

# 世界征服\*のための やさしい手引き

規則だらけの世界で  
とてつもない生き方をする方法

\*そしてその他の重要なゴール

クリス・ギレボー\*

このレポートは完全に非営利目的のものであり、いかなるアフィリエイト・リンクも含まれていません。

---

\* クリス・ギレボーの許可の下、塚越悦子および松本匡史が日本語版を作成しました。日本語版作成者に関する情報は、本書の最終ページをご覧ください。

A Brief Guide to World Domination

Copyright © 2008 Chris Guillebeau. All rights reserved.

Layout by Reese Spykerman

重要：もし君がプリンタを使える環境にあれば、このレポートを印刷してほしい。モニター上で読むよりも、そのほうがもっといろいろなことを学べるだろう。お気に入りのカフェへ持って行くときや、自宅で座り心地の良い椅子に腰掛けながら、あるいは次の旅行に向かう飛行機の中へ持ち込んで読んでほしい。

このレポート中には、オンライン上のさらなる情報へとつながるハイパーリンクが数多く含まれている。コンピューター上でこれを読んでいるときには、いつでも各リンクをたどって、詳しい情報を読み、僕のすすめる資料をチェックすることができる。それでも、できればこのレポートを印刷した状態で読むことをより強くおすすめする。

2 世界征服のためのやさしい手引き

# 世界征服のためのやさしい手引き

## 目次

### 第1章: この29ページで君が学ぶこと

- ・ はじめに
- ・ このレポートを読むべき人
- ・ 最初に知っておくべきこと
- ・ 話の裏は？

### 第2章: どうしようもないぐらい平凡な人たち vs. 少数派のとてつもない人たち

- ・ どうしようもないぐらい平凡になる方法
- ・ この世で最も重要な二つの質問
- ・ 大きな問題と、簡単な答え

### 第3章: 混みあった世界と、雑音を打ち破る方法

- ・ 僕たちは本当にうるさすぎて真実の聞こえない世界に住んでいるのだろうか？
- ・ 5万人の読者を持つ小さなブログ
- ・ 670万ドルの講義
- ・ 50日間で50のマラソンを走る
- ・ 慈善事業を通じて間違いを正す
- ・ 世界を征服し、変えるためのビジョン
- ・ 君が道中で立ち向かうことになる数々の難関

### 第4章: 攻撃の計画、そして困難を乗り越える方法

- ・ 世界征服のためのツールキット
- ・ 攻撃の計画
- ・ 今後の計画
- ・ シンガポール航空の座席4Dから最後に一言

### 付録: 謝辞と資料

## 卓越性

もし君がどうしようもないぐらい望むならば、そして実現のためには自分の人生に変化を起こす気持ちがあるならば、君にも世界は征服できる……あるいは君が本当にしたいことは、何だってできるんだ。そう、何だって手に入るんだ。君が投げ捨ててなくてはいけないのは、前提、期待、そして卓越性から君を遠ざけている居心地の良い場所だ。

# 第1章

## この29ページで君が学ぶこと

4 世界征服のためのやさしい手引き

# 「言われたとおりに世界を感じなくていいのだということが、ときおり人々に強烈な衝撃を与える。」

## — アラン・エイトレイ

これはその名のとおり、君が世界を征服するのを助けるマニフェストだ。小さな国を侵略し、慈悲深い独裁者になりたかったら、この29ページはまさに君がその準備をする助けになるだろう。

他にも、起業する、芸術家として成功するなど、価値のある野心を持っていたら、このレポートはそういうゴールの達成をも助けるだろう。

また、君の個人的なゴールが、他の人たちを助けるということと、いかに密接に結びついているかもわかるだろう。大きな野望に向かって突き進みながら、それと同時に、他の人たちの人生に影響を与えることもできるのだ。実に独特な方法でこういったことをしている普通の人たちの話をいくつか君に紹介し、君が君自身の作戦を練る手助けをしよう。

### このレポートを読むべき人

このレポートはすべての人に向けたものではないことを最初に断っておきたい。というより、おそらくほとんどの人は対象外だろう。一般大衆のために書くのではなく、自分自身の生き方をしながら、それと同時に他の人たちの人生に劇的かつ前向きな変化をもたらすことに興味をもっている、少数派の人たちのために、僕は35時間をこれらのページの執筆に費やした。

つまり、僕は世界征服を——あるいは、少なくとも世界を変えたいと——真剣に考えている人たちのためにこのレポートを書いたんだ。

この少数派のとてつもない人たちがどのように世界を変えていくか、その方法は実に様々だ。画家、作家、そしてミュージシャンまで、いろいろな分野の芸術家もいれば、僕たちの生活を劇的に変えるビジネスを起こす起業家もいるだろう。

自分たちの分野の現状を変えようと戦っているプロフェッショナルもいれば、教会や大学のような、変化に対して抵抗を示すことで特に有名な組織でルールを書き換えようとしている人たちもいる。あるいは、今まで誰も成し遂げたことのない、まったく違ったことに挑戦する人もいるだろう。

とてつもない人間になることを選んだ僕たちにとって、これは孤独な旅で、規則どおりの道が魅力的に見えることだってある。この道は安全な生活で舗装され、単調さの真ん中で、失敗する可能性はほとんどない。でも、他の人たちと同じようになるなんて、どこが楽しいだろう？

ところで、このレポートにはアフィリエイト・リンクは一切含まれていない。君におすすめしたいものはいくつかあるけど、君が何らかの行動を起こすことによって僕に入るお金はない（それに、おすすめのはほとんどは無償で提供されている）。

## 最初に知っておくべきこと

今ここで、一番の秘密を教えてしまおう。このまま続けてレポートの残りを読むか、あるいは何事もなかったかのように自分の人生に戻るかどうかに関わらず、これだけは覚えておいてほしい。用意はいいかい？

それは、「他の人が君に期待しているような生き方をする必要はない」ということだ。

この冒頭部分で、世界征服をするための最高の方法を書き記したから、この秘密にはよく注目してほしい。君がこれを理解し、日常的にする何百もの選択に当てはめて実行すれば、君がしたいことをするのを、誰も止めることは出来なくなるだろう。

もし君がどうしようもないぐらい望み、そしてその実現のためには自分の人生に変化を起こす覚悟があるならば、君にも世界は征服できる……君が本当にしたいことは、何だってできるんだ。そう、何だって手に入るんだ。君が投げ捨ててくれないのは、仮定、期待、そして卓越性から君を遠ざける安全地帯だ。

今まで何を聞かされてきたか、何が起こったか、そしてどんな間違いをしてきたかに関係なく、人生の一日一日をどう生きるか、君はまるっきり変えることができる。君の持つ時間の大部分を好きなことにあてながら、それと同時に他の人の人生に多大な影響を与えることができる。

### 6 世界征服のためのやさしい手引き

実際、まさに君がそうすることを、彼らは期待しているのだ。

## 話の裏は？

君がまだついてきてくれているなら、もしかすると「この話にはどんな裏があるのだろう」と思っているかもしれない。だって、うまい話にはいつも裏があるだろう？

それが、そうでもないんだ。僕は何かを売ろうというつもりはまったくないし、このレポートはまったく利益を目的としていない。ただ、君に言うておかなければならないことがある。ここでは何も売りつけたりしないが、無料のアイデアだっものすごい価値を持つことができるんだよ。

かつて、「人は軍隊の侵略には抵抗することができるが、アイデアの侵略には抵抗できない」と、ビクトル・ユーゴーが言った。君がここで紹介されるアイデアを世界征服のために使った後で、どうしたら君がお返しをすることができるか、いくつかの例を紹介しよう。だが、君が最初の小国を侵略するまで、お返しは必要ないから、心配しないでほしい。それでいいかな？

## ささやかな自己紹介

ちょっとまって。少し先走ったかもしれない。こんなことを言っているけど、一体僕は何者なんだろう？

僕に関する話はすべて[ここ](#)で読むことができる

が、簡単に言えば、僕は大人になってからずっと独立して働いていて、今まで一度も、うんざりするような、いわゆる「真っ当な仕事」に就いたことがない。少し前に30歳になり、これまでずっとこうして何とかやってきたのだから、今になって真っ当な仕事というやつを探さなくてもやっていけるという結論に達したんだ。

ボランティアとして西アフリカで4年間活動したあと、2006年に僕はアメリカへ戻ってきた。この期間、僕はシエラレオネ、リベリア、そしてアフリカのその他6つの国に住み、世界で一番貧しい地域で、保健や清潔な水がより多くの人の手にはいるように協力してきた。

僕は、大統領から兵士まで、ありとあらゆる人と一緒に働き、その過程で普通ではない生き方についてたくさんを学んだ。アフリカで過ごした4年間は、今までで一番有意義な経験で、そこを離れた唯一の理由は、2006年の終わりにワシントン大学の大学院に入るためだった。

