

JTA通信 第3号

生の実感と日々の断片

発行日：2025年5月31日

はじめに

今回は記事の振り返りと、「当たり前だった日常の中に段差を感じ取るとき」「『小さな断片』を生み出していく」「人生、生活、メンタリティ」という3つの話です。

思いの外ぎゅっとした話になってしまったので、振り返りの方はさらっとしておきます。

5/10~5/20更新記事の振り返り

5/21 [なぜ毎日書いて新しいコンセプトが生まれると嬉しいのか](#)

毎日書いていくと新たなコンセプトが立ち上がってくるわけですが、そうやって日々断片を生み出していくことについての話です。この後の本編とも関係してきます。

5/23 [高校の間はキャリア形成のためにひたすら勉強するしかないのでしょうか？【人生の軸Q&A⑤】](#)

新高校一年生の方から頂いた質問への返答です。あと何回か続きます。

5/26 [やりたいことが分からない読書録7『流れをつかむ技術』桜井章一](#)

5/29 [なぜ「食われ放題」でいいのか【大自然の余裕と情報発信】](#)

ヒガンバナは花が咲くのに実がなく、でも蜜はあって、じゃあその蜜はなんのためやねん、ということになり、ダーウィンの進化論的には「生き残りに都合がよかったから」ということになるんですが、「いや、大自然は余裕たっぷりのスーパー豊かやからアゲハ蝶を養ってあげてるんやでw」という説が面白かったので、そこから考える情報発信のスタンスについての話です。

それでは早速本編に入りましょう。

当たり前だった日常の中に段差を感じ取るとき

情報発信における価値として、受け手にパラダイムシフトが起きて、「今までゴミだと思ってたものが宝物だった」ことに気づいた時、そのきっかけとなったものに価値を感じる、というのがあります。

これをもう少し広げてみると、一定期間密度の濃い時間を過ごしその余韻のまま元の日常に戻ってきたときに、それまで当たり前だった景色に違和感が生まれて、極端に言えば「今こ

ここではみんなこんなやって過ごしてるけど、でもあっちでは同じ時間にあんな風に過ごしてる人がある」という具合に、一つだと思っていた日常が、実はその限りではなかったという体感になる瞬間があるわけです。

僕で言うと分かりやすいのは、宮古島や南米から帰ってきた時、もう少し前だと中学校卒業以来の友達と1日半ぐらい出かけてきた時とかなんですが、その後しばらくその余韻を感じている時間があり、その間は例えば通学中の電車で全員スマホしてるのを見たり、もしくは研究室でカリカリ計算したりしてるときに、「でも向こうではこの時間も海で泳いだり、アマゾン川には大自然があって、地方の美味しい美味しい海鮮丼を食べてる時間もあるのか」って思うと、この今の現実だけに生きてるのはもったいないってなってきたりします。

パラレルワールドとしてはそういう現実もあって、違う言い方をすれば、たった3か月、1週間、1日あればそれだけの体験は出来るってことで、でも普段適当に過ごしてると、もう3か月たってるやんという瞬間は当然のようにいくらでもある。つまり、そういう体験によって、それまで当たり前の時間として受け入れてたこの一秒一秒を、全く違う時間として過ごせる別の現実があることに気づいた時に、今の実際の現実には違和感が生まれてきます。

それは本当に当たり前なのか

フラットで滑らかでつるつるしていたそれまでの日常に、小さな段差があることに気づく、この、瞬間をとらえる解像度が上がる感覚。朝起きてごはん食べてシャワー浴びて電車乗って学校行って授業受けて宿題やって帰ってきてご飯食べてYouTube見て寝るという一日を、それを別に当たり前として受け入れなくてもいいことに気づくわけですね。

自分の意志次第ではいくらでも違う過ごし方をできる、実際にそうやって生きてる世界があるという体験をする、そうするとこっちの現実すらも何か考えや違和感が生じる一つの出来事として捉えられることになる。

