

	2	はじめに
スティーブ・ジョブズ	4	Stay Hungry. Stay Foolish.
ピカソ	5	できると思えばできる。できないと思えばできない
池江璃花子	6	悔しい思いも含めて前に進む力になる
ニュートン	7	今日できることに全力をつくせ
鳥井信治郎	8	やってみなはれ
高杉晋作	9	まず飛び出すことだ、思案はそれからでいい
タキトウス	10	勇気あるところに希望あり
ベープ・ルース	11	三振を恐れてはいけない
高橋尚子	12	勝つことしか考えていなかった
ウィリアム・ハズリット	13	自信こそ勝利の条件である
野口聡一	14	ひとつひとつの仕事で期待に報いていけば、チャンスを呼び込んでいける
夏まゆみ	15	人は本来、必ず成功し、輝くようにできています
チヌア・アチェベ	16	太陽はひざまずいている者より立っている者を先に照らす
円谷英二	17	ないものは作ればいい
大谷翔平	18	憧れるのをやめましょう
川口淳一郎	19	高い塔を建てなければ、新たな水平線は見えてこない
高橋歩	20	夢は逃げない。逃げるのはいつも自分だ
手塚治虫	21	人を信じよ、しかし、その百倍も自らを信じよ
ニーチェ	22	自分自身を超えろ
織田信長	23	必死に生きてこそ、その生涯は光を放つ
アントニオ猪木	24	迷わず行けよ 行けばわかるさ
日蓮	25	悪は多けれども一善にかつ事なし
デカルト	26	難しい問題は分けて考えよう
孔子	27	徳は孤ならず必ず隣あり
芥川龍之介	28	夢だから、なお生きたい
	29	まだまだある！ 背中をおしてくれる名言
	30	ワークシート
	31	ワークシートの記入例
	31	名言ブックを作ってみよう

はじめに

悲しいときやつらいとき、誰かの「言葉」が自分の背中をおしてくれることがあります。私もそうでした。自分に自信が持てなかった私は、手塚治虫さんの「人を信じよ、しかし、その百倍も自らを信じよ」という言葉に背中をおしてもらったように思います。だから、自分が自分を一番に信じて、前に進むことができたのだと思います。そして、言葉には「力」があることを、そのときに実感しました。

この本には、さまざまな人物の言葉が紹介されています。あなたの心に響く言葉、あの人に伝えたいと思う言葉に出会うことでしょう。もし友だちと一緒にこの本を読むならば、どの言葉が心に響いたか、話し合ってみるとよいでしょう。理由を話し合ううちに、その友だちのことを今よりもっと深く、知ることができるかもしれません。

この本を通して、言葉と出合い、言葉を知るきっかけになることを願っています。

筑波大学附属小学校国語科教諭

白坂洋一

これは絶対的な法則である

できない

思えば

できない

できる

思えば

できる

あきらめた瞬間に可能性は0になる。まずはやってみよう!



20世紀が誇る天才画家

ピカソ(パブロ・ピカソ)

今は「不可能」でも「できる」と思えば、「できる」証拠や方法が集まってくる!

絵だけではなく、彫刻や版画など数多くの作品を残したピカソが、「限界」について話したときの言葉です。「できない」と思っていて最初からやらないのでは、当然なにもできません。「時間がない」とか「怖い」とか、できない理由や言い訳ばかりを探してしまいません。

たとえ今は「不可能」だと思われていることでも「できる」と思えば、「できる」証拠や方法が集まるもの。想像力を働かせ、努力を積み重ねれば「できる」が実現するにちがいません。

プロフィール
生涯で14万点を超える作品を残したことから「もっとも多作な画家」と呼ばれるほか、現代美術に通じる新たな様式を生み出した20世紀を代表する画家。

- 1881年 スペインで生まれる。
- 1907年 キュビズム革命のきっかけとなった『アヴィニョンの娘たち』を制作。
- 1937年 ナチスの無差別爆撃をテーマにした『ゲルニカ』を発表。
- 『泣く女』シリーズを制作。
- 1973年 91歳で死去。

Stay Hungry.
Stay Foolish.