この、世界征服に関する会話は、今年のはじめ、修士論文を書き終える準備をしていたころに始まった。何人かの友だちから、次は何をするつもりかと聞かれ、最初のうちはどう答えたらいいかわからなかった。たとえば、起業する、博士課程に進む、アフリカに戻るといったような、その質問に対する「普通」の答えのリストを一通り考えてみた。

だが、長いこと考えたあと、僕は「改革運動を起こすんだ」と答えるようになった。

(ここでちょっとしたアドバイスをしよう。もし誰が自分の本当の友だちなのかを知りたかったら、君の一番突拍子もないアイデアを会う人みんなに話してみよう。君が本当におかしいやつだと思って、少しずつ距離を置き離れていく人たちもいるだろうが、中には君のアイデアをしっかり受け止め、どんな形であれ助けてくれる人たちもいる。後者の人たちが、君の本当の友だちだ。)

僕の社会運動は、『The Art of Nonconformity』<sup>i</sup>といい、僕は世界征服を計画している。僕はそれを自分ひとりでやるつもりではなく——大勢の、独立心に満ちた人たちが、それぞれのキャンペーンを行い、自分たちの思うように世界を変えていくんだ。

ところで、僕は次の5年間で世界のすべての国を旅するつもりだ(今までに83の国に行ったけれど、まだまだ先は長い)。規則だらけの世界を変える運動に加えて、このゴールの進捗状況を、行く先々の国からブログの記事を通じてウェブサイトでも報告していく。[メール購読](#)、[RSS](#)、あるいは何日かに一度にこのサイトを見ることで、ブログの読者となって一緒に旅をするのもいいし、君自身のアイデアをサイトで紹介することもできる。

---

<sup>i</sup> アート・オブ・ノンコンフォーミティ。「型破りになる方法」という意味。

## 大きな計画

そうだ、本当に世界を征服するためには、君自身の人生や、君と親しい人たちの人生だけではなく——人類全体に関係ある幅広い問題に取り組む必要があるのだ

## 第2章

どうしようもないぐらい平凡な人たち vs. 少数派の  
てつもない人たち



「人は、個人的な問題という狭い枠を超えて、人類全体の問題へと立ち向かうことが出来るようになるまで、本当に生きはじめてはいない」

マーチン・ルーサー・キング・ジュニア

僕についてはこれで全部だ。このレポートの最後に、僕がこれから始める、世界をめぐる冒険について話すけれど、ここから先は君のことについて話そう。

これから、この世界で一番重要な二つの質問をする。でもその前に、ほとんどの人にとって、人生がどんなものか見てみよう。この21世紀の西洋社会で、平均的な人はこんな風に生きている。

## どうしようもないぐらい 平凡になる 11の方法

1. 他の人が言うことをそっくりそのまま受け入れる
2. 権威に対して疑問を持たない
3. 何かを学びたいからではなく、そうすることになっているから大学へ行く
4. 人生で一度か二度、イギリスのような安全なところで海外旅行をする
5. 他のみんなはいずれ英語を学ぶだろうからと考え、外国語を習ってみようとしな
6. 自分のビジネスを持つことを考えはするが、決して実行しない
7. 本を書くことを考えるが、決して実行しない
8. 手が届く中で一番高額な住宅ローンを受け取り、返済するのに30年かける
9. 平均10時間ほど生産的な仕事をするために、週40時間机に向かう
10. 目立ったり、自分に注目を集めることをしない
11. ただ闇雲に与えられた課題をこなすだけ

詳細は[ここ](#)を参照してほしい。

もしこんな人生がいいと思うからといって、気を落とさないでほしい。君は現状に馴染んでいけるだろうし、誰も「君は変わらなくてはいけない」と挑戦してくることもない。世界の期待通りに生きることは安全で、規則に沿った道だ。君が孤独になるということは決してない。

しかし、僕はこの重要な質問を、間違っただ人に問いたくはないし、規則通りの道を歩むことを拒否する少数派の人たちに公平になるためにも、君がどうしようもないくらい平凡な人生に満足しているのなら、今ここでレポートを閉じるべきだ。僕は君の時間を無駄にしたくはないし、このレポートの残りはどのみちほとんどの人にあてはまらないだろう。

先を読んでしまうことなくレポートを閉じられるよう、このページの残りは空白にしておく。わざわざここまで読んでくれてありがとう！ すばらしい人生を送ってほしい。

## この世界で最も重要な二つの質問

まだいるかい？ すばらしい。もし、どうしようもないぐらい平凡な人生が、君にとってはゆっくりと窒息死するようなものだったら、君にはなかなか見所があるよ。

慌てないで。多くの人がするような、焦点も忍耐もほとんどなしに、ただぶらぶらと生きる方法のかわりとなる、明確な方法があるんだ。安全でも簡単でもないけれど、君が真剣に望むなら、誰も君の世界征服や君がしたいことをするのをまったく止められなくなるだろう。

これ以上待たせることはしない。この世界で最も重要な二つの質問はこうだ。

質問1：人生で本当にやりたいことは何だ？

質問2：他の誰にもできない、君だけにできることって何だ？

それぞれの質問をじっくりと考えてみるけれど、最高の結果を引き出すため、ほんの少し時間をとり、君の直感にしたがって質問に答えてみてほしい。

もし君がこのレポートを印刷したのならば、以下の空欄に答えを書き込んでほしい。もしそうでなければ、日記、メモ帳、あるいはもし君がスターバックスでこれを読んでいるのならば、紙ナプキンでもいい。これは意味のあることになるだろう。

## 質問1の答え：

## 質問2の答え：

### 第一の質問

さあ、始めようか。

質問1：人生で本当にやりたいことは何だ？

言い換えれば、君の究極のゴールは何だろう？ 今やらなければならないこと（好きでもない仕事や、どうしようもないぐらい平凡なリストに載っていることなど）をする必要がなかったら、君は何をする？

僕のマーケティング関係のメンターのひとり、ポール・マイヤーズは、12年間という、オンラインマーケティングの世界では永遠といって

もいほど長い間、ビジネス関係のすばらしいニュースレターを書き続けている。彼のニュースレターは無料で提供されていて、もしビジネスに興味があったら、[ここ](#)から購読することができる。

オンラインマーケティングに加えて言うと、ポールはちょっとした自由人でもある。僕のように、ビジネス以外のことについても執筆している。しばらく前に、彼は「理想の世界」という名のエクササイズを思いついて、彼は僕を（そして他の多くの人たちを）最初の質問の答えへと導いてくれた。そのエクササイズは、[ここ](#)から無料でダウンロードできる。

簡単にまとめると、何時に起き、どんな朝食を取り、というところから、一日の何時に何をして、誰を話して、というところまで、自分の理想とする完璧な一日を詳細に思い浮かべるのだ。それから君が君自身のために設計した完璧な一日に自分の人生を近づけるように計画を立てていくんだ。

他に何をしなくても、このエクササイズに真剣に取り組んだら、君は自分自身についてたくさんのことを学ぶだろう。どのように時間を過ごすか、そして何に焦点を当てるかということについて、もしかしたら君はより意図的な決断をするようになるかもしれない。僕は一年に一度、12月にこのエクササイズをするようにして、次の年にはいつも、多くのよりよい成果を残してきた。

「理想の世界」のエクササイズは、長期的なゴールを考えているときにするのが最も適している。僕

は、期間ごとに達成したいことをいくつか、常に更新するリストに記録していて、もし良かったら僕の方法を使ってもいいし、自分に合うように適宜変えてもいいだろう。

**1年間のゴール：**このリストは1年を通して数回見直し、12月に翌年のゴールを決める

**5年間のゴール：**このリストは1年ごとに見直す

**人生のゴール：**このリストは1年に一度見直し、生涯のゴールとなる大きな野望を入れるようにする

完璧な一日を細かく書き出す時間を取り、それを長期のゴールと組み合わせれば、君は人生で何をしたいのかということについてかなり明確にわかってくるだろう。

（補足説明：長期的なゴールを設定することのすばらしい点は、真剣に計画を立てれば、もっと短い時間で実現する可能性があるということだ。僕たちは、一日で達成できることを多く見積もりすぎるのに対しより長い時間をかけて達成できることについては低く見積もりすぎる傾向があるからだ。）

最初の質問にある程度答えられるようになったら（後からいつでも見直すことができる）、次の質問へ進もう。ところで、レポートの最後のほうで、最初の質問にまた戻ってくるから、君の答えをしっかりと覚えておいてほしい。

12 世界征服のためのやさしい手引き

## 第二の質問

この世で最も重要な質問の二つ目はこれだ。

*質問2：他の誰にもできない、君だけにできることって何だ？*

人生の本当の秘密は、たくさん努力をすれば君の欲しいものは何だって手に入るけれど、結局は自分さえ良ければいいというものではないということだ。自分にとって大切なゴールを達成することはできるけど、本当の意味で次の段階へ到達するためには、君はこの世の他の人たちのためになるすばらしいことをする必要もある。