説明むずいんですが、シンプルに言うと、自分が今それが当たり前と思って受け入れてるからその現実なのであって、同じ時間に別の過ごし方してる人があることに気づき、それも気づくというレベルではなく身体感覚レベルで刻み込まれその余波を引っ提げて昨日までの日常に戻ってきたときに、その日常を当たり前と思う必要がないことを思われる、という感覚。

そこで別にその日常をもう一度受け入れてもいいが、そうじゃない方向に進んでいこうとしてもいい。当たり前と思っていたものを、疑う対象として認識する、それまで気づかなかった枠に気づき、それを枠として認識するようになる。その上でその枠から出ていきたいのかどうかは個人の問題になるが、僕は常にその枠を見つけてその外に出ていこうとする日々である方がおもしろいと思ってます。前まで普通だったものが、密な圧縮された時間を体験することで、元の時間が比較対象になる。絶対的として受け入れてた日常が相対化され比較検討されるものへと変化する。

パラダイムシフトとしての異世界

小学生の子供たちと一緒にキャンプ行く機会があったんですが、帰りの電車で何人かが代わる代わるずっとしゃべりかけてきてたんですね、こっちはほんまに相槌だけでいいぐらい、こっちが効いてるかどうかともどうでもいいぐらい。

で、ずっとうんうん聞いてたわけですが、その子たちとバイバイした後、何駅かひとりで電車に乗って帰宅するとき、さっきまで僕の認識の中では「自分とその子供たちという集団」のみで成立していた空間が、物理としては変化なくても、今周りを見てみると全員下向いてスマホを触ってるわけです。

で、最初行く時は僕ももちろん同じように過ごしていました。でもその体験があつての一人の帰り道、全く同じ景色を見たときに、僕は下向いてどうしてもいいニュースを見る時間と、10分前までの子供のピュアな感性に触れている時間とを当然自然とに比較するようになるわけです。となると同じ場所で同じ時間であっても、その過ごし方や体感はいくらでも選ぶことができるわけですね。それは「自分がどうしたいのか」というだけ。普通と思ってたところにも全然違う振る舞いができる可能性はいくらでも存在している。

Return with the Elixir

これは「神話の法則」で言えば旅の帰還、「宝をもつての帰還」とも言えるわけですね。

「それまで普通に生きてたところに隕石やデスノートが落ちてきて、壁の上には巨人が現れて、半ば強制的にその世界を飛び出ることになり、その中でいろんな出来事があって、最後にクライマックスを経て元の世界に戻ってきたときには、周りの人は何も変わることなく同じように過ごしてるけど、主人公の目には旅の道中での光景や感情が重なって見えている」というやつ、これですよ。彼は宝を引っ提げて帰還し、以前の日常とは異なる現実としての非日常も抱えることになるわけです。

何を言いたいのかと言うと、それが生きている実感なのでは、ということです。ある体験や出来事によって、それまで平らに見えていた日常に段差があることに気づくところに生の実感がある。疑いようもなかった日常に違和感が生じるところに次なる冒険のきっかけがある。それが新たな扉を見つけるということ。こうしてその人生の第二幕がまた始まっている。

「小さな断片」を生み出す活動としての日常

ニュートンの『プリンキピア』が出来上がるまでの道のり

『人間にとって科学とはなにか』という、ノーベル物理学賞を取った湯川秀樹と『知的生産の技術』などでも有名な人類学者、梅棹忠夫の対談本の中で、ニュートンの話が出てきます。ニュートンは『プリンキピア』という物理の礎となる本を書いたんですが、それが46歳の時という話でした。で、その20年後に『光学』というこれまた有名な本が書かれることになります。

ここで、ニュートンは1作目を書いたのが46歳で、と言っても他に論文とかは書いてたと思いますが、その人生においての大著となるものを書いたのが46歳で、それまで10年20年積み重ねてきたものがあるわけです。さらに次の光についての思索をまとめるのにも20年かかっている。

