

相手によって使い分ける

ロジカルな文章、  
情緒的な文章

坂本宗之祐

ブックデザイン  
石澤義裕

イラスト  
三重野愛梨

まえがき

## 人生は書く文章で9割決まる

この本であなたに伝えたいのは、「あなたは文章が書ける！」ということ。あなたには途轍もない眠れる価値がある。だから、「どんどん書いてほしい」と心から願っています。

僕は「人生は書く文章で9割決まる」と思っています。それくらい、文章を書くことは大事なのに、小難しい理屈やルールにがんじがらめになって、思い込みにとらわれ、筆が全然進まない人をたくさん見してきました。

もう、小難しい理屈はほっぽり出して、just write it!です！

書けば書くほど、うまくなりますから、大丈夫です。

あなたは文章が書ける！とは、気休めで言っているのではありません。なぜなら、これを書いている僕自身が文章をまったく書けない人間でいながら、新聞記者になり、今や文章にまつわる仕事でご飯を食べていられる実体験があるからです。

そして、これまで日本全国のあらゆる人々と会ってお話ししてきて、すべての人が「書くに値するものを持っている」と確信しているからです。

ちなみに僕は今でも、文章自体は大してうまいとは思っていません。だから、この本を読んでいる、「なんか変な文章だな！」と思われる部分があるかもしれません。ですが、細かい書き方は大目に見て読んでいただければ幸いです。教科書のような書き方のルールよりも、本当に大切なことをこの本でお伝えしたいと思います、僕は筆をとりました。

文章はある意味、書き始めればすべて解決します。書かなければいつまでたっても進歩しないのです。

たとえ話をします。畳の上で必死に泳ぐ練習をして、「泳げるようになったらプールに行く！」と言う人がいたらどうでしょうか？

「さっさとプールに行きなよ！」とあなたはアドバイスするはずですよ。なのに、文章に関しては多くの人が、畳の上で必死に泳ぐ練習をしているように見受けられてしまうのです。た

だ、水泳の場合は、泳げない人がいきなり深いプールに飛び込むと、溺れてしまうリスクが確かにあります。ある程度の準備はもちろん必要でしょう。

でも、文章に関しては、あなたはもう準備ができています！と申し上げたい。

老若男女、誰もが違う人間です。だから、1人ひとりが価値を持った存在であり、だからこそ、文章で発信する価値をすべての人が本来的に持っているのです。

**あなたには、自己評価以上の価値がある。だから語ろう**

多くの人が、言葉をアウトプットすることに抵抗があるのは、自分が持っている知識や経験、思考に自信がないからです。本当はどんな人もすごい価値を持っているのに、それに気づいていません。

僕は、あなたの話を知りたくて仕方がないんですよ。どんな生い立ちで、どんな親御さんで、どんな街でどんな風に育ってきたのか？どんなことを経験し、どんなことを学んできたのか？などなど、人のあらゆることを知りたいのです。

記者時代から、何千人もの方々からお話を聞いてきましたが、本当に人間って面白いです。底知れない魅力があります。

人間を通じて、たくさんの感動、尊敬、共感、笑い、涙、理不尽への憤り……さまざまな感情を味わってきました。弱い部分も愚かな部分も含め、すべてひっくりかえり、人間はかわいい。

1人として同じ人間はいませんから、「どんな人も価値を持っている」と確信するようになりました。人の人生も、同じものは2つとなく、必ずその人数だけのドラマが何かしらあります。

だからあなたも、自信を持つてください。

どこからかバクってきた、教科書のような無味乾燥な文章を書いて、「無難にやり過ぎそう」などと考えないでください。

あなたにしか書けないことが必ずある。だから、あなたの言葉で自信を持って書いていたいただきたいのです。

まず必要なのは勇気です。あなたは価値のある存在ですから、堂々と自分をさらけ出して、文章を書き始めれば良いのです。巷には文章のテクニック本が溢れかえっていますが、文章に

とってスキルやテクニクは本質じゃない、と感じています。

まったく文章を書けなかった昔の自分が、文章テクニクの本を読んで、書けるようになるイメージが全然湧かないのです。もちろん、文章テクニクが効果を発揮するシーンはありません。ただ、それは文章を書く以前の「土台」ができていることが前提条件です。その土台とは、文を書く「勇気」、情報を伝えたい！という「情熱」、読み手に貢献したいという「愛」、人に伝えねば！という「使命感」、の4つです。