なぜかというと、ほとんどの人たちは完全に自分たちのことだけ考えるような人生には、本当には満足できないからだ。億万長者が自らの富をほとんど寄付してしまうことを望んで選択するという近頃の傾向に注目してほしい。ビル・ゲイツ、リチャード・ブロンソン、ウォレン・バフェットなど、平均的な億万長者（そんな人がいればの話だが）は、どうしたら世界を変えられるかということに時間を割き、心を砕いている。

彼らはいったい何を考えているのだろう——とてつもない成功をおさめているビジネスを築き上げたことによって、彼らはすでに世界を征服したのではないだろうか？ 一番たくさんおもちゃを集めた人の勝ちだということを、彼らは知らないのだろうか？

ところが、彼らには目標があるのだ。クールさという点において、ビル・ゲイツはスティーブ・ジョブスにはかなわないかもしれないが、もしゲイツ財団がアフリカからマラリアを撲滅することができたとして、ノーベル賞の審査団はMacBook Airの開発者にノーベル賞を与えると君は思うかい？

僕はコンピューターに劣らず iPod が大好きだ。でも、毎年1万人以上の子どもたちがマラリアによって死んでいる。1 その数は、30秒に1人——あるいは僕が iPod で一曲聞く間に6人ということになる。ビル・ゲイツはこのことについてよく考えているという話で、だからこそ、彼はもっと重要な問題に力を注ぐためにこの夏マイクロソフトから退くことにしたのだ。

君自身のゴールはとてつもなく重要であり、そんなことにかまうのは止めろと言う人たちのいうことは絶対に聞いてはいけない（あとで、批評家や、君にはゴールを実現できないと言う人たちをどうしたらいいのか、教えよう）。

だが、お金、名声、権力、そして自身のゴールを達成する努力でさえも、それだけでは君をある程度のところまでしか後押ししてくれない。それより先へ進むためには、マーチン・ルーサー・キングジュニアのことばを考える必要がある。

「人は、個人的な問題という狭い枠を超えて、人類全体の問題へと立ち向かうことが出来るようになるまで、本当に生きはじめてはいない。」

そうだ、本当に世界を征服するためには、君自身の人生や、君と親しい人たちの人生だけではなく——人類全体に関係ある幅広い問題に取り組む必要があるのだ。キング牧師がこのような漠然とした表現で呼びかけたのにはそれなりの理由がある。

億万長者であろうとなかろうと、絶え間のない情熱は、君が自分自身のために世界を征服する手助けをする以上のことを可能にする。君は、この情熱で、他の人たちの人生を劇的に向上させることもできるのだ。

## 大きな問題と、簡単な答え

もし君がまだ僕について来てくれているのなら、普通は矛盾だと捉えられている、あることに気がついたかもしれない。あまりにも長すぎる間、僕たちは次の考え方それぞれを組み合わせることの重要性を見逃してきた——自分の望むことをすることと、他の人たちを劇的に助けることだ。

問題は、僕たちが生きる現代で広く行き渡った論理では、この二つの視点は本来対極にあるものだと見られてきたということだ。自分にとって良いことをするか、あるいは他の人たちにとって良いことをす

るか。お金を儲けるか、あるいは世界を変えるか。そうだろうか？

でも、ちょっと待ってほしい。なぜ、自分自身のゴールに取り組みながら、他の人たちのためになるすばらしいことはできないというのだろうか？ そして、言い換えれば、なぜ世界を良い方向へと変えるときに、自分自身のゴールを犠牲にしなければならないのだろうか？

世の中の型どおりの人たちは、どちらかを選べと決断を迫って来て、あるいは最初にお金儲けをたくさんしてからその財源を使って人助けをしると君に語りかけてくる。これは、第二の質問を先延ばしにしても構わないという保証を求めている人たちにとっては、一見すると満足に行く回答のように見える。

これが満足のいく答えになるのは、一時的な安堵感をもたらすからだ。一見すると、というのは、これが真実ではないからで、時間が経つにつれて、この考えを信じたことによって何か大事なものを見落としてしまったかもしれないと、ほとんどの人たちは徐々に的確な疑いをもち始めるからだ。

これが、他の誰にもできない、君だけが世界に与えられるものは何なのかということを見極めるために、できる限りの時間を注ぎ込む必要がある理由だ。

腰を上げて真剣になれば、僕たちのほとんどは人生から何を得たいのかということを見つめることができるだろうから、たいてい、最初の質問に答えるのはもっと簡単だ。本能的にそれが何だか知っている人もいるだろうし、数時間、あるいは数週間かかって答えを搾り出す人もいるだろう。

だが、第二の質問に答えるためには、普通はもっと多くの時間が必要になる。始めてすぐにつまづいたり、そもそも始まってすらいなかったという経験に満ち溢れた、長い旅になるかもしれない。でも人々は君が続けることを望んでいるし、実際に、それこそが僕ら一人一人にできる一番重要なことなのだ。

1. ソース: 世界保健機関、『Call for urgent increased effort to roll back malaria』、ジュネーブ

### 真の成功

君が最新の自己啓発本で読むかもしれないこととは逆に、真の成功は受動的なビジュアライゼーションや、楽観的な考えによって得られるものではない。そのためには行動、計画、そして犠牲が必要だ。サーファーからソングライターに転向したジャック・ジョンソンは、彼の最もカッコいい曲の中でこう言っている。「夢を夢で終わらせちゃいけない」、と。実現させるんだ。

## 第3章

# 混みあった世界と、雑音を打ち破る方法

# 覚えておいてほしい。後ろで誰かを批判することは、自分の信念を前に進めることより、もっともっと簡単なことだ。

エジプト、カイロの気が滅入るほど高い騒音レベルに関する話を、ニューヨークタイムズ紙は最近紹介した。この1700万人の都市全体で、一日の平均的な騒音レベルは85デシベルであり、これは過ぎ去っていく貨物列車から15フィート離れた場所に立っているときに聞こえる騒音よりも大きい。カイロの人たちは皆、何度も何度も「何て言ったの？」と互いに叫びあい、たずねながら歩き回っている。

この話を読んだとき、国際化の現象と、近年僕たちが経験した、技術の大幅な進歩のことを、僕は考えた。僕たちの多くは常時オンラインで、そして毎日、何千ものマーケティングのメッセージや個人的な連絡に攻め立てられている。インターネット上には膨大な情報があるため、役に立たない情報の絶え間ない集中砲火をくぐりぬけ、価値のあるものにたどり着くことが難しいこともあり得る。

**こういった状況は、何か意味のあるものが、この雑音の壁を打ち破ることは出来るのだろうか、君に疑問**

**を抱かせる。カイロの日常の会話のように、真実は沈黙するしかないのだろうか？**

幸いにも、この質問には、簡単で、満足の行く答えがある：

答えはノーだ。決してそうではない、ということ。逆に、君が、世界に対して自分自身の与えられるものは何かということ突き止めることを、世界は必死に、そして堪えられずに待ち続けているんだ。

そこがどれほど混みあっていて、うるさいかなんて宣伝は信じなくていいんだ。本当に大事にする価値のあるものを持って君がようやく現れれば、人々は気づいてくれるだろう。

混みあった市場で、人々をつながりのある真実の語り手になる方法を見つけた、非常に変わった人たちの例をここでいくつか紹介しよう。

**レオ・ババウタ  
生産性の専門家**

2006年、ライターで公務員のレオ・ババウタは、『Zen Habits』<sup>ii</sup>という名前の、生産性とライフスタイルの設計を専門とした、小さな、ニッチのブログを開設した。大したことはなかった。少なくともはじめのうちは。レオは、ゴールを設定すること、運動、ものごとをやりとげること、そしてこれらに関係した題材の重要性について執筆した。彼は、太り気味の喫煙者から、ベジタリアンのマラソンランナーになるまでの、彼自身の変化を書き記した。

レオが質の高い記事を定期的に発行し続ける中、多くの人々が注目し始めた。最初の年に、彼は3万6千人の購読者を獲得した。現時点では、6万人を難なく超え、今も成長し続けている。

彼の読者たちは皆、レオのことを知り合いのように感じており、彼の記事や個人的な話を楽しみにしている。

<sup>ii</sup> ゼン・ハビッツ。



レオはグアム島に住んでいて（まだ僕の訪れたことのない場所だ）、彼が Zen Habits でときおり書いている大家族（子供が6人！）と暮らしている。連邦政府のために書類を押しつけるかわりに、レオは今では彼が望むことをしている。彼は、ずっと求めてきた自由を手にし、彼の読者に大きな価値をもたらすブログ記事や短いエッセイを書いて、日々の大部分を過ごしている。僕はそんな読者の一人であり、ありがたく思っている。

そうだ、それに彼は新しい本の契約も結んでいて（彼のサイトにとって、すばらしい宣伝だ）、2008年1月16日、レオは常勤の仕事を止めた。彼は今では、フルタイムの**ブロガー**なのだ。