で、やっぱりそんだけ時間かかるよなって思ったんですね。僕は自分が考えたり取り組んだりしたことを基にブログや本などを書いています。自然法則をずっと研究してそれをまとめた本ってなると10年単位で時間がかかるものです。その10年、20年の間に、何回も

考えが積み重なって否定に否定を繰り返してあっち行ったりこっち行ったりしたものを、一つの流れにまとめるわけですね。

で、今編集中の本を読み返したりしていて、もうちょっと書き足したり、追加したいなという話が出てきたりします。今回は3か月前に一旦書き終わっていて、しばらく空いてこのタイミングで編集に手を付けることになりました。

そうすると、最初に書いていた時には全力を出し切ったように思っていたんですが、改めて読み返すと、ここに関してはもうちょっと書けそうとか思うわけです。で、今回のに関しては「その時点で書いたもの」ということでなるべくそのままの形にしておくつもりですが、その数か月の間で、新たに書き加えたいところがあるわけです。

考え、書いたことと時間を空けてもう一度向き合う意義

ということを考えていくと、数か月置いて書き加え、また数か月置いて書き加え、ということをしばらくやっていると、なかなかの厚みのものが出来上がるんじゃないかって思ったんですね。

で、本来学者はそういう感じで本を書いているんじゃないかとも思いました。つまり、普段は論文の形で、一つの完成物をアウトプットしていて、で、そんなことは忘れてまた次のテーマを探求していき、また論文を書き、それをしばらく繰り返した時に、最初にしたものについて、今ならこの部分にもう少しこういう感じで書き加えたい、ということが出てきて、それを積み重ねたときに一つの本が出来上がる、という流れ。

それを踏まえると、例えば僕はブログの記事をいろいろ書いていて、基本的にそれらは書きっぱなしになってます。昔ならリライトと言ってしばらく時間を空けて読み直して修正したりしてましたが、そのリライトを別の原稿として新たにもう一つ書くやり方があるってことです。

断片だからこそその能動性

最近読んでいた『自然学の提唱』は多分講義をまとめたものなんですね。いろんな場所で似たような話してるのをそのまままとめた形で、おんなじ話は何回も出てきたりします。でも一言一句同じわけではなくて、その話題を別の機会に別の場所で喋ってるので、また違った言葉遣いになってます。だから最初の言い回しで分かりづらかった部分が、次の言い方だとすんなり入ってきたりします。

で、これもそれらをしっかり体系的にまとめていくというやり方もありますが、それだとまず手間はかかるわけですね。一方でその手間に相当する理解度や面白さになるかと言うと、意外とそうでもないというのが最近思ってることなのです。

つまり、きれいに順番に整えて整理するのがいいと思ってしまいますが、それだけ時間もかかってるからいいものになってるはずだと思ってしまいますが、意外と**断片の寄せ集めだからこそその面白さや、こっち側が自分で間を埋めようと前のめりになる**という良さがあるわけです。

つなぎ目がなくて隙間が空いてるからそれを埋めようと自分で調べたり考えたり。さらに言えば、作り手はその編集に費やす時間をさらに新しい話をするのに回せるわけで、整えてまとめるよりもその新しい話一つある方がいいかもしれない。

ひたすら断片を生み出していく

だから、時間をかけて体系的にまとめることが必ずしもいいわけではなくて、それは科学や学問の場合にはその方法というのがあるから、そこに準ずる必要はあるが、個人が自分の考えや取り組みを形にするとき、**しかもその最初の段階においては、体系化を思い描くよりもひたすら断片を生み出していくほうが効果的である。**

それこそニュートンは46歳で力学を体系的に記述したわけですが、それ以前には、のちに全体として体系づけられるその一部を何個も考えたり生み出したりしているわけで、だからそういった小さい塊をひたすら作り出す、きれいにまとめるのは後からでいい。本当にあとからでよくて、しばらくすれば、とかでもなく、それは一生に一回二回あるかどうかぐらいでちょうどいいと思われる。

