

はじめに

こんにちは、BJ Foxです。イギリス出身、44歳。日本に住んで10年になり、妻と2人の子どもと暮らしています。普段は外資系企業の日本オフィスを任されていて、プロジェクト管理も営業も得意中の得意——少なくとも履歴書にはそう書いています(笑)。

でも、本当の顔はスタンドアップコメディアン。東京で初めてのスタンドアップクラブ「Tokyo Comedy Bar」を立ち上げ、英語でも日本語でも毎週のように舞台に立っています。

一つだけ皆さんにおすすめしたいことがあるとすれば、それは「スタンドアップコメディをやってみること」です。なぜなら、人を笑わせようとするのは最高にオープンで、ちょっと怖くて、でもすごく楽しいコミュニケーションだから。タイミングや言葉選びを考え抜くのは、実は仕事でのプレゼンや交渉と同じなんです。僕自身、コメディを始めてから仕事のスキルがどんどん上がり、失敗を恐れなくなりました。

日本ではまだスタンダップコメディを体験できる場所は少ないですが、この本を読んで、ちょっと試してみてください。舞台に立たなくても、日常がちょっと楽しく、ちょっと上手に“笑い”で立ち回れるようになるはずです。

——BJ Fox