## ランディ・パウシュ

### カーネギーメロン大学教授

先の9月、ランディ・パウシュ教授は、彼が10年間教えていた大学で、友人、家族、そして同僚たちからなる、小さなグループに向けて印象的な講義を届けた。そのすぐ前にランディは膵臓ガンであると診断されて、長く生きる見込みはないとされていた。

彼の「最後の講義」で、ランディはユーモアを織り交ぜて、「子供のころの夢を本当に達成すること」という、意欲を掻き立てる話をした。[ここ](#)で講義のすべてあるいは[ここ](#)で4分のまとめを閲覧することができる。<sup>iii</sup>

<sup>iii</sup> 日本語字幕付き映像は[こちら](#)。

ランディのアイディアは非常に単純であり、そして、この講義はもともと、彼の子供たちが大きくなり、彼がもうこの世にいなかったときのためのものだと言った。だが、最後に数えた時点では、少なくとも1000万の人々が様々な形でこの講演を目にし、ランディは670万ドルと報告されている額を、関連する本の権利に対して受け取っている。

この話が何よりも僕に語りかけてくることは、世界がどれほど単純な真実に飢えているのかということだ。このビデオが最初に世界中に広がり始めてから9か月後、僕はオーヘア空港内を移動しているときに、Fox Newsで映像が放映されているのを見た。9か月後だというのに同じ映像だ！

世界には真実の語り手が欠けている、と僕は君に言っているんだ。もし君がれっきとした語り手になれるならば、十分な人たちが耳を傾けてくれるだろう。

## サム・トンプソン

### とてつもないマラソンランナー

サム・トンプソンは何年も走り続けていて、彼は僕が知っている誰よりも、しょっちゅう訓練に出かけている。数年前にアパラチアン・トライアル（2000マイル！）を完走したあと、サムは「真の」挑戦が必要だと決心した。

ハリケーン・カトリナ救済のための基金を募

り、人々の関心を高めるということをゴールにして、サムは50日間、50の州で、50のマラソンを走ることになった。極端なゴール設定というのはこういうことだろうか？

（最近、僕は二年の間に、二つの州で、三つのマラソンを走ったことを誇りにしている、と言った。残念ながら、これはそれほど印象的には聞こえない。）

サムは旅へ出かけ、何度も何度も走りに行った。町から町へ、来る日も来る日も、そして他の長距離走者が回復のために取るような休日も取らずに。他の州とスケジュールが重なったせいで、彼は一日に二つのマラソン（52.4マイル、あるいは8時間のランニング）を走ることもあった。

彼がジョージアについたとき、CNNが連絡してきた。サムのインタビュー映像を[ここ](#)で見ることができ、この時点でちょうど40のマラソンを走ったというのにも関わらず、サムがどれほどリラックスしているかということに君は気づくだろう。サムがメディアから受けた全ての取材の中で僕が好きな部分は、（いわゆるお抱えの専門家の）スポーツ医師による、サムの努力は「ほぼ不可能」なものであり、彼の身体に「永久的な障害」を引き起こすだろうという発言が、後にCNN.comによって引用されたときだ。

サムにどうしているか、僕は先週、彼にたずねた。彼はまだほぼ毎日走り続けていて、次の大きな冒険のために調整しているのだと、僕に語った。安全な意見なんて、大したことはないんだ。サムは



また、彼がハリケーン・カトリナ救済のために何千ドルも集め、その道中でスポンサーを見つけたことを話してくれた。

サムがそうしたように、君が一番情熱を持っていることに、ほかの人たちを助けようという焦点を組み合わせたとき、君はたいがいこの両方の取り組みに対する見込みを遥かに超えることになるのだ。

注目して欲しい話は他にもいくつかある。

僕の友だち、**スコット・ハリソン**は、毎晩パーティーをすることに疲れ、もっと重要なことに自分の力を注ぎ込もうと決心した、ニューヨークシティのナイトクラブ・プロモーターだ。彼はモデルや有名人のためにパーティーを開き、莫大な金を稼いでいたが、今ではアフリカやアジア現地の非政府組織に資金を集めるために、こういった人たちに呼びかけている。

2005年、僕はスコットと共にアフリカで働き、政府による支援からあまり多くの実りを得ていなかった貧しい国々の村に清潔な水をもたらすという、意味のあるゴールのために、彼がたくさんのボランティアスタッフや資源を動かす姿に僕は感銘を受けた。ケニアでのスコットのプロジェクトの**すばらしいビデオ**を、ぜひ自分の眼で見て欲しい。

**マットそしてジェシカ・フラネリー夫妻**は、多くの人たちが慈善団体に寄付をしない理由のひとつは、お金がどこへ行くのかわからないからだを知っていた。そこで、マットとジェシカはこれをなんとかすることにした。彼らのすばらしい団体、**Kiva.org**は、豊かな国のドナーと、貧しい国の個々の借り手をつな

げることによって、慈善団体に対するアカウントビリティを本質的に民主化した。<sup>iv</sup>

Kivaのウェブサイトを通じて、君は世界中の現地の起業家たちについて読むことができ、君が感心した人たちに対して、自らマイクロ・ローンを貸し出すことができる。現在、Kivaは人の生活を変えた、合計3000万ドルになる4万3000のローンを42の国で促進し、返済率はなんと99.72%だ。慈善事業とマイクロ・レンディングの未来を表しているから、彼らに注目して欲しい。

---

これらは、ほんの一部の例にすぎない。毎月、僕は自分のサイトで、他の現代のチェンジ・エージェントのインタビューや型破りであることに対する意見を載せ、彼らを紹介していく。

これらの、大きく異なった背景を持つ人たちすべてに共通している点がひとつある。今まで誰もしたことのないことに対する徹底的なコミットメント、あるいは僕たちの生活を改善するアイデアを提示する新しい方法。彼らは皆、独自の方法で世界を見ることを選び、他の人たちが夢を見ている間に、行動を起こすことを選んだのだ。

---

<sup>iv</sup> 日本のKiva応援団体Kiva Japanのサイトは**こちら**。

でも、ちょっと待って……。最初の質問と、僕たちの個人的なゴールはどうなったのだろうか？

もし君が必要だと思う額のお金が欲しければ、またはショッピングモールで売っているオフロードに行くための**大きな乗り物**が欲しければ、あるいは何でもいいのだが、世界はおそらく君にそれをもたらしてくれる。みんなに行き渡るぶんは十分にあるんだ。

君は、利益を求めるチェンジ・エージェントになることだってできるし、それ自体は悪いことではない。どんな種類の起業家や芸術家も、自分の仕事に対して報酬を得るべきだし、もし君が世界に価値をもたらしたならば、それに対する支払いを受け取る資格がある。

そうすると、世界は君がお返ししてくれることをせっかちに待ち続けるだろう。僕たちの生活は、世界中の他の人たちとつながっていて、リチャード・ブランソンやビル・ゲイツが理解したように、最も充実した人生は最終的には外へと向かっていくのだ。これは間違いようのない真実であり僕たちひとりひとりには、どうしたら自分のゴールが、他の人たちに対して誰もが共有している責任を果たすことに貢献できるか、ということについて考える義務がある。

それに、自分ひとりで学んだ人なんて誰もいないんだ。

どれほど独立しているかに関わらず、完全に自分だけで人生においてすべてを達成した人に、僕は

まだ会ったことがない。そういうふうにはいかないものなんだ。

僕が子供だったころ、父は僕を月に数回本屋へ連れて行って来て、僕たちはそれほどお金を持っていなかったけれど、一回に最低四冊は本を買ってくれた。おそらく、『30回のやさしいレッスンで学ぶ広東語』といった本や、ニーチェの本といった、様々な種類の突拍子もない本を読んでいた10歳の子供は僕だけだろう。だが、父は僕をたしなめることも、そういう本を読んではいけないと言うこともなかった。ただ、「面白そうだね」と言って、本を買ってくれた。

僕は広東語を習得することはできなかったけれど、学ぶことに魅了され、その20年後に文筆業を始めるにあたって、本屋でのこうした経験がいまだに僕の助けになっている。たとえ君が僕のように、学ぶことに関する良い経験がなかったとしても、あるいは君をくじくような何か君の身に起こっていたとしても、君が今の君になるためにたくさんの人たちが助けてくれたことを、きっと君は覚えているだろう。

君を助けてくれた人々に対する義務を果たす方法は、君がいつも夢に見ていたすごいことをし、それと同時に、他の人たちがもっと先へ進むための手助けをしてあげることだ。

## 世界を征服し、変えるためのビジョン

僕たちがこれまでに見てきたことをまとめてみよう。

## どちらを取るかと迷うかわりに、世界

**（キング牧師の言い回しを使うならば、全人類）の状態を改善していくことに焦点をあてながら、君が自分にとって重要なゴールを設定するとき、君は世界征服の道を歩んでいることに気づくだろう。**

二つの重要な質問（人生で本当にやりたいことは何だ？ そして、他の誰にもできない、君だけにできることって何だ？）に対する答えは、人生の究極の目標を達成する冒険について君がもっと理解するための手助けをしてくれる。これはそれほど真剣で、重要なんだ。