この断片というのは文章や考えに限らず、具体的な行動や活動としても、自分の行動を俯瞰して論理立てて、全てに意味付けをするだけがいいわけでもなくて、小さな断片を獲得するものとしてのアクションがあってもいい。それこそ特に始まりにおいては、とにかく部分的に明らかな箇所を増やしていく。

パズルのピースを集めるという日々の過ごし方

それはいきなり絵を描いてみるとか、文章を書いてみるとか楽器を始めてみるとか、何か一つ掘り下げてみるとか、その一つで何か大きな影響や、いわゆる人生が変わるみたいなことはなくても、それは死に際に振り返ってみたときの自分の人生の体系の一部には含まれるわけで、つまり、**「後から全体として統合される一つの枠組みの、ある一部を明らかにする行為である」**という見方。

パズルで言えば一か所オープンにしたという感じ。繰り返していくと、全体の絵柄の想像がついてきて、そうなると、じゃあこの箇所にはおそらくこういうものが当てはまるはずだと見えてくるものがある、そうやって全体の絵柄を考えていくのが人生の軸というものとも言えて、つまり、これは別にどう考えてもよくて、例えば、「先にパーツをいくつか明らかにする行動をしていく」と見てもいいし、「これまでの自分の人生の歴史から、ある程度はオープンされてるから、それらから全体の絵を推察しよう」と考えてもいいわけですね。

もちろん両方あってよくて、でも大事なのは、**考えるにも書くにも動くにも小さな断片を獲得していく生み出していく段階がある**ということ、そして書くことで言えば、毎日書いて日々新しいコンセプトを生み出すというのが、この小さな断片に当たる。

つまり、これをすぐに統合しようとか、それまでの文脈のどこに位置付けようとか考える必要はなくて、それは寝かせておいてまた見返した時に新しく書き加えたいことが出てきたり、そのときには自然とここに当てはまる話だなと分かったりするものです。だから必死でどこかの流れに置いて理解しようとしなくてもいい。

オリジナリティとは素直さのことである

オリジナリティというのは不思議なもので、一人一人の人間はそのまますでにオリジナルです。性格も好みも得意なことも何から何まで違っていて、無理やり項目を建てるとすれば何万とか何千もある、趣味や特技や特性のこれまた大量にあるパターンの組み合わせとして一つの人格が成り立っているわけで、だから何かに近づけようとしなくていいだけで本来十分なオリジナリティ。

それを憧れのあの人のように、あの作品のように、こういう風にしないといけない、この要素は入っていないといけない、などの変な意図が入りまくるせいで普通にしていれば勝手に発揮されるはずのオリジナリティがなくなっていくわけです。

オリジナリティというのは全員が持っているはずで、持ってるも何もそのままのそいつがオリジナルなのだから気持ちいようにやっていればその気持ちよさは他の誰かと完全一致するものではないのだから自然と周りとの違いは現れてくる。オリジナリティとは素直さであって、日々好きなように断片を生み出し、好きなように合体させていけば、それが「**そいつがおもしろい**」ということなのです。

人生、生活、メンタリティ

生活という人生の創作

モンテーニュの『エッセー』をパラパラ見ていたら、アンガージュマンという言葉が出てきた。本の中では「参加」という熟語が充てられていた。もともとは実存主義で知られるサルトルの言葉ですが、ニュアンスとしては「現実をちゃんと生きていく」という感じ。

やりたいことが分からないとか、人生の方向性が分からない、という段階を経て何となくの道筋がイメージできたとしたら、次に大事なものは生活。人生の方向性や軸を見立てること、その上でどう振舞っていくかという生活はセットである。

いくら頭の中だけで、あんなことやこんなことをしていきたい、こんな風に社会と関わりたい、と思っていたところで何か変わることはなく、そこまで来てようやくじゃあどう1日を過ごすのか、という生活を組み立てることに注意が向く。そこでアンガージュマン、実生活として、今どうなっているのか。