あなたは素材として申し分ないものを持っており、もう準備ができています。価値を持っています。後はアウトプットするだけなのです。

そのアウトプットの原動力となるものが、「勇気」「情熱」「愛」、そして「使命感」です。この4つをあなたの内奥から引き出して、あなたのコンテンツを言葉にし始めてください。

さすれば、あなた自身の仕事や人生は確実に好転します。その上、まわりの多くの人たたちを幸せにすることができます。

この本が、あなたの背中を押す一助となれば、とてもうれしいです。

## 目次

まえがき

人生は書く文章で9割決まる ..... 3

## 第1章

たった1行しか書けなかった僕が、  
スラスラ書けるようになった理由 ..... 13

まったく文章を書けなかった僕の黒歴史 ..... 14

新聞記者で身につけた「かつちり文章」 ..... 16

独立してウェブで身につけた「やわらか文章」 ..... 22

文章力は、プライベートの幸福ももたらす ..... 25

「文章が苦手」は思い込み ..... 27

文章はスキルより、メンタルで決まる ..... 29

文章を書く、4つのマインド ..... 32

第2章 文章の根本セオリー ..... 35

【セオリー1】	文章は「うまい」必要はない	36
【セオリー2】	毎日、ネタ帳にメモしよう	39
【セオリー3】	語彙を増やす！スマホ辞書をフル活用	42
【セオリー4】	過去を振り返り、 エピソードを片っ端から書き出す	45
【セオリー5】	主張は、必ず「体験」とセットで！	48
【セオリー6】	いつも読み手への敬意と思いやりを	50
【セオリー7】	文章で批判は書かない	53
【セオリー8】	ファクトと思い「7・3の法則」	56
【セオリー9】	人を好きになる	59
【セオリー10】	思いを込めて書く	63
【セオリー11】	日頃から飛ばし読みをしない	66
【セオリー12】	目の前の人に語りかけるように書く	69
【セオリー13】	自意識を捨てる	71
まずは型から！文章メンタルを整える		
4 マインドの定型フレーズ		74

### 第3章 ロジカルな文章の書き方技術

日本人の多くの文章がロジック破綻する理由	80
論理的な文章が書けるようになる「本質思考」	83
「論理が飛躍している」文章の例	86
ロジカルな文章、すべては読み手のため	89
事実をうまく伝える、新聞記者の「逆三角形ライティング法」	92
人を説得する「ロジカル五段構成ライティング」	99
論理的な説得力を劇的に高める、「肉付け材料」の探し方	106
失敗しない！肉付け情報を集める際の注意点	110
あなたにはロジカル思考力が備わっている	114
読み手を混乱させない「ワンテーマの法則」	117
30分で濃い記事一本仕上げる	121
「新聞記者式・スピードライティング法」	126
地をはい、空に舞う「地空視点ライティング法」	131
地をはい、空に舞う新聞記者	131

## 第4章

### 「キライ」「無関心」を 「好き」に変える技術

- 論理的な脳になる！基礎トレーニング法……………133
- 人を動かす企画書はどう書く？……………136
- 「私を見てー」から「あなた」に視点を変える……………146
- 「他者志向ライティング」のメリットとやり方……………150
- 読み手を没頭させる「五感訴求ライティング法」……………156
- 喜怒哀楽の表情で書く「顔面ライティング法」……………161
- メール文章やり取りの「おうむ返しテクニック」……………164
- ぐいぐい引き込む文章8つの鉄板ネタ……………167
- 部下と良い関係を築くメール5つの注意点……………179
- 上司、取引先と良い関係を築くメール3つのポイント……………185
- ロジックか？情緒か？……………189
- 相手に応じて書き方を変えるテクニック……………189

## 第5章

### 心をわしづかみにする

### 文章の書き方技術

書く達人が密かにやっていること	192
不特定多数の人に向けて書く文章で失敗しない5つのコツ	195
批判、誹謗中傷は書かない、絶対	200
これからの時代に必要な、2種類の文章の書き方	203
自分を律して客観的な文章（かっちり文章）を書くコツ	205
自分を解放する主観的な文章（やわらか文章）の書き方	214
心をわしづかみにする	221
文章の書き方技術	221
読み手を一瞬であなたの世界観に引き込むライティング術	222
「無視」が「共感」に一変する書き方の技術	225
「軽蔑」が「尊敬」に一変する書き方の技術	231
魔法の文章を作る5つの書き方	240
文章を書く心のエネルギーを高める4つの方法	251
体験が文章を豊かにする3つの理由	257
結局は、あなたらしく、自由に書けばいい	261

## 第1章

たった1行しか書けなかった僕が、  
スラスラ書けるようになった理由

