今していることとはまったく違うことをしてみようと考えたことはあるだろうか？ ビジネス、ブログ、ウェブサイト、マラソンの特訓プログラム、海外旅行……あるいはまったく別の何かを始めようと思ったことは？ 仕事を変えたり、新しい言語を学んだり、まったく別の場所へ引越すことは？

もし、こういった例が合わなければ、君に合う例を考えてみてほしい。僕たちの多くは、いつかしてみたい遠く離れたものに対する夢を持っているが、何年も期待について問い続けるうちに僕がひとつ気づいたのは、夢とゴールには

大きな違いがあるということだ。

多くの人たちは単純に、自分の夢が叶うとは期待していない。これは奇妙なことだけれど、彼らがそう信じている限り、悲しいことに彼らは間違いなく正しい。君が最新の自己啓発本で読むかもしれないこととは逆に、真の成功は受動的なビジュアライゼーションや、楽観的な考えによって得られるものではない。そのためには行動、計画、そして犠牲が必要だ。サーファーからソングライターに転向したジャック・ジョンソンは、彼の最もカッコいい曲の中でこう言っている。「夢を夢で終わらせちゃいけない」、と。実現させるんだ。

## 君が道中で立ち向かうことになる

### 数々の難関

君の作戦に進む前に、世界を征服、あるいは変えようという君を阻もうとする、いくつかの障害について警告しておかなくてはならない。

それは簡単なことだと言えたらいいのだけれど、型破りな生き方の道を旅する人が少ないことには、それなりの理由がある。君が君自身（本当の君）としてあり続け、自分がこれだと思う方向へと世界を変える旅の途中で、君は本当の敵に出会うことになる。

君の行く道に立ちふさがって邪魔をするためならなんでもする人がいたり、出発のときから気をつけておく必要のある障害物が他にもある。君が立ち向かう敵は、様々な形でたくさん現れるだろう。

うが、もっとも一般的なのは、門番、批評家、そして大きく広がっている、平凡の許容だ。

これらは小さな問題ではなく、世界を変える人たちの多くは、この大きな問題のために、自分たちのゴールを達成する前に引き下がってしまっている。君にはそんなことが起こって欲しくないの、このセクションには細心の注意を払って欲しい。

## 門番

門番はほとんどの業界に存在しているが、彼らの目的はいつだって同じだ。それは、情報の流れと変化をもたらす力を制御する、あるいは停滞させることだ。古株の、発明の護衛者であるかのように彼らは振り舞い、部外者が自分たちの地位に割り込むことや、仕組みを変えようとするのを防ごうとしているのだ。

もし君が彼らの定める掟に従わなければ、門番たちは変化や彼らの権威に対する挑戦を脅威に感じ、心配になるだろう。門番たちは通常、君を彼らの階級制度に許し入れるために、次のうちのいくつか、あるいはすべてを君に求めている。

- ・ 彼らを通ったのと同じ学校で取得した学位あるいは資格
- ・ 豊富な経験（ただし、彼らが認める分野に限る）
- ・ 見習い期間
- ・ 年上に対する尊敬
- ・ 階級を順番どおりに進んでいくこと（飛び級は許されない！）
- ・ もっとも大事なこととして、門番たちを豊かにし続けるために階級の掟に従う態度

このレポートを読む人たちの大部分は、門番が一般的で、簡単に例を見つけれられる社会に住んでいるだろう。弁護士、画廊、レコード会社、ニュースキャスター、政党、労働組合、資格認定委員会など、これらはみなプロの門番だ。彼らは、自分たちの仕事は次のうちのどれかだと考えている。

- a) 君に何を考えるべきかを押し付ける
- b) 君に何をすべきかを押し付ける
- c) 君にどんな選択肢があるかを押し付ける
- d) あるいは上記すべて

門番たちに対する悪い知らせは、情報と力がどんどん民主化されてきているということだ。今までのように簡単にはいかない。多くの業界で門番たちは的外れ状態の瀬戸際に立たされ、それをゆっくりと理解しだすにつれて、混乱してきている。

昨年、バンドのRadioheadは、彼らの新しいアルバム『In Rainbows』を無料で、そしてインターネットで直接発表することを決めた。これを入手したい人は誰でも、彼らのウェブサイトへ行き、支払いの手続きを一切することなくアルバムをダウンロードすることができた。聴取者は、音楽を気に入った場合、自分が適正だと判断する価格を支払うように勧められた。

## レコード会社たちはこの考えをはじめから気に入らず、Radiohead

## が「無料」ダウンロード開始の一週目に最低 1000 万ドルを得たときには、もっと気に入らずにいた。<sup>2</sup>

主流となるメディア媒体、特にテレビや新聞は、僕たちが社会人として注意を払うことを期待されている、典型的な門番だ。何年もの間、視聴者や読者たちは、決定権や自分たちの意見を共有する機会もなく、門番が大事だと考えるニュースをただ伝えられるだけだった。毎晩6時そして10時に番組が放送されると、何億もの人たちがスクリーンの前に座り、僕たちが聞かなくてはいけない、重要なものであるとメディア界の大物や編者たちが考えたことにもとづいて、上から下へと流される「ニュース」を見る。

メディア界の大物たちには不幸なことに、だがそれ以外の僕たちには幸いなことに、今はもうこういう時代ではない。伝統的なニュース媒体の評価が毎年落ち込むなかで、消費者たちが、少なくとも特に活動的な人たちが、よりニュースを定義している。Digg、StumbleUpon、Del.icio.us、あるいはその他のソーシャル・ネットワーキング・コミュニティのような、新しい、ユーザーによって作られるメディア媒体の台頭に注目して欲しい。もちろん、みんながこういったサービスを使うわけではないけれど、時間とともにますます多くの人たちがそうするようになっており、そしてここで重要なのは、今では選択肢があるということなのだ。

(ところで、もし君がソーシャルネットワークの一部で、このレポートはもっとたくさんの注目を浴びるだけの価値があると思ったら、そのネットワークに投稿したり、投票してほしい。僕にとってすごく意味のあることになるだろう。)

最近の、世界の変化の民主化は、門番たちを無視できるということを意味してはいない——ゴールの達成を目指すときに遭遇する門番たちに、君は気をつける必要がある。そうすれば、君は彼らを打ち負かさか回避していき、後から来る人たちのために道を簡単にしてあげることができるだろう。

## 批評家

門番に加えて、おそらく君の世界征服計画に対してただひたすらネガティブな人たちにも多く出会うことだろう。彼らは悲観主義の専門家で、通常の場合、数人に対してだけ批判的だというわけではない。そのかわり、彼らは自分たちと違う考え方をする誰に対しても批判的になりがちなのだ。

批評家に遭遇したときに彼らを見分け、気づけるよう、ここで特徴的な性質を紹介したい。

- ・なぜ君は君の望むことを「できないか」という、様々な種類のもっともな理由を、批評家は君に与えてくる。
- ・君はやりたいことを諦めて、安全で、そして期待されていることをすべきだと、批評家は言う。(「ちゃんとした仕事をするんだ。〇〇をして生きていくなんで、絶対できないよ」)
- ・批評家は、頼まれることもなしに、君のアイディ

アについて間違っていると思うことをすべて話し、もし何も間違いを見つけられなければ、それをでっちあげるだろう。

君が批評家たちに何か意見を求めると(最近読んだ本、見た映画、新しいレストラン、人生一般、実際のところ何でもいい)、彼らはたいてい、気に入らなかったことを真っ先に話しはじめるだろう。もし何か好きなことがあったとしても、それはおそらく付け足し程度のものに違いない。

君が努力を注いで実際に成功を勝ち取ると、そんなことは不可能だと言っていたのと同じ人たちが、それはそもそも大して重要なことではなかったと言い出すだろう。もしこんなことが起こったら、それは腹立たしいことなのだから許すわけにはいかない。

批評家は、そもそも幸せな人間ではないのだが特に他人を見下すことを楽しんでいるかのようだ。彼らに立ち向かう方法が君には必要だが結局のところ、諦めてはいけないのだ。君は彼らのために働いているわけではないし、批評家は決して世界を変えることはない。

最後に、後ろに立って誰かを批判することは、自分の信念を前に出していくことよりも、ずっと簡単だということを覚えておいて欲しい。批評家たちはこれを知っているから、端に留まりそして前に踏み出す人すべてに対して文句をつけるのだ。

## 平凡さの正常化

僕は世界のすべての国を訪れるという使命の探求のため、空の旅をたくさんする。皮肉にも、アジアや中東へ夜中に出発する10時間のフライトをすることは気にしないが、近頃アメリカ国内のどこへ行くフライトも楽しみにはできずにいる。

