなかなか納得してくれなかった。けれど、いつだって最後は僕の気持ちを優先してくれる。話し合いが終わりに差しかけたとき、両親が問いかけた。『本当にヨーロッパでできるの？』僕は父親と、母親の目を交互に見つめて答えた。『できるよ。僕は大丈夫だから』ドイツへ出発するとき、両親は後援会の人たちとともに成田空港まで見送りに来てくれた。両親も僕と同じように腹を括ってしてくれたのだと思う。心配そうなそぶりをまったく見せずに、快く送り出してくれた。」(長谷部誠)

岐路に直面するたびに、長谷部選手は自分にとって厳しい道を選択して困難を乗り越えてきた。それができたのは、困難が本当の意味で何をもたらすのかを知っていたからだ。長谷部選手は、ドイツのクラブチームに所属している時に、大きな挫折を経験した。

インタビュアー：これまでで経験した最大の挫折は何でしょうか？

長谷部：ヴォルフスブルク時代の移籍問題で、4ヵ月ぐらいベンチ入りもできなかった時期ですかね。練習も一緒にさせてもらえなかったですし、年齢も27~8歳くらいで選手としていい時期で、メンタル的にもキツかったです。

インタビュアー：自分でどうすることもできないという状況の中、自身を律することができた理由は何でしょう。

長谷部：そんな状況だからと投げやりになるのが嫌だったんです。一緒にトレーニングできなくても走り込みをして、常にいい準備をしようと思ったし、そういうものをしていたら、いつか運を引き寄せられると信じてやっていました。だから忍んで耐えて…。

そういう時間は、人それぞれ、どんな人生を歩んでいる中でも絶対にあると思うんです。僕にとって、キャリアで一番苦しい時間でしたけど、振り返れば今の自分にとって一番貴重な、大事な時間だったと思います。それはどんなタイトルを獲るよりも、大きな出来事でした。

長谷部選手は、辛く苦しかったことが未来の自分の糧になることを信じている。辛く苦しい経験をした分、人の心の痛みを想像し、他人に優しくなれる。心の底から喜びを味わえた時や新しい自分に出会えた時はいつだってその裏には、現実から逃げずに困難と向き合い続けた自分がいた。困難がもたらす本当の意味を感じていたからこそ、多くの岐路に直面しても自分を見失うことなく前に進むことができる。

表2 Weinerの帰属理論(事例②長谷部誠)

	長谷部誠
内か外か	外
制御できるか・できないか	制御できない
安定か・不安定か	不安定

所属するドイツのクラブチームの移籍問題によって、約4ヵ月間ベンチ入りもできない時期が続いたが、自分と向き合い最後まで諦めずに、困難を乗り越えたこの体験談をWeinerの帰属理論を用いて分析すると表2のようになる。違約金を払って自分を受け入れてくれるチームがでてくるか

どうかなので、自分以外の要因が深く関わってくるため「外」に分類できる。試合に出場するメンバーを決めるのは監督なので、「制御できない」に分類できる。4ヵ月間ベンチ入りできない苦しい日々が続いたが、投げやりにならず、自分に負けずに、苦しんだ日々が力に変わるように最後まで努力し続けた。したがって、最後の項目は、「不安定」に分類できる。

7. 事例研究③

3番目に分析するのは、お笑い芸人のサンドウィッチマンさんである。伊達みきおさんと富澤たけしさんによるお笑いコンビである。2007年、若手漫才師日本一を決める大きな大会M-1グランプリで優勝したのだが、優勝するまでの道のりの中で多くの苦しい経験を味わい乗り越えていく。

二人は高校の同級生でラグビー部に所属していた。仙台商業高等学校を卒業後、別々の道を歩んだ。富澤さんは進学をせずにバイトをしながら生活していて、芸能界に飛び込むチャンスを待っていた。伊達さんは専門学校に進学したが中退し、父親が口を利いてくれた会社(福祉関係)に入社していた。会社員として真っ当に日々を過ごしていて、お笑い芸人になるなど想像もしていなかった。

お互い仙台で活動していて、富澤さんは自分の相方は伊達さんしかいないと信じて口説き続けた。

「高校時代にラグビー部のみんなをゲラゲラ笑わせた、太陽みたいな存在感とビジュアル。そして同じ時間を過ごした奴だけが持ち合う、僕らの笑いの感覚を、コントに生かしたかった。横に立つ相方は、伊達しか考えられなかった。」(富澤たけし)

伊達さんは、父親が口を利いてくれたおかげで入社できたという経緯があったため、そう簡単に退職を考えることはできなかった。何より、お笑い生きていくというイメージがどうしてもできなかったため、すぐに富澤さんの誘いにのることはなかった。しかし、祖父の死によって伊達さんの考えに変化がおこる。