(ハングリーであれ。
愚か者であれ)



アップルを創業した実業家・起業家

スティーブ・ジョブズ

現状に満足することなく、いつも自由で新しいアイデアを求めよう
この言葉はアメリカ・スタンフォード大学の卒業式で行ったスピーチの一言で「現状に満足することなく飢えた状態にいよう。常に自由で新しいアイデアを求め続けよう」という意味。元々は『地球カタログ』という雑誌の最終号に書かれていた言葉です。
他人になにを言われても、それまでの常識から外れることを恐れず、未知への挑戦を続け続けたジョブズだからこその言葉です。

ひらめいたアイデアは、恥ずかしがらずにどんどん発言してみよう!



プロフィール
世界初の本格的なパソコンをはじめ、iPad、iPhoneなどさまざまな革新的な製品を世に送り出し続けた人物。

- 1955年 アメリカで生まれる。
- 1976年 アップル設立。
- 1977年 アップル創業。
- 1984年 Macintosh発売。
- 2001年 iPod発売。
- 2007年 iPhone発売。
- 2010年 iPad発売。
- 2011年 56歳で死去。

人は本来、 必ず成功し、 輝くように できています



自分の「限界」を決めるなんてもったいない。自信を持って、前に進もう。



プロフィール

ダンスをツールに人材育成・指導・振りつけを行った第一人者。手がけたアーティストは300組以上、ダンス指導は述べ200万人以上。アイドルパフォーマンスの難形をつくり上げ、ダンス界のレジェンドとして称賛されている。

- 1962年 神奈川県で生まれる。
- 1993年 日本人初のソロダンサーとしてニューヨーク・アポロシアターに出演。
- 1997年 NHK紅白歌合戦のステージングを20年以上歴任。
- 1998年 長野冬季オリンピック公式曲の振りつけを創出・指揮。モーニング娘。を立ち上げ前から育成・指導、そして振りつけを行う。
- 2005年 AKB48を立ち上げ前から育成・指導。
- 2023年 ダンス指導や審査員など精力的に行いながらも61歳で逝去。

ダンス界の巨匠・ダンスプロデューサー

夏まゆみ



自分で限界を決めずに一生懸命やれば成功が見えてくる

モーニング娘。やAKB48にダンスを教えながら、常に前向きな言葉をかけ続けた指導者。やっていると今更になってくても、よく悩むことはないということ、成功とは、自分の能力や魅力を発揮できる場所を見つけ、成長し輝くことだという言葉を送り続けました。成功はいつなのか、どこなのか、それは人それぞれとも。まずは、自分は何が好きで、なにをしているときに夢中になれるかを探しましょう。それに一生懸命取り組めばやがて自信が持て、ひとつひとつ前に進んでいけるはずですよ。

出典：『人はいつでも、誰だって「エース」になれる! 心とからだの輝く72の言葉』(ビジネス社)

結果はわかりませんが、

ひとつひとつの仕事で 期待に報いていけば、 チャンスを 呼び込んでいける



今できることに全力をつくそう。



プロフィール

国際宇宙ステーション (ISS) 組み立てミッションに参加。その後ISSの長期滞在を2度経験する。

- 1965年 神奈川県で生まれる。
- 1996年 宇宙飛行士候補に選ばれる。
- 2005年 国際宇宙ステーション (ISS) で日本人初の船外活動をする。
- 2009年 ロシア・ソユーズロケットで約半年間にわたる長期宇宙滞在に出発。
- 2021年 15年のブランクを経ての4回目の宇宙船外活動。
- 2022年 JAXAを退職し日本大学特任教授に就任。

今できることを一生懸命にやろう。そうすれば夢に近づける。「宇宙飛行士になりたい」という野口さんの高校生のころの夢の実現は、けっして一本道ではありませんでした。大学受験に失敗したり、宇宙飛行士とは別の一般の会社に就職したり、たぐさんの回り道をしました。倍率572倍の宇宙飛行士候補に選ばれても、実際に宇宙へ行くかどうかはわかりませんでした。しかし、夢は夢として抱きながら、その場その場でできることを一生懸命に考えながらコツコツこなしてきたら、その夢にたどり着けたのです。

野口聡一

2つのギネス世界記録を持つ宇宙飛行士

出典：2008年12月22日クライス&カンパニー代表取締役社長 丸山貴宏のインタビューにて