僕は最近、おそらくアメリカの航空会社ほぼすべてが、乗客——これらの航空会社の事業を支えている人たち——の世話をするという彼らの義務をうまい具合に放棄しているのではないかと信じ始めた。奇妙なことに、空の旅をする客たちは、この放棄の大部分を受け入れている。航空業界では、平凡さが新しい「これで十分」というスタンダードになったのだ。もし君が最近アメリカ内のどこかへ飛ぶことがあれば、君はおそらくこれについてすべてわかっているだろう。なぜなら、平凡さは、平均的なアメリカのフライトで君が望むものだからだ。

君は、自分のフライトがひどく遅れないこと、そして荷物を無くされないことを望んでいる。航空会社はたくさんの座席を詰め込んでいて、前の席が後ろに倒れ君の膝につくことがなくとも君は十分窮屈に感じているため、前の席の乗客が座席を後ろに倒さないことを、君は望んでいる。

君のフライトが快適になること、ちゃんとした足の置き場があること、あるいはそこそこの食事が出てくることなど、おそらく君は望み、考えることすらしないだろう——航空会社はもはや旅行者たちにどんな程度の快適さをも提供する責任



はないということを、大衆は認めてしまったからだ。

同じ基準が、他の業界でも真実になりつつある。発明や、確固としたおもてなしを共通の価値観として受け入れるかわりに、多くの場合、僕たちがただ望むのは、「悪くない」や「十分である」といった基準なのだ。

何かがひどく間違った方向へ行ってしまうている。僕たちは、正当な文句を言う方法を忘れ、それ以外の

すべてに対して愚痴を言うようになってしまった。

もし平凡さの正常化について何か良い知らせがあるとすれば、君が素晴らしいことをするとそれは珍しいものとなり、君はすぐに目立つということだ。人々はこれで十分という状態に慣れ、素晴らしいことは本当に貴重になってしまっているから、みんな驚くだろう。君がものご

とを次の段階へと進めて、君のまわりにある低い望みを超えようと決心したとき、この状況は君の利点として作用することだろう。

2. ソース: *Mashable.com* (2007年10月19日)  
(<http://mashable.com/2007/10/19/radiohead-album-sales/>)

### 専門知識

君が時間をかけて、世界に対して本当に価値を与える、高度に特化した何かの真の専門家になったとき、君が助けようとしている人々は、一見関連がないように見える事項に関する答えを求めるためにも、君に頼り始めるだろう。大きな不特定の指令から始めるより、いつでも、とことん集中した部分から始めて、その次に外へと広げていくほうがいい。

## 第4章

# 攻撃の計画、そして困難を乗り越える方法

# 本当のところ、もし君が自分にとって一番大切なゴールを達成したいならば、そして君がその過程で世界を良い方向へ変えたいならば、人々が君に掲げる試練の輪をくぐりぬける必要なんてないんだ。

僕たちはこれまでに、世界征服の最も重要な秘密を知り（「君は他の人たちが期待するような方法で君の人生を生きる必要はない」）、世界で一番大事な二つの質問を理解し、他の、世界を変える人たちの例を見て、旅の途中で君が遭遇する難関について学んだ。

君はもうほとんど準備ができている。でも、待って…。

城に向かって突撃する前に（最近、読者のひとりが僕のサイトで「まずはマンハッタンを攻める」と書いた）、君には作戦といくつかの大事なツールが必要だ。

未来のリーダーたち、そして世界を変える人たちよ。僕は君に世界征服のためのツールキットを提供しよう。これらの力を僕たちみんなのために使うよう、最善を尽くしてほしい。

## 世界征服のためのツールキット

### 絶えることのない情熱

ツールキットの中でも、最も重要なのは、批評家や君自身の欠点に邪魔されない、君の大義に対する強烈な情熱だ。君は、長い間、おそらく大した見返りもないまま、それに君のすべてを捧げる覚悟をする必要がある。短期間では、ほんの少しの人たちが気づくだけかもしれないが、長い目で見ればみんなが気に留めてくれるだろう。少なくとも、君のキャンペーンで君が影響を与える必要のある人たちすべてが気づくだろう。

### 綿密なゴール

君を際立たせるのは何だろうか？ どこに君の転換点があるのだろうか？ 君が支配する世界はどんな風になるだろうか？ これは、君のエレベーターピッチと呼ぶこともできる。もし君が君の今後の人生に影響を与える力を持った世界中の誰とでも二分間話す時間があつたら、君はこういった人たちに何と言うだろうか？ 「こんにちは、私の名前は〇〇です。私は〇〇をします。」

近年の名著『Good To Great (邦題: ビジョナリー・カンパニー2)』の中で、ジム・コリン

ズは、彼の妻が1985年のアイアンマン・レースへの挑戦を決心したときの話をしている。ある日、彼女は朝食の席で顔を上げて、こう言う。「もし私が、大学院のオファーや、常勤の仕事、他の趣味のほとんどを全部投げ捨てたら、私はアイアンマンを勝てるわ」と、ちょうどこんな風に。そして彼女は綿密なゴールを定め、三年間、それを達成するために毎日を捧げ、26.2マイルのランニングで彼女に多くの痛みを与えた、ハムストリングの深刻な怪我にも関わらず、彼女は一位を勝ち取った。

### 説得力のある話

病院船がシエラレオネのような大変な状況にある国へやって来て働くボランティアを必要としているという話を聞き、僕は2002年に西アフリカへ渡った。

それは僕の人生に深く影響を与えた、説得力のある話だったので、僕の妻と僕はまず視察を試みることもなく、無給で二年間の労力を捧げることにした。

このレポートの文脈でこれまでに見てきた例の

いくつかをおさらいしよう。

- ・ ウルトラランナー、サム・トンプソンは、災害基金に対する寄付金と関心を集めるため、50日間、50の州で50のマラソンを走っている。
- ・ 多くの成果を残したランディ・パウシュ教授は、子供のころの夢を達成することについて、死ぬ前に「最後の授業」を行っている。
- ・ 公務員、レオ・ババウタは、自分自身の生活を変え、個人の成長というトピックを取り扱う、絶大な人気を誇るブログを運営している。
- ・ 社会起業家のクリス・ギレポーは、世界のすべての国を旅し、他の型破りな人たちを紹介している

（ところで、僕の話についてどう思う？ 十分興味をそそめるものだろうか？ 君に対して、説得力はあるだろうか？）

## 他人を助けるスキルにおける専門的なステ

### ータス

このレポートからわかるように、君はただ自分自身のためだけに世界を征服することはできない。君は、他の人たちに価値を提供しなくてはいけないし、そうでなければ誰も君のことを助けてはくれないだろう。だから、君は他の人たちの生活を劇的に向上するスキルを持つ必要がある。君の世界征服計画には、教育的な要素は含まれているだろうか？

これにはこんな面白い点がある。何かの分野で、君が時間をかけて、世界に対して本当に価値を与える、高度に特化した真の専門家になったとき、君が助けよ

うとしている人々は、一見関連がないように見える事項に関する答えを求めるためにも、君に頼り始めるだろう。広く、不特定の指令から始めるより、いつでも、とことん特化した事項から始めて、その次に外へと広げていくほうがいい。

### 小さな軍隊

君は、君の大義を助け、そのために自らの資源を提供してくれる、熱烈な応援者たちの**小さな軍隊**を雇う必要がある。どれだけの人数が必要だろうか？ もちろん、これは場合にもよるが**1000人の真のファン**<sup>v</sup>がスタート地点としてちょうど良いところだろう。実際、小さく、献身的な軍隊は、大きく、士気の低い群衆よりも断然良い。

### 友だちの友だち

小さい軍隊は非常に重要だが、長い目で見ると友だちの友だちはもっと助けになってくれることがあるかもしれない。これは、「ゆるいつながりの強さ」と呼ばれる現象のせいだ。1973年社会学者のマーク・グラノベッターは、僕たちが遭遇する新たな仕事や機会に対して「ゆるいつながり」あるいは友だちの友だちが貢献しているという趣旨の、物議をかもし**論文**を発表した。この主張は、効率の良い市場に対する古典的な理解とは相反しており、グラノベッターは僕たちが日常生活の中で得ている新しい情報

<sup>v</sup> 日本語訳は[こちら](#)。

の多くは、拡張されたソーシャルネットワークからやって来ているということさえ示している。

### 十分なお金

君のゴールを達成するには、おそらくいくらかの額のお金が必要になるだろう。君はいったいどれくらい必要なのだろうか？ 簡単に言えば、君はゴールを達成するのに十分なお金が必要で、それ以上でも、それ以下でもない。実際のコストを導き出して、どうしたらそれを得ることができるのかを考えよう。計算は、最終地点から逆にしていくのだ。

たとえば、僕の場合で言うと、数年前スロバキアからハンガリーに行く電車の車中で、僕は100の国を訪れるのに必要なコストは、だいたい新しいSUVを買うコストと同じくらいだということを導き出した。これが比較的少ない額だと気づき、勇気付けられた。僕は、頭の中に思い描かれる大きな車を捨て、そのかわりに世界を手にしたのだ。

