

## 第一章 芸人としての生き方

- 01 ぬるま湯にとっぷりつかるな 16
- 02 四六時中考えているからひらめきが降ってくる
- 03 「お客のせい」より「自分のせい」にしろ 20
- 04 勝ちたかったら「しょうがない」で済ませるな 22
- 05 「他人にウケたい」からこそ努力できる 24
- 06 売れたことで満足せず、その次を大切にしろ 26
- 07 「他人を食う」ことを恐れるな 28
- 08 自分が「面白い」と思ことをやれ 30
- 09 過去を懐かしむな。つねに「次」に目を向けろ 32
- 10 オリジナルに学び、オリジナルを超えていけ 34
- 11 成功したければ片時も努力を怠るな 36
- 12 稽古や努力こそ「芸の肥やし」である 38
- 13 弱者を笑いものにするな 40
- 14 売れない理由は外ではなく中に求めろ 42
- 15 妬みや恨みからの悪口は恥ずべきものと知れ 44
- 16 文化人より芸人でいたい 46
- 17 芸能人は「腹立たしい存在だ」と自覚しろ 48
- 18 自分らしく生きるにはやせ我慢も必要だ 50
- 19 笑いには、常識という物差しが不可欠 52
- 20 勝つためには土俵選びが重要になる 54
- 21 「ライバルは潰せ」の世界で生きていると知ろう 56
- 22 お笑いっていいものだ 58
- 23 芸人の引退は客が決める 60
- 24 芸は目の前に客がいてこそ磨かれる 62

## 第二章 人としてどう生きるか

- 25 「やりたい仕事」より「できる仕事」に全力を  
 26 二番手くらいがちょうどいい 68  
 27 あれこれ考える前に一步を踏み出そう 70  
 28 文句があるなら黙って去ればいい 72  
 29 楽な道よりしんどい道を選べ 74  
 30 努力は成功を約束しないが努力なしの成功はない  
 31 下積み時代の経験は後から効いてくる 78  
 32 与えられた時代と場所で最善を尽くせ 80  
 33 最高傑作はいつだって次の作品だ 82  
 34 1つのことに夢中になっても執着しすぎると  
 35 売れているからこそ謙虚であれ 86

- 36 自分の限界を知り全力を尽くせ 88  
 37 好きなことを夢中でやっているとそれが仕事になる  
 38 人生は他人任せではなく自己責任で生きていけ 92  
 39 他人の人生ではなく自分の人生を生きたい 94  
 40 夢中になり過ぎるな 冷静な目を持ち続けろ 96  
 41 大失敗のはずが後にひっくり返ることもある 98  
 42 生きるとは自分の力で歩いていくこと 100

## 第二章 師匠と弟子

- 43 笑われるのではなく芸で笑わせろ 104  
 44 普段から意識してこそ「芸人らしさ」が身につく 106  
 45 師匠を盛り上げるのは弟子の役割 108

- 47 46 弟子は師匠を真似るな 超えていけ 110  
 芸人は「かっこいい」生き方をしろ 112

## 第四章 テレビとインターネット

- 48 無難さを求めれば面白さが消えていく 116  
 49 「□だけの人」より「実行する人」であれ 118  
 50 真似るな 新しいものを生む努力をしろ 120  
 51 新しいものを生み続けろ。さもなければ飽きられるのみ 122  
 52 時間のムダ使いを恐れろ 124  
 53 切り取りだけで安易に人を非難するな 126  
 54 ネットをバカとガキの遊び場にするな 128  
 55 一度の失敗ですべてを奪うのは残酷すぎる 130

## 第五章 人間関係の築き方

- 56 「話が合わない」のは話を引き出す力がないだけ 134  
 57 他人への気遣いを大切にしろ 136  
 58 シルバーシートなんてなくていい 138  
 59 命を数字で語るな 一人の人生がそこにはある 140  
 60 人は面と向かわないと伝えきれないものがある 142  
 61 力を借りたいなら意見を求めよう 144

## 第六章 親のあり方、子のあり方

- 62 苦勞してこそ学べるものがある 148

- 63 子どもの物事を見極める力を侮るな 150  
 64 負けた経験が立ち上がる強さになる 152  
 65 人間関係の根底には「礼儀正しさ」が欠かせない  
 66 物わがりのいい父親より厄介な父親であれ 156  
 67 子には子の人生があり、親にも親の人生がある 158  
 154

## 第七章 お金との向き合い方

- 68 ささやかな幸せに喜びを見出す 162  
 69 世の中は不平等に見えて意外と平等だ 164  
 70 お金に執着する人になるな 166  
 71 金の貸し借りは人間関係を壊すもと 168  
 72 貧乏との緩やかな共存は厄介だ 170

- 73 食べたいときに食べられる程度の金があればいい 172  
 74 「運の使い場所」を間違えるな 174

## 第八章 老いるとは

- 75 やりたいことはますますやろう 178  
 76 老いる自分を受け入れいかに生きるかを考える  
 77 いくつになっても「今の自分」を好きでいたい 182  
 78 老後は好きなように生きればよい 184  
 79 「死んでから」では遅すぎる 186  
 80 歳を取れば取るほど「内面」がものをいう 188  
 180