「富澤の描く『お笑い芸人で食っていく』というビジョンが、当時の僕には、なかなかリアルに迫ってこない。そんなので生活できるのか? っていうのと、地元の会社に勤めて何年か経っていて、仕事に対する責任感みたいなものも生ま

れていたし、僕がいなくなったら、周りの人に迷惑かけるんじゃないかとも思っていた。実際は、僕ひとりいなくなっただけで、誰も困らないんだろうけど、僕は根が真面目で小心だから。それに、仙台生まれの田舎者の僕にとって、芸能界という世界が、あまりにも遠すぎたんだ。だけど——。お祖父ちゃんが亡くなったとき、何かが変わった。大好きなお祖父ちゃんだった。亡くなる前は入院していて、僕も見舞いに行っただけで、介護用品を安くゆずってあげたりしていた。小さいときから可愛がってくれて、いつもお小遣いをくれて、野球の話をしてくれたり、よく怒られたりもした。騒いでたら『うるさい！』って怒鳴られたり、家でゴロゴロしてたら『外に行きなさい！』って命令されたりして、怖かったけど、愛情はたっぷりあった。そんなお祖父ちゃんが、入院先で、眠るように逝ってしまった——。80歳を越していて病気が長かったから、それなりに覚悟していたつもりだったけど、本当に死んじゃったとき、すごく悲しくて、涙が止まらなかった。それと同時に、無常観みたいなものが心の中に湧いてきた。人はいつか、消えちゃうんだ。何をやってたって、最後は、眠るように死んじゃう。だったら、好きなことをやって、生きていたい。いっぱい笑って、楽しい時間を、全力で突っ走りたい。そう思うようになった。」(伊達みきお)

「会社はいつ辞めるんだ？ コンビを組めるのは、いつだ？」(富澤たけし)

「何度も訊かれた質問だったけど、このとき、僕はいつもとは違う返事を用意していた。あいつの目を見て、はっきりと——。『今でも間に合うかな』」(伊達みきお)

富澤さんが伊達さんを口説き続けて3年、ついに1998年にコンビを結成した。そして、東京行きの夜行バスに乗って上京。2人はお笑いの世界で多くの経験をするようになる。

「1年くらいは、知り合いのツテでライブに立たせてもらう程度。その間、漫才のテープを家でつくって、いろんな事務所の住所を調べて『聞いてください！』という手紙を付けて送っていた。頑張って営業活動していたけど、どこの事務所からも声はかからなかった。ただひたすら、毎日、アルバイト生活…。ここからが、芸人のどん底時代のスタートだった。バイトは、3つかけ持ちしていた。いつライブに呼ばれ

てもいいように、全部登録制の力仕事にしていた。腕力はそこそこあったから、力作業は苦じゃなかったけど、製本のバイトはキツかった。ベルトコンベアでガーッと流れてくる本をケースに入れる作業を延々繰り返すっていう仕事。腕も足もパンパンになった。金は全然なかった。慢性的に貧乏だった。ポケットに100円しかない日なんて、しょっちゅう。そういうときは、もやしを買って、ザーッと塩コショウで炒めてご飯に混ぜて食った。電気をマメに消したり、先輩におごってもらえそうな飲み会には必ず出て行ったり。節約術なんて気の利いたものじゃない。そうしないと生きていけなかった。だけど消費者金融には、走らずにすんだ。恥ずかしい話だけど、親がお金を定期的に貸してくれていた。仙台のラーメンとか食料品を、アパートによく送ってくれていたし。親不孝な息子を、こんなに気にかけてくれて、感謝しかない。今、せめてもの恩返しで、少しずつ、お金を返している。それに、富澤とふたりで暮らしていることで、精神的に助けられた。フリーの自称お笑い芸人。芸人収入はほとんどゼロで、慢性的に貧乏…。こんな男が、もしひとり暮らしだったら、早々に仙台に帰っていただろうと思う。」(伊達みきお)

「ネタをやってもギャラと呼ばれるようなお金をもらえるようになったのは、ずーっと後に、テレビに出るようになってから。それまでの生活は、ずっとバイトで支えていた。いろいろな地方営業に行った。だだっ広い客席に数人だけ、なんてザラだった。群馬の余興場に呼ばれたときは、客が2人だった。舞台上もあっちも、2人しかいねえよって。そしたらネタの最中に、客席のベンチで寝ていたお婆ちゃんがヌーって起きて現れた。『わっ、3人になりましたね！』『急に賑やかな会場となりました！』って、いい加減なこと言ってた。宴会場での営業も、よくやった。兵庫県の城崎温泉での仕事で、モノマネの芸人さんの前座をしたときのこと。集まった客は名産のカニを食べながら、僕らのネタを聞いていた。だけど、カニって身をむきだしたら手が止まらないでしょ。こっちが必死にネタをやっているのに、宴会場にはカニをむくパキパキ、ズルペチャっていう音が、ずーっとしてる。誰もネタを見ないし、クスリとも笑ってくれない。『ウマイ！』『最高！』って声はたまに聞こえたけど、それってカニ肉に対してのコメントだったから。僕らの漫才は、カニの味に負けて