### 十分な時間

君は、自分のスキルを向上するのに十分な時間を捧げられるようにしなくてはならない。ただそれなりになるのではなく、とてつもない人間になるんだ。これが何を意味しているかは、人によって違おうだろう——空いた時間に世界征服を進めることのできる人もいれば、もっと時間を必要とする人もいよう。

ジョン・グリシャムがまだ弁護士の仕事をして



いて、毎年同じような本を書き始めるようになる前、彼は毎日朝4時に起きて彼にとってはじめての小説二本に取り組んだ。しかし、多くの人々は九時から五時の労働時間に最高のエネルギーを奪い取られてしまうため、この作戦はすべての人にとってうまくいくわけではない。こういった場合、君は大幅な調整をする必要があるか、あるいは仕事を止める必要すら出てくるかもしれない。

どちらの方向につくかに関わらず、君には十分な時間が必要になるだろう。オンラインの詩人、ロバートブルースは、「週に4時間費やしているだけでは、君は決して自分自身の平凡さを打ち破ることはないだろう」と力強く言い表している。

## 一方通行のコミュニケーション

たしかに、ソーシャルネットワークは消え去らないが、君にはある種の教壇も必要だ。君は、君の軍隊に直接話しかけられるようになる必要がある。これは、ウェブサイト、ブログ、ニュースレター、メーリングリスト、電話網、あるいはその他の手段を使って実行できる。

## 重要:

### リストには載っていないもの

上記のリストは完璧ではないかもしれない。もし僕が何かを載せ忘れていたら、教えて欲しい。しかし、君に対して、僕は確実にこう言える。何人かの人たちが君に期待しつつも、まったく必要のないものがあるのだ。

期待されても無視できるもののリストには、以下が含まれている。

- ・ 資格
- ・ 紹介
- ・ 承認
- ・ 門番が君に望むすべてのものごと

これらはすべて、君には**必要のないもの**だ。

この文章は恐らく何人かの人たちを怒らせることになるだろうが、このレポートでの僕の役目は真実を語ることだ。そして、その真実とは、君にとって最も大切なゴールを達成したかったら、そしてその過程で世界を変えたいと思ったら、君は人々が君に課す試練の輪をすべて飛び越える必要はまったくないということだ。

昔は、誰かが君に耳を傾けてくれるようになるまで、君は長い間、期待されていることのリストの項目を確認し、ひとつひとつこなしていかなければならなかった。でも、わかるかい？今の時代は違う。君が君を導くんだ。

君は、明日お店を開き、君の好きな分野の専門家を名乗ることだってできる。君がそうじゃないなんて、誰が言えるだろう？

門番たちの役目はもう終わっていて、もし君が何かすばらしいものを紹介できるなら、大衆が直接それを判断することができるのだ。

## 攻撃の計画と、「準備・発射・照準」

僕は、ビジネス、そして私的なプロジェクトのすべてを計画するために、マインドマップとデイビッド・アレンの GTD<sup>vi</sup> を使っている。これに関する詳細は [ここ](#) で読むことができるが、要約すると、君のゴールの結果（本を出版する、マラソンを走る、パナマを侵略するなど）をブレインストームし、その結果をスケジュール通りに達成するために必要なすべての事項を、ゴールから逆方向に決定していくのだ。

君が書き出すタスクは、小さく、詳細であるべきで、大きなプロジェクトについては、異なるタスクをたくさん持つことになるだろう。こういった作戦、二つの質問に対する答え、そして世界征服のためのツールキットを使って、君は自身のキャンペーンをどのようにして始めたらいいいのか、導き出すことができるだろう。

ところで、計画を立てることは楽しいが、行動する段階になると、僕は「準備・発射・照準」というやり方を好んでいて、行動を後回しにするより、すぐに行動を起こすことを好んでいる。

変更はあとになってからでも、いつでもできるがもし君がまったく始めずにいたら、挑戦したときにどういう結果になっていたかを、君は知らないままにしていることになるだろう。

---

<sup>vi</sup> Getting Things Done の略。今すべきことを明確にして、効率よくものごとをやりとげるための仕事方法。

たとえば、どの外国語を高校で、大学で、あるいは個人的な学習者として勉強したらいいのかと迷う人たちから声を聞くことがときどきある。この決断はたいてい、彼らにとってストレスの溜まるものだ。「もし間違った選択をしてしまったらどうしよう?」と、まるで「間違った」言語を選択することによって、残りの人生でずっと、他の人たちに遅れをとってしまうかのように、彼らはこう質問する。

僕の返事は、少なくとも君が何か言語を学び始めさえすれば、どれを選ぶかということの問題ではない、だ。もし君がスペイン語を始めれば、君はいつだってあとからフランス語、イタリア語、あるいはポルトガル語に乗り換えることができる。君が学んだすべてのことは、君にとって意味のあることになるだろう。もし君が英語の話者にとってより難しい言語、たとえばアラビア語や中国語を勉強することを選んででも簡単な言語を学ぶことによって得たスキルは、このような難しい言語を学ぶときに、君の役に立つだろう。

**言い換えれば、何を選ぶかなんて問題ではない——ただ、何かをすることが重要なんだ。**

この方法は、言語の学習以上に応用が利く。君の願いごとのリストに載っているどんな計画でも、君の前進を手助けする、簡単なヒントを紹介しよう。このレポートを読み終わったら、君の大事なゴールの達成に君を近づけるために君ができる、最低3つのこと

のリストを作ろう。じっとしていないで、行動を起こし、これらのことを実行し、そしてさらに3つのことをリストに追加しよう。

## 僕がしていること：世界のすべての国と、規則だらけの世界を変える運動

このレポートをまとめる前に、数ページ前に、僕の計画について少し話をすることを、君に約束した。僕は幸運にも、過去数年間でたくさんの旅、主にアフリカや発展途上の世界にある場所を旅することができた。2007年には、僕は26の国を訪れ、今年は最低でもそれと同じぐらいの国々へ出かけるつもりだ。

実際のところ、次の5年間で、世界のすべての国を訪れるという個人的なゴールを達成しようと僕は計画している。2008年の終わりまでの旅程に含まれている新しい国には、パキスタン、ブルネイ、スワジランド、ラトビア、そしてモンゴルがある——これらは典型的な休暇スポットだとは決して言えないが、ラトビアはすてきな場所だと聞いている。<sup>3</sup>

これらの旅路のすべてについて、人生、仕事、そして旅に関する毎週のエッセイを通じて、僕のウェブサイトで記録していく。世界のすべての国へ行くことは簡単なことではないし、それを達成した人はたいてい僕よりもずっと年を取

っている。成功するかもしれないし、失敗するかもしれない——しかし、勝つか負けるかに関わらず、僕は君のために、このすべての過程を記録することに決めた。

## 規則だらけの世界を変える運動

世界旅行のゴールに取り組みつつ、僕は平凡さと型にはまった考え方を改革する運動のための仕掛け人になることを計画している。僕の社会運動は『The Art of Nonconformity (型破りであることの芸術)』と名付けられていて、自分の個人的なゴールは(当然ながら)僕の人生に深く関係しているが、僕のサイトに載っている記事は、各自の世界征服の道を歩むことを望むすべての人たちに向けている。

僕は、君の手段や、詳細な計画に何が含まれているのかということは特に気にしていない。僕は導師ではないということ、覚えてるかな? 君が君を導くんだ。「偉大なる力と共に偉大なる責任がもたらされる」という、スパイダーマンに出てくるベンおじさんの知恵に富むことばを思い出して欲しい。

僕は毎月、他の人の役に立つことによって卓越性へ向かう自らの道を歩む人たちを紹介していこう。レオ、ランディ、そしてサムのような人たちだ。この刺激が、君のゴールを達成する手助けになればと僕は望んでいる。

この年の終わりまでに、これらのアイディアをさらに広げる、僕のはじめての本の中身の大部分を

書き終えることを計画している。概要以上のことはまだ書いていないが、このゴールをここに記しておくことにしよう。なぜならば、数千人の人たちに対して説明する義務を自分自身に課せば、実際にそれを達成できる可能性が高くなるからだ。

## 一緒に来ないか？

最後に、僕は自分自身の小さな軍隊に入る人を募っていて、ぜひ君にも仲間になってほしい。入隊は簡単だ。何かを買ってもらわなくてもいいし、君はいつだって離れられる。君にしてもらいたいことは、ただとてつもない人になることだけで、それを判断するのは君自身なのだ。

君の好きな [RSS リーダー](#) や、[メール購読](#) で、僕の世界旅行や、規則だらけの世界を変える運動の進捗を知ることができる。

## まとめ：シンガポール航空より

もう終わりも近づいてきた。でも、最後に、話に区切りをつけて城に向かって突撃する前に、ひとつ話をさせて欲しい。

数ヶ月前、僕はロサンゼルスから東京へ向かう飛行機に乗っていた。僕がたくさん持つマイレージのおかげで、僕はシンガポール航空のすてきなビジネスクラスキャビンに座っていた。

