

# 熱力学的人生観

こんにちは、高本です。今回は熱力学法則を人生に当てはめて考えてみたいと思います。死ぬまでに進んでいくルートがあったとして、それは、おもんないルートとおもろいルートの2つに分かれます。多くの場合は、どこかのタイミングで今おもんないルートにいることに気づきます。その中で、どうやっておもろいルートに作り替え、維持し、歩みを続けていくか。これを熱力学第二法則である「エントロピー増大の法則」を通して考えていきます。

## あらゆるものは勝手に無秩序になっていく

まずは簡単に「エントロピー増大の法則」とは何なのかという話から。これは、「**この世界は秩序から無秩序の方向に変化していきますよ**」ってことを言ってます。この時、エントロピーが増大するって言います。具体的にはこの二種類です。

- ① そこから取り出せるエネルギーが減少する方向
- ② その物体が空間的に広がる方向

例えば、床を転がる球はいつか止まる。片づけたはずの部屋はいつの間にか散らかる。インクを水に垂らせば広がるし、コップのお湯はいつか冷めます。当たり前のことですが、こういう方向に”自発的に”変化します。エネルギー的に言えば、**高いエネルギー状態から低いエネルギー状態に自然に移行するわけです**。一応数式的には、次のように書きます。

$$(\text{自由に取り出せるエネルギー}) = (\text{元々のエネルギー}) - (\text{温度}) \times (\text{エントロピー})$$

これを見ると、エントロピーが増え続ければ、自由に取り出せるエネルギーは減り続けるわけです。なので、エントロピー増大の法則を言い換えると、「**物事が自発的に変化する方向は、自由に取り出せるエネルギーが減少する方向である**」ということになります。

で、なんでこんな話をしてるかという、これを人生に当てはめても考えることができるからです。つまり人生は、**放っておくとどんどん無秩序の方向に進んでいく**。あらゆる行動が**場当たりので散らかっていき無秩序になっていく**。これがおもんないルートだということです。何もしなければ勝手にこの道を進んでいくことになるわけです。

## おもんないルートを作り替えるには？

じゃあそれに抗っておもしろいルートを歩いていくにはどうするかというと、まず自分にとってのおもしろいルートって何かを考えることになります。詳細にイメージできないにしても、何となくこの方向って自分で分かる状態。自分の行動がどこに向かうためのものなのか、自覚できている状態。それを人生の軸とか人生の方向って言うてるわけですね。

### 人生に秩序を与える

まずこれは、抽象的には、その個人の行動に秩序を与えることが大事になります。充実していない状態というのは、「今やってることがどこに向