んのかって…。情けない現場だった。《中略》まさに修業時代だった。おかげで、歓迎されていない空気の中で、漫才をやることにはすっかり慣れてしまった。お前ら売れてない、つまらない芸人でしょ？っていう空気の中でネタをやるわけだから、相当、舞台度胸は鍛えられた。どこでも動じない、図太さと筋肉はしっかりついたと思う。」(富澤たけし)

1998年に仙台から東京にでてきて、それから6、7年の間、仕事はというと地方の営業や小さいライブばかりで芸人として胸を張れる結果をだせずに悔しい思いをしていた。芸人としてなかなか光が見えない時期に、伊達さん・富澤さんそれぞれに大きな試練がおそいかかった。

「相変わらず、仕事と言えば地方営業か、小さい箱でのライブばかり。ちっとも名前が売れてないから女の子にもモテないし、派手に女遊びしている芸人仲間を見ては、ため息をついていた。羨ましいっていうよりも、『職業・お笑い芸人』として認めてもらえない自分らが情けなかった。生活するためにバイトの時間を増やすっていう悪循環。僕ら、何やってんだらうって…。笑いにに対して頑張っただけで、空回りが続いていた。いや、空回りしていたわけではなく、実は本気で取り組んでなかったんだと思う。富澤にネタをつくらせて、だらだらライブをやって、適当に稽古して舞台に立って、営業先の文句を言って…。気持ちが入ってなかった。そうこうしていると、あつという間に三十路が目の前にやってきた。すると、19歳から付き合っていた仙台の彼女との関係が、まずくなってきた。彼女は『結婚はどうするの?』と聞いてきた。もちろん、当時の僕は彼女と一緒になりたかった。東京に出ていった僕を、辛抱強く応援してくれた。つらい下積みの毎日を何とか耐えられたのは、彼女の存在があったからだと言っていい。お互いの両親にも、挨拶は済ませていたし、結婚する心の準備は、すっかり整っていた。だけど、僕は踏み切れなかった…。30歳を前にして、彼女は『女と男の30歳は違うの。女は子どもを産んで育てなくちゃいけない。女の方が、リミットを迫られるのは早いんだよ?』って言った。彼女と僕の子どもを想像したとき、心は大きく揺らいだ。地元に戻って、彼女の実家の農業を継いで、家族みんなで慎ましく生きていく人生も、素晴らしいんじゃないかって——。悩んだ。人生で一番、悩んだ時期かもしれない。だけど、やっぱり、このままお笑いを中途半端

では、終わらせられない。富澤と一緒に、サンドウィッチマンで、胸を張れる何かをつくりだせるまでは、家族を持つことはできない。カッコつけるわけじゃないけど、あのとき結婚したって、彼女に苦労させるのがわかっていたから…。芸人の収入としては年間で数万円程度だったし、借金もあった。バイトも日雇いばかりで、どこかに就職する気もない。同級生たちはみんな家族を持って、会社でも着々と実績をあげて、人生を積み上げている中で、僕はまだ、仙台で夜行バスに乗った瞬間から、ほとんどステップが上がってなかった。中途半端だった。何もかも。そんな状態で結婚したって、きっと一生、心にわだかまりを残していただろう。僕は、どんな貧しい生活でもいってという覚悟はあったけれど、彼女を貧乏暮らしに巻き込みたくはなかったんだ。結局、僕らは別れた——。10年間の交際を、僕のわがままで終わらせてしまった。落ちこんだ。しばらく、笑えなかった。何をやっても、暗い気分が消えなかった。立ち直るのに、1年ぐらいかかったんじゃないかと思う。今になって、ふと、もしあのとき彼女を東京に呼び寄せて、『貧乏だけど結婚しよう!』って言ってたとしたら、どうなったのかなと思う。そうしたら、彼女との人生を優先して、サンドウィッチマンをやめていたかもしれない。それはきっと、僕にとって幸福じゃないだろう。彼女よりも富澤を選んだってわけじゃない。…おっと、これは、言葉にすると気色悪いな。富澤の才能に、芸人として惹かれていたのは確かだった。あいつとコンビをやることに魂をかけることの方が、僕には大事だったんだ。本当に、富澤って野郎は、僕の人生を狂わせてくれる。あいつと出会わなかったら、今頃、気のいい仙台のオッサンとして平凡に暮らしていたはずだ。富澤は、僕の元彼女とも友だちだったから、何回かメールのやりとりをしていたらしい。別れた顛末もすべて知っている。そのとき『別れたのは、僕のせいかな…』って、ちょっと責任を感じていたようだ。でも、そんなことはない。富澤という存在があったにしろ、すべてを選んだのは僕自身だから。彼女と別れたのはつらかったけど、逆に吹っ切れた部分もある。そこからは、より真剣に、笑いに人生をかけよう!って思うようになったんだ。」(伊達みきお)

