

長期継続 (資産形成&教育コラム)

「前編」

「継続は力なり」とはよく聞きますし、やっぱりそうだよなあ〜と
年齢 45 歳の私もつくづく実感しています。そこで、今まで自分は何を継続
してきたのか？と問われると思えば浮かぶものは意外と少ないよなあ〜と
落ち込んでしまいます。(本当はたいして落ち込んではいませんし、落ち
込むようなことではないと正直思っています。) 私が継続したあるいはし
ていると自覚しているものは、「甲子園球児」を勝手に文字って、あるのか
ないのか分からない言葉ですが、「花園球児」の父の進めで2つ上の兄と
小学校時代に始めたラグビー、中学にはラグビー部がなく、何度もお伝え
しているように日本一のカントリーサイド(単なる田舎)では当時クラブ
チームのような学校外でラグビーを楽しむような団体はもちろんなかつ
たので、3年間は陸上部に所属し、高校から再開し大学まで計12年間続
けました。前職は新卒から6年半勤め、現職に就いてからは今年2025年
8月で丸17年になります。コロナ禍の2020年から始めたスポーツジム
でのワークアウトもかれこれ5年。このサンタ通信とコラムも2018年か
ら作成して送付させてもらっているので、かれこれ7年。コツコツ続ける

ことは得意な方だと思っていましたが、先程もお伝えしたようにパツと思いつくものはこの程度で、後で詳しくお伝えしようと思っている資産形成も、今の仕事に就いてある程度自分で勉強して経験してからのので、10年程度です。ラグビーは今ではもう観戦だけなので、継続している訳ではなく、12年間やっていたという過去の出来事です。強いていえば、生まれて此の方『山田新悟』を45年間続けていることが、とても平凡であり当たり前ではあるのですが、とても大切なことだと思いますし、両親に感謝していますし、今まで関わってきたさまざまな方にも同様に感謝しかありません。と、感謝で締めてきれいに終わりたいところですが、資産形成コラムにもなってなければ教育コラムにもなっていないので、ここから本題に入ります。※先に進む前に皆さんも今までに継続、特に長期で継続してきたものって何があるかなあ～と思い出してみてはいかがでしょうか。

まずは、教育から。人にはそれぞれ得手不得手があります。それと同様、教育の面でいうと得意科目と不得意科目があると思います。昨今の一般的な教育方針では、よく得意分野をとことん伸ばすことに重点をおく傾向があるように感じます。子どもの良い所を見つけて褒めて伸ばすも同様の考え方だと思います。私の個人的な感覚だと、勉強において苦手科目の

方が伸び代があり、少々嫌でも頑張れば比較的直ぐに結果が表れると実感しています。得意科目は普通にやってもそれなりに高得点が得られ、得意なのでやっけていても楽しいし、続けることも楽だと思います。得点が伸びるあるいは高得点を取れるから楽しいといった逆説的な側面もあるかと思えます。そういった意味では苦手科目と思いついでいる科目を少々苦しいかもしれないけれど、取り組むことで伸び代がある分得点が進捗しやすく、結果楽しくなってくる可能性は大いにあると自覚というか再定義することはとても大切な視点だと思います。そして、苦手科目を克服する方法がまさに『継続』だと思います。「継続は苦手です。」という人もいるかと思えますが、苦手というよりただ単に難しいのだと思います。人は難しいことに直面した際に、「苦手」「向いてない」「時間がない」「忙しい」などの言葉に置き換えて、直視しなくなる傾向があります。しかし、難しいことをコツコツ継続して取り組むこと、この段階ではただ単に取り組むことで結果に繋がり苦手が普通になり、さらに続けると得意になる傾向があります。よく「失敗しない唯一の方法は成功するまで続けること」なんて言われたり「成功の反対は失敗ではなく、諦めること（反語的に継続することの意）」と言われたりもします。つまり、多くの人は苦手と言って途中で脱落する中、続ければ何とかかなると思ったり、そもそも難しく考えずにた