この時の生活には創作が関わってくる。生活とは創作である。それは**1日を作るという意味でもあるし、その積み重ねとしての人生の創作でもあり、他者や社会と交わる中での世界の創作でもある**。その始まりとしては、作りたい感じを作ること。

例えば書くことで考えてみると、文章を書くときには、それを書きながら自分で読んでいく。その一番最初に読む自分にとって面白くないものは書いていて楽しくない。だから書きながら読むその自分が読んでいて面白いものを書くことが前提であり、読みたいことを書くのが必要条件になる。

生活の重なりとしての共同体

そしてそこから生まれる緩いつながりとして、共同体というのがあります。この共同体に関して、今イメージしたのは、学生時代の放課後。放課後みんな家に帰ったり部活に行ったりする中で教室に残って数人で話をしたりいっしょに勉強したりしていたあの感じ。あれが僕にとっての共同体、と言えるのかはわからないがそういう集まりの原風景になっている。

大学の際は実験室の横の小さな部屋でよく過ごしていた。誰でも使えるけどみんなあまり使っていない場所で、そこで空きコマをゆっくり過ごしていた。でも僕がそこにいることは仲のいい人は知っていたので、時々そこにやってくる。入れ代わり立ち代わりしながらなんとなくそこに集まってくる。

そこでは他に人がいないことが多いとはいえ、すぐ隣の部屋には実験器具がたくさん並んでいて、たまにそっちで作業したりする人もいるので、誰かの家で集まって遊ぶのと同じ雰囲気ではなく、はっきりとでもないが、勉強というか、何か学んだりできるようになろう、という方向に時間が進んでいく。そこで課題をやったりして、一緒にやろうってなったときはそこに集まる。僕は大体勝手に一人でやってるので、来たい時には来てもらう。

ブログもこんなイメージです。いつでも一人で勝手に勉強して勝手に遊んで勝手に生きてる人がいる場があれば集まりやすい。人生をちゃんと遊んでいく方向に、そんな力をつけていくという方向に時間の流れる、ネット上の空間。ここでの一人というのは、誰の力にも頼らず、という意味ではなく、能動的に人の力を借りるという状態も含む。

誰かに依存する形で助けになるのではなく、自分一人でどう振舞っていくかというはっきりしたものがあって、その上でその実現や実行のために協力し合うということ。この段階にきてようやく生活が重要になってくる。各々が自分の生活を生きていて、自分の人生を生きていて、その世界線は、この世界が多次元的であると考えればいろんな方向に伸びていて、通常の三次元空間では重ならなくても、高次の階層を介してであれば交差する箇所があり、それを形にしたものとしてのブログという場。

「絶対いける」というメンタリティ

もう一つ言うと、人生の方向と生活の2つを考えていたが、ここにもう一つあるのが、メンタリティである。メンタリティとも精神とも気持ちとも言えますが、とにかくこの、「直接的な行動には見えてこない、内部での自分との対話や心の持ちよう」。

これを苦米地英人は「エフィカシー」と言い、中村天風は「絶対積極」と言った。これなしには吉田松陰はアメリカの船に乗り込むのをやめていただろうし、藩の規則を破ってまで東北を旅しなかっただろう。最後は「絶対いける」と思っているかどうか。

これについても日常の習慣としてのやり方はあるが、当然生活とも絡まりあっていて、実際に行動していく中で相互に高まり盤石になっていく。日常が自分の根源のベクトルと重なっていなければ違和感が大きくなり、気持ちよくもないので「絶対いける」とは思えなくなってくる。それどころか、「そうしたい」という気持ちにすら陰りが見えてくる。

だから人生の方向と生活とマインドセットを三つ編みして、全部をちゃんと考えて全部をちゃんと真剣に丁寧に扱っていく。

おわりに

お疲れさまでした。いかがだったでしょうか。

いつものごとく、質問や感想や反論や激励や表明などあれば、ぜひその流れの発生と同時に連絡してください。

また次回お会いしましょう、それでは！！