「テレビに出させてほしい。チャンスさえもらえたら、笑いをとれる自信はある。テレビでネタをやることが、ひとつの

目標だった。だけど、その頃の僕らには、途方もなく遠く、高い目標だった…。ライブに出たら、必ずウケた。「ピザのデリバリー」も「ファミレス」も、どこでかけても必ず笑いがとれる、鉄板ネタだった。収入は少ないけど、笑ってもらえるという実感があるから、いつまでもズルズルと現状維持を続けていた。でも30歳を目前にすると…それまでにならぬ、不安と恐怖がひしひし迫ってきた。舞台上で笑ってもらえるのは、いい。充実感もあるし、それを目指して僕は東京に来た。だけど、そこから先は？一生このまま、バイトしながら、ネタをつくり続け、ライブをやって——最後には、どうなるんだ？貧しくても、ライブのお客さんが笑ってくれる喜びだけで、終わるのか？手ごたえも、求める何かも、見失い始めてきた。東京に来た直後の熱い覚悟は、すっかり冷えてしまっていた。テレビに出られない状態が、5年近くになった頃。とうとうネタが書けなくなった。対決バトル形式のライブに出て、負けても全然、悔しくなくなっていた。モチベーションが上がらない、やる気も起きない。情緒も不安定になってきた。僕はもともと、神経が不安定なところがある。この頃の精神状態は、今もよく思い出せない。人間関係でものすごく悩んでいた記憶もあるし、ひどい自己嫌悪に陥っていたような気もする。身体も調子悪かったし…。一度、肺炎にかかって、死にそうになった。3日間ほど熱っぽくて、頭もガンガン痛い。布団から一步も出られない。なのに伊達は『いつまで寝てんだ！』って、あの図体でふざけて乗っかってきたりするから、勘弁しろよと思った。で、体温計で体温を測ったら、伊達がすごいシリアスな顔して、『すぐ病院に行け！』って言った。そのときは知らなかったけど、体温計の水銀が、42度を振り切ってたらしい。心も身体も、すっかり疲れ切っていた。2004年のことだった。僕の方から、伊達に切り出した。『もうやめないか』そうしたら、あいつは、『何言ってるんだよ、まだ早いよ』と即答した。後で聞いたら、あいつはこのとき、僕が自殺を考えてたんじゃなかったって思ってたらしい。髪を白く染めたいって言いだしたり、何か雰囲気が出ると。どうなんだろう。もしかしたら、そうだったのかな…。このときに限らず、自殺願望はしょっちゅうあった。死んじやいたいな…って、何度も思った。理由は、ないんだ。何も楽しくない。このまま生きていいことなんて、ないんじゃないかって。伊達の、『まだ早いよ』

という答えが、悩みを打ち消す、すべてだった。今やめられるほど、満足したのか？という自問の声と同じだった。僕は、まだ何も残していない。誰にも、自分に対してさえも。胸を張れるような何かを——。それに。僕らはまだ何も、本気の挑戦をしていないじゃないか。ホリプロから逃げて、トリオの活動も続かず、ライブに出るだけで満足して、腹が減っては親戚や実家に甘えて…これが、上を目指すお笑い芸人の姿なのか！？それまでの自分が、猛烈に恥ずかしくなった。この年。僕と伊達は、ラグビー部時代にもなかったほど、真剣に話し合った。昔からの友だちとしてじゃなく、漫才の相方同士として、この先どうしたらいいかを。本気の挑戦を、いま始めなきゃ、一生後悔することになる。年齢的にもキャリア的にも、今がラストチャンスだと。伊達は伊達で、危機感があったのだろう。とにかくひとつ、揺るがない目標を立てようと話し合った。冷えていた笑いへの覚悟が、再び、じわじわと熱く蘇り始めたのを感じていた。」(富澤たけし)

富澤さんは熱い心を冷やされ、伊達さんは10年間交際していた彼女と別れ、とても苦しい経験をした。だが、苦しい試練を自分達の力にかえ、何もかもお笑いに対して中途半端だった自分達の甘さを徹底的に改め、お笑いに対してこれまで以上に情熱を注ぐようになる。2005年から、テレビ番組「エンタの神様」をきっかけに、テレビには出られるようになっていくのだが、M-1グランプリ（お笑いの日本最大のコンテスト）では結果を残せずにいた。だが、サンドウィッチマンの2人は挫けることなく、笑いに対して真摯に向き合い続けた。伊達さんは先輩芸人からの電話をきっかけに自分の心にさらなる火をつける。