シンガポール航空は旅行慣れしている人たちによる投票で頻りに世界一として選ばれており、ロサンゼルス LAX-東京の路線の航空券は、毎日 5000 ドル以上

で売られている。そこで、仕事を持たない、大学院生の僕が、シャンパンを飲み、5 コースの食事を注文していたわけだ。人生はこんなふうにおかしなものだ。

そのフライトで、僕は隣の席のジョンと話をした。ジョンはコロラド出身の電気技師だった。「ただ楽しいからってだけで、東京までビジネスクラスで飛んでいく大学院生なんて、あまり見かけないなあ」と、彼は言った。

ほんの少しの間、僕はジョンの言ったことについて考えた。僕がすばらしい人生を生きているというのは本当だ。これについて、僕は毎日感謝の気持ちを持つようとしている。

だが、僕が自分の望むことをしているというのも真実であり、これは自分のしたいことを実現するために自分の人生を計画するという確信を持った選択をしたからだ。

「僕はただ自分のしたいことをする、ということを知っているんです。それに、11 時間のフライトだと、うしろのエコノミー席はちょっと窮屈かな。」

僕はようやくジョンに返事した。

ジョンは笑い、添乗員が僕たちにシャンパンを運んできた。

数日後、僕はインドのムンバイにいて、この町のダラヴィと呼ばれる地区を訪れた。この近隣

はアジア最大のスラム街として知られており、僕はこういう言い方はまったく好きではないが、こういった場所かを説明するには役に立つだろう。ダラヴィに住んでいたガイド、そして他の何人かの訪問者と一緒に、僕はその日の午後を、120 万人以上の人たちにとって生活・労働の場として機能している、およそ 2 平方キロメートルの場所を歩き回って過ごした。

間違った印象を持って欲しくはない——状況は悲惨ではまったくなかったし、プラスチックのリサイクルを使った、印象的な、小さなビジネスを築き上げていた、地元の起業家たち何人かに出会ったことに、非常に勇気付けられた。でもそれは確かに僕が乗ってきたシンガポール航空のフライトとは対極にある世界だった。

この両方の遭遇の間、僕は二つの質問を、自分自身の人生に当てはめて考え続けた：

僕は一体何を求めているのだろうか？

僕は一体全体何を与えることができるだろうか？

僕が選んだ人生、そして君を待ちうけている人生は、運命とは逆の方向にある。君は、ゲームブックを読んだことはあるだろうか。<sup>4</sup> 人生は、こんなものだ。平凡になるのか、あるいはとてつもない人になるのか、君が決めるのを、人生は待っている。

君はどうする？ 今、君の順番がやって来たんだ。そして、次に紹介するのは……君なんだ。

君はこのメッセージを受け止めて、どうするのだろうか？ すべて君しだいだ。

もし「どうしようもないぐらい平凡な人たち」の部分で読むことを止めなかったとしても、このレポートを読んでいる多くの人たちは、メッセージを受け流してしまうだろう。君はそうかい？

君はどうやって世界を征服するのだろうか？ 君の話は何だろうか？ 君の番なんだ。

ひとつお願いがある。もしこのレポートが君にとって何か意味のあるものだったならば、僕のサイトに来て、一言残して欲しい。本当に感謝するよ。

もし君がすでに二つの答えを知っているならば、こ

の本を読んでいる他のすべての人たちとそれを分かち合って欲しい。望むなら匿名でもいいし、まだ答えが見つからず、探している途中でも構わない。

感想をここで知らせて欲しい。

<http://ChrisGuillebeau.com/manifest>

または、[3x5@chrisguillebeau.com](mailto:3x5@chrisguillebeau.com)

までメールを送って欲しい。

混雑し雑音にあふれるこの世界の真ん中で、僕のマニフェストに目を向ける時間を作ってくれたことに、もう一度感謝したい。僕はとてつもなく嬉しく思っているよ。

君自身が世界の変化になることを祈って。  
クリス

3. たくさんの人たちが、「いくつかの国があるの」と質問している。当然、この質問に関する議論はあるが、僕の選んだリストには198の国がある。これを書いている時点で、僕は81の国へ行った。これについては以下を参照してほしい。  
<http://chrisguillebeau.com/3x5/places>

4. この手の本のことを知らない人のために。基本的には、何ページか読むと、選択を迫られる。君の選択によって、後々開くページが変わり、物語は君が読み進めるにつれて変化していく。

# 謝辞と資料

## 謝辞

まず、僕のすばらしい読者たちすべてに感謝したい。僕は君からの感想を頼りにして、世界のどこにしようと、君のことを毎日考えている。特に、感想をサイトに残した、あるいはメッセージを送ってくれた人たち。どうもありがとう。

このレポートのグラフィックデザインをした、マレーシアのクアラランプールに住む僕の友だち、[リース・スパイカーマン](#)に感謝したい。リースと彼女の夫ジェイソンは、すばらしいデザインとプログラムの仕事をしている。もし君のビジネスのためにブログが欲しかったり、SEOの手助けが必要だったりしたら、あるいはどんなカスタム・デザインの仕事が必要でも、君は彼らを雇って、たくさんのお金を支払うべきだ。

## 資料

僕は、幅広いジャンルのものを読むことに価値を置いていて、僕たちが毎日できる最も重要な仕事は学ぶことだと考えている。もともと、自分の好きな本、雑誌、そしてレポートをここで紹介しようと思っていたんだけど……たくさんあるということに気づいたし、そして常に新しいインスピレーションを見つけてもいる。

だから、そのかわり、君のためにいくつかのページをオンライン上に作っておいて、これを以下のページでときどき更新していこう。  
<http://ChrisGuillebeau.com/inspiration>  
をときどきチェックしてみたい。このページ上のリンクすべてには一切アフィリエイトのものはない。

## 最後に

P.S. 他の何をするにしても、二つのことを覚えておいてほしい。

- 1) 君は、他の人が君に期待するような方法で、君の人生を生きる必要はない。
- 2) 君にしか与えられないものが何かと、君が見つけることを世界は待っている。答えを見つけるのに必要な時間は取れるだけ取って、そして実行しよう。



## 日本語版について

クリス・ギレポーによる「世界征服のやさしい手引き」は、2008年に発表されて以来、世界中で何万人もの人に読まれています。「やさしい手引き」日本語版の作成者である塚越悦子と松本匡史も、本書を読み、クリスの情熱に打たれ、彼の活動をフォローしています。「やさしい手引き」日本語版作成は、塚越がクリスのブログに残したコメントを見て、「自分のほかにもクリスを応援し、彼の起業に関するオンラインコースを受講している日本人がいるんだ」と思った松本が、Twitter上で彼女をフォローしたところから始まりました。お互い、この「やさしい手引き」を日本人たちに紹介したいという気持ちがあったため、共同して作業しようという話になりました。もしこの本を読んで何かを始めようという気持ちになったら、ぜひクリスに感想のメッセージを寄せてあげてください。また、この本のことをまわりの、世界征服の野望を持っていそうな人にも薦めてあげてください。こういった小さな一歩も、あなたが世界征服をする助けになってくれることでしょう。

### 塚越悦子

翻訳の一部を担当。国際協力から始まったキャリアの一貫したキーワードは「平和」・「異文化理解」。世界平和は異文化理解からという信条から、My Peaceful Family を立ち上げ、個人レベル、あるいは家庭内を平和にする仕事をしている。親子のコミュニケーションを教えるペアレンティングコーチ、また国際結婚コンサルタントとして、日本とアメリカのどちらでも働けるライフスタイルを構築中。クリス・ギレポーのブログを発見して以来、彼の熱心なサポーターの一人である。下記サイトでブログを執筆・運営している。

<http://www.mypeacefulfamily.com>

<http://ameblo.jp/mypeacefulfamily>

[etsuko@mypeacefulfamily.com](mailto:etsuko@mypeacefulfamily.com)

Twitter: [@EtsukoI](https://twitter.com/EtsukoI)

### 松本匡史

翻訳・編集・レイアウトを担当。美しさやロマンを感じる瞬間に満ちた生活を送り、その経験をまわりの人たちと共有し、また共感してくれる人たちがこういった生活を送れるように手助けすることで、世界を征服しようと計画している。いずれはクリス・ギレポーのように、場所にとらわれないビジネスを通じて収入を得つつ、世界中を旅しながら自分の好きなこと（哲学・ブラジリアン柔術・創造的な活動全般・アルゼンチンタンゴなど）をきわめていきたいと考え、行動している。そのかたわら、フリーランス翻訳者としても活動中。下記サイトでブログを執筆・運営（現時点では英語のみ）。

<http://masafumimatsumoto.com>

[m3.matsumoto@gmail.com](mailto:m3.matsumoto@gmail.com)

Twitter: [@mma323](https://twitter.com/mma323)