だ単に続けているだけでその他大勢の人たちをゆっくりと着実に追い越し、途中で諦めた人たちよりも結果において追い越すことになっている。まさに継続の力だと思います。往年の作家『誰がために鐘は鳴る』で有名なアーネスト・ヘミングウェイは毎日必ず何ページ書き上げるか、あるいは執筆が進まない時でも必ず一定の時間までは机に向かい続けていたそうです。執筆量と執筆時間のどちらかを必ず達成することを日々のノルマとしてず〜っと続けていたそうです。まさに長期継続によって、偉大な作家となりました。ちなみに、日本を代表する作家、村上春樹氏も同様の手法で、長きに渡って魅力的な作品を執筆し続け、毎年のようにノーベル文学賞の候補になっています。

教育の面で言うと、勉強に限らず運動・スポーツや芸術も同様だと思います。私は小学校からラグビーを続けていたおかげで、高校1年生の時から試合に出ることが出来ました。ラグビー経験者の方にはリアルに想像していただけだと思いますが、試合に出られて嬉しいといった感情は殆どなく、どちらかと言うと恐怖の方が感情の殆どを占めていました。ましてや、数年ぶりに再開したラグビーで体も小さく軟弱だった私。しかし、父の影響で小さい頃から途中中段はありながらも継続していた結果、試合での経験を数多く積むことができ、恐怖心と上手に付き合う方法を少しずつ身に

付け、そのおかげで大学に入ってから体育会ラグビー部で1年生から4年生まで全試合に出場することができ、4年時には主将を務めるまでになりました。日米両国で野球殿堂入りしたイチローこと努力の天才、鈴木一郎さんは過去のインタビューで「今までに一番、誰にも負けないと思う努力はなんですか？」のような質問に「高校時代3年間、毎日10分間の素振りを休まず続けたことです。」と答えていました。年間365日×3年間、10分と言えば一般的には短時間ですが、雨の日も体調が優れない時も、練習で帰りが遅くなった日はもちろん、どうしても今日はやりたくない気持ちに乗らない時も、毎日愚直に続けたそうです。しかもあまり面白いかとかそういう感覚は持たず、ただ単に続けることに集中していたそうです。僅か10分、それがどれだけ難しいことかはご理解いただけたと思います。

こんな話をしていると、ただ続けるだけでは意味がないと思われる方（得てして今までに継続してきたことが無い人）もいるかもしれませんが、そう言って途中で辞めた人たちには少なくとも続けている時点で、私は意味があると思いますし、意味とはそもそもその最中に見出すものではなく、後になってあの当時の事柄（イチロー選手の素振りのように）をそれぞれの価値観で意味付けしていくものだとして認識しています。以前の教育コラムで書いたスティーブ・ジョブズの『コネクティング ドット』もま

さにその典型だと思えます。

資産形成における長期継続について話を進めようと思えます。が、余談と言うか脱線と言うか私事が多いせいで、とにかく分量が多くなってしまったので、次回に持ち越そうと思えます。すみません。

次回後編のイントロを少し、投資家ウォーレン・バフェットは株式投資において「株式市場はせっかちな人から忍耐強い人へと富を移す場所だ」とまさに長期継続・長期投資戦略の際に語っています。

と言うことで、前編の最後にもう一つ大人になってから続けていることを思い出しました。毎日の「晩酌」です。よせばいいのに、ただひたすら毎日かれこれ 25 年ほど続けています。コラムの前半で質問させていただきましたが、皆さんも長期継続しているものありましたか？さて、そろそろ今晚も何を飲もうか楽しみになって来たところで、反省と同時に一旦終わろうと思えます。

ソニー生命保険(株) 大分支社

〒 870-0029 大分市高砂町 2-50

オアシスひろば 21 9 階

TEL 097-532-9200

ライフプランナー 山田新悟