「2004年のM-1グランプリ。サンドウィッチマンは、前年に続いて2回戦で敗退していた。決勝進出者の発表の日、僕は東京駅の地下で土砂運びのバイトをやっていた。そうしたらハチミツ二郎さんから、携帯に電話がかかってきた。すごく嬉しそうな声で、『伊達ちゃん！僕ら、M-1の決勝が決まったよ！！』って言った。僕はそのとき、ドロだらけの手で、携帯を握りしめていた。『マジですか！おめでとうございます！！』ってお祝いを言ったんだけど、内心、消えちゃいたいほど惨めだった。東京ダイナマイトが決勝に行ったのは、本当に嬉しかった。2004年の決勝出場コンビでは、

東京ダイナマイトと優勝したアンタッチャブルだけが吉本興業以外の所属だったのだが、この2組は見事に大会をかき回してくれた。その奮闘する姿は、本当に誇らしかった。二郎さんの決勝進出をお祝いしたい気持ちは、仲間内で誰よりも強かった。だけど同時に、ふだん飲み連れて行って、何でも相談できる、同じライブの舞台にも立っていた身近な兄貴分が、あんなにも華やかでキラキラした場所に行って、好きな漫才を堂々とやれてるって姿が…言葉にできないくらいまぶしくて、羨ましかった。それに引き替え、僕はこんなところで汗だくで、フラフラになりながら、土砂を運んで。こんなことしてる場合じゃねえだろ！って、悔しくて、恥ずかしくて、情けなくて——。ドロだらけの手で目をこすったら、ちょっと泣いてたことに気がついた。『もっと上を目指さなくちゃ、ここで終わっちゃう』自分の中から、そんな声が聞こえた。」(伊達みきお)

2005年からテレビの仕事も増え、少しずつお笑い芸人として生きていけるようになると、富澤さんは冷静に自分を見つめ、M-1への思いを確かなものにした。

「一生懸命やって、なんとかか少しずつ、世間に名前を覚えてもらえるようになって、呼ばれる場所が増えてホッとした反面…ものすごく反省していた。1998年に東京に引っ越してから6、7年。貴重な20代後半の時間を、だらだら食いつぶしちゃったなど。《中略》若いとき、売れている先輩に口すっぱく説教された。『命がけでお笑いをやれ！真剣に取り組めば、必ずいい結果はでるからな！』と。だけど僕は、真面目に受け取ってなかった。勝ち組のあなたは、そう言えるでしょうって。頑張ったからって売れるって世界じゃないだろうと、どこかで決めつけていた。とんがってる気分で、実はスネてただけなんだ。売れてない自分自身に。努力してない自分を、なんとかゴマかしたかったんだ。最悪だ…そういう芸人こそ、本当に敗者だ。《中略》目標を設定し、自分たちの笑いを分析して、計画と戦略をたてて頑張らないと、欲しいものは手に入らない。逆に言うと、頑張れば欲しいものは手に入る。ようやくわかった。このとき、僕らが求めていたのは、M-1グランプリの決勝進出だった。あの舞台に立って、テンションのあがるジングルの中、ステージへの階段を相方とふたりで下りて、マイクに向かって漫才をやりたい。賞金とか知名度アップとか、そういうレベルの欲望じゃ

ない。日本一の漫才師を決める、いちばん高い闘技場に、僕らは立ちたい！」(富澤たけし)

つまずくたびに立ち上がり、最後まで自分達の笑いを信じ続けたサンドウィッチマンは、4239組がエントリーしたM-1グランプリ2007でついに優勝を成し遂げた。

「いろんなものが、報われた瞬間だ。10年前、あいつに会社を辞めさせてしまった。実家に対して、肩身の狭い思いをさせた。賞レースにも無縁の人生だった。売れない時代を道連れにしたせいで、結婚する予定だった彼女とも、別れさせてしまった。僕は相方として…伊達にいい思いをさせてやれなかったことを、本当に、申し訳ないと思っていた。だけど今、こうして日本一の漫才師になれたんだ。『僕とコンビを組んでよかっただろ？』と胸を張って言える、初めてそう思えた瞬間だった。」(富澤たけし)

「18歳から23歳までの、サラリーマンだった時代の僕に、もし会えたら、何が言えるだろう？あの頃は、大人の人生ってこんなもんかと、達観していた気がする。会社に行って、毎月給料もらって。少し昇進して、結婚して子どもができて、小さな家で歳をとってゆく…そんな、どこにでもある人生を、僕も送るんだろうなと思ってた。今みたいなドラマも刺激もない。それはそれでよかったかもしれないけど。でも、やっぱり今の人生の方が面白いぜ！って言うだろうな。サラリーマン人生を否定はしないけど、達観してちゃいけない。叶えられるかどうかわからない、だけど抱いてるだけでワクワクする——という夢を、ひとつ見つけるだけでも、人生は大きく変わる。僕の場合は、富澤が誘ってくれて、お笑いという夢と出会った。M-1チャンピオンになって、今ここで自分の話を本にしている人生は、富澤と一緒にじゃなかったらたどりつけなかった。仙台発の深夜バスに乗って、東京駅に着いたあの日。やっていけるのかわからない不安と、お笑い芸人で一番をとるんだ！という興奮と期待。金目の物は何にもなかったけど、夢だけは、胸にぎっしり詰まっていた。誰にだって、そういう瞬間はあるはずだ。それから10年。僕らはM-1チャンピオンとして、日本中からお祝いを受けた。信じていいよ。夢って、叶うんだぜ。昔の僕のように、23歳ぐらいで、将来の進路に悩んでいる若い子はいっぱいいるだろう。悩むだけ悩めばいい。そして、夢を持って、前に飛び出せ。間違っても自殺なんかするなと言いた

い。人は、何にだってなれるんだから。仙台のどこにでもいるラグビー部出身の田舎小僧が、若手漫才師日本一の称号をもらえたんだから、本当だよ。今、僕は、猛烈に学校で講演会をやりたい。僕の言うことだったら、悩める若者も耳を傾けてくれるんじゃないかな。今のところ、オファーはゼロだけだね。」(伊達みきお)

M-1で優勝し、若手漫才師日本一の称号を手にしたサンドウィッチマンだが、その光り輝く景色を見ることができたのは、それと同等の辛い景色を過去に幾度となく見てきたからだ。テレビに出られなかった厳しい下積み時代、歓迎されていない中で地方営業、笑いに対しての熱が冷えきったどん底な自分、大切な人との別れ—幾度となく気持ちを折られる経験をしてきたはずだ。しかし、直面する全ての出来事を笑いの原動力にして、心に火を灯したまま最後までコンビで駆け抜けることができた。親や周りの人に助けってもらったおかげなのは間違いないが、助けてもらえる人間で居続けたサンドウィッチマンの笑いに対する熱い気持ちがあったからこそだと言える。

表3 Weinerの帰属理論(事例③サンドウィッチマン)

	サンドウィッチマン
内か外か	外
制御できるか・できないか	制御できない
安定か・不安定か	不安定

M-1グランプリで優勝するまでに多くの困難に直面したこの体験談をWeinerの帰属理論を用いて分析すると表3のようになる。M-1で優勝し、お笑いで食べていけるようになるかは、チャンスをもたらえるかどうかが大きいため、自分の外部に原因があると分類できる。食べていくのが簡単ではない仕事なのは間違いなく、自分の理想の状態でお笑いができることは難しいことが多いので、「制御できない」に分類できる。大切な人と別れたり、結果の出ない毎日に心が冷めることもあったが、お互いがお互いにとって欠かせない存在になり最後まで駆け抜けることが出来た。したがって、最後の項目は「不安定」に分類した。

8. 事例研究④

最後に分析するのは、女性アイドルグループ乃木坂46の元メンバーである橋本奈々未さんの困難に直面した体験談で

ある。橋本さんは、2017年2月に乃木坂46を卒業し、芸能界も引退した。北海道旭川市出身で大学進学の際に上京したのだが、金銭的な面で生活が厳しくなり活路を見出す過程の中で、乃木坂46のオーディションを受け合格することになる。この芸能界入りが彼女の運命を大きく変えていく。

「オーディションに受かると、すぐにフラッシュがたかかれて、次の日の朝には雑誌とか新聞とかニュースに自分の顔が出ているという状況がつらくて、そこから毎日ずっと泣いてたんですよ。私は芸能界に入る覚悟をもって受けたわけではなかったの。そうしているうちに精神的にも不安定になっていて、一週間くらいずっと泣いてる日が続いている時に、『泣いてても誰も助けてくれないし、仕方ないな』と開き直るようになりました。負けず嫌いなところは昔からあったので、落ちた子たちが番組や雑誌で私を見た時に、『なんでこの子が受かって、私が落ちたんだろう』って言われるのはちょっとくやしいので、ちょっと頑張ってみようかなって思ったのをきっかけに意識が変わりました」(橋本奈々未)

アイドルになりたいとかではなく、厳しい生活をどうにかしたいとの思いで芸能界に入ったため、最初は自分の状況に戸惑っていたが、それでも目の前のことに必死に食らいつきながら、乃木坂46のメンバーとして経験を積み重ねた。しかし、乃木坂に入って数年がたった2014年に大きなライブや舞台に体調不良で参加できないという困難にぶつかる。

「広がったなと思いました、差が。ちょっと不安だったんです、なんか。私の話じゃないけど、ライブだったりプリンシパル(ミュージカル)だったり、いろんな事情があっただれませんかってなった後に乃木坂をやめるっていう決断をする人が今まで多かった。なんかその気持ちが分かって。一個そういう大舞台を一緒にできないってことを経験すると、ものすごい差を広げられたような感覚で…多分埋めようのない差が広がっているんですよ。」(橋本奈々未)

橋本さんにとって、自分の思い通りにはいかない2014年だったが、気持ちを立てなおして、自分が乃木坂にいる意味と向き合いながら困難を乗り越えていく。

「2014年がすごく悶々とした時期で、辛いことが仕事であるたびに、『あーやめたいな』とか、『でも辞めたらどうにもならなくなっちゃう』とか、そういうのすごい悶々としてたんですけど、『でもこれじゃ駄目だな』って、入った意

味なくなっちゃうし今辞めても。って思ったら、私も含めて家族全員が、私が辞めてもちゃんと暮らしていけるような環境を全部整えて、『娘をこうやって育ててよかった』って両親に思ってもらえるようになったら、この3、4年やってきた意味があったかなって。明確だから、自分が頑張るゴールまでが。私がお家にできることを、完璧にやろうと思って。お父さんお母さんも、もう齢なので、病院通いになるので、来年には家買います。来年度に弟の初年度入学費を全額納入。」(橋本奈々未)

もともと、本気で生活に困っているという状況を抜け出すために望んでいなかった芸能界の仕事をするようになったのだから、いくらでも挫ける瞬間はあったはず。でも、それでも卒業する最後まで、約5年間乃木坂の一員として仕事を全うすることができたのは、誰のせいにもせず自分で決めた道の上を信じて歩み続けたからだ。自分が守りたいものの為に現実から目をそらさずに向き合い続けたのだ。乃木坂と交流の深いお笑い芸人のバナナマンとの会話からもみてとれる。

バナナマン設楽：アイドルをその一心だけでやってきたの？

バナナマン日村：弟をなんとかしようっていう？

橋本奈々未：最初はそれだけじゃなかったです。毎日必死で、目の前にどんどん新しいことがおこるから、そこに食らいついていくのに必死っていうだけで、そこには弟がとか、家族がとかはなくて、とりあえずやらなきゃっていうくらいの気持ち、だんだんペースが見えてきてこの活動ってこういう風にやっていくんだって、やっていくときにしんどい時期というか、もっとこうしなきゃって時に、支えになるのは私がちゃんとしないと困る人がいるっていう気持ちは支えとしてありました。

橋本さんは自分のことを最後まで信じて、乃木坂を卒業する際に、ラジオ番組でリスナーやファンに向けて言葉を残している。

「SCHOOL OF LOCK!を聴いてる生徒のみんな、これからいろんなことがあると思うけど…全部どうにかかります！生きてればなんとかなるし、何かがあって後悔が生まれたとして

も、生きてる限り後悔を晴らすチャンスはあると私は信じてます。後悔する前提で喋ってるな、私(笑)なるべく後悔しないほうがいいけどね(笑)でもいろんなことが起こるじゃないですか、人生は。そういう時に、辛いときにね、ぜひ思い出してください。そして、みんな本当に楽しい時間を私にくれてありがとうございました。本当に…たくさんお世話になりました。皆さんお幸せに。橋本奈々未でした。したっけー！！！」(橋本奈々未)

表4 Weinerの帰属理論(事例④橋本奈々未)

	橋本奈々未
内か外か	外
制御できるか・できないか	制御できない
安定か・不安定か	不安定

体調不良で大きなライブや舞台に参加できずに、悶々とする日々を過ごし、それでも自分を見失わずに自分が乃木坂にいる意味を見据え続けた橋本さんの体験談をWeinerの帰属理論を用いて分析すると表4のようになる。悶々とした日々を過ごしたのは、病気だけではなく、自分以外の家族のことも考えていたためなので、「外」に分類できる。仕事を辞めれば辛いことから解放されるかもしれないが、自分が自立し家族の助けになるには困難と向き合うしか選択肢がないため、自分で制御はできない。したがって、この項目は「制御できない」に分類できる。自分が心から望んで入った世界ではないので挫けてもしょうがないのかもしれない。辞める、続ける、の間に悶々とし、悩んだ。しかし、それでも自分が乃木坂でできることを信じて前を見据え、途中でやめることなく、卒業する最後まで自分の決めた道を歩み続けた。したがって、最後の項目は、「不安定」に分類できる。

9. 結論

筆者は足の怪我を患って大学生活中に3回手術をした。怪我の他にも簡単には解決できない家族の問題が積み重なり、生きていくのがとても辛かった時期がある。時間が過ぎるのがひどく遅く感じて、ゴールのないマラソンを全速力でやっている感じだった。世界を見渡せば自分よりもっと辛い思いをしている人がいることは、頭では分かっていた。多かれ少なかれ誰でも悩み事があることも分かっていた。しかし、当時の自分は、「心の底からそう思えずにこんなに苦しい思い

をしているのは自分だけだ」と周りが見えなくなっていた。身から出た錆で自分の行動のせいなのに、孤独を勝手に感じて自分のことを思ってくれている人を大切にできなかつた。落ちるところまで落ちきって全てを失った時間がある。しかし、そんな自分がまた立ち上がって、夢に向かって走ることができているのも人の助けがあったからである。筆者は、友達も好きなサッカーも全部なくしたとき、降りかかった困難に負けずに、誰のせいにも何かのせいにもせず、自分の道を自分らしく歩いている人がとても輝いて見えた。自分以外の他人を一人でいいから信じる事が出来るようになると、もっともっと多くの人を信じる事が出来るようになる。そうすれば、人を信じている自分のことを好きになれる。筆者は実体験からその経験を得た。困っている人がいたら助けたいって、人は誰もがそう思えると思う。しかし筆者は、周りが見えなくなっていた時、その当たり前の事に気づくことができなかつた。「相手の立場になって考える」この基本が一番大切だと感じている。人は一人では生きていけない。でも、考え方がたくさんあるからこそぶつかることや傷つけることがある。だから、きちんと謝ったり、ありがとうの気持ちを素直に伝えたりすることが大事なのだと思う。筆者は、自分の人生が上手くいかなかったとき、自分にはこの状況は何も変えられないと思っていた。行動しない限り可能性はゼロなのに、勝手に諦めていた。今回の研究で4人の事例を調査した。その結果、全員が原因は「不安定」であると認識していたこと、すなわち、最終的には困難は変えられる、乗り越えることができると信じていたことが明らかとなった。長友選手は、恩師のおかげで何事も自分次第で変化を起こす事が出来ると思えるようになった。長谷部選手は、一番辛く感じる出来事を後から振り返った時、自分にとって一番大切な時間になることを知っているから、困難に対して恐れずに挑戦していくことができた。サンドウィッチマンは、心が折れそうな出来事に直面しても、自分達の笑いを信じて突き進み、M-1で優勝し、売れない時代を愛せるようになった。橋本さんは、食べていけない生活を抜け出すためにがむしゃらに行動し、自分でも思わぬ形で芸能界に入ってしまう。自分の望まない仕事なのだから、挫けてもしょうがないと思えるが、自分の守りたい人、考え、もののために最後まで自分を信じて歩み続けた。最初は、目の前のことに向き合うことで

精一杯だったが、必死に食らいついているうちに、ずっと心に背負っていた家族の暮らしも助けることができるようになった。サンドウィッチマンの富澤さんの言葉で、「気持ちのないやつに人生は変えられない」というのがある。本当にその通りだと感じている。困難を乗り越える為に大切なことは、最後まで諦めない気持ちだ。辛いことや苦しいこと、受け入れがたいことと向き合うのはとても難しい。でも、忍耐強く耐え忍ぶことができれば、必ず耐え忍んだ先にしか得られないものがあり、それが困難を乗り越えるために必要な事だと私は信じている。一気に乗り越えなくていい。焦らなくていい。ひとつひとつゆっくり歩みを積み重ねることが何より大事だと思っている。

10. 謝辞

本研究を進めるに当たり、指導教官の渡邊法美教授からは多大な助言を賜りました。厚く感謝申し上げます。

11. 参考文献

【論文】B Weiner (2010), Attribution Theory, International Encyclopedia of Education, Vol. 6, pp. 558-563

【書籍】

長友佑都 (2011) 『日本男児』ポプラ社

長谷部誠 (2011) 『心を整える。勝利をたぐり寄せるための56の習慣』幻冬舎

サンドウィッチマン (2018) 『復活力』幻冬舎文庫

【インターネット】

サッカーキング 【インタビュー】長谷部誠 ボールを追い続けられる理由 ～折れない心を作り上げたもの～

[https://www.soccer-](https://www.soccer-king.jp/news/world/ger/20190411/926754.html)

[king.jp/news/world/ger/20190411/926754.html](https://www.soccer-king.jp/news/world/ger/20190411/926754.html)

乃木坂46・橋本奈々未「整形はしてないです」変化の秘密を告白 - 桜井玲香、鳥居坂46への思い明かす

<https://news.mynavi.jp/article/20150729-nogizaka001/>

橋本奈々未のSCHOOL OF LOCK!卒業式

<https://www.tfm.co.jp/lock/girls/index.php?itemid=9440>

【映像】

乃木坂工事中 #78 橋本奈々未がバナナマンに卒業・引退を語る / 乃木坂46 16th シングルキャンペーン in 北海道 悲しみの忘れ方 Documentary of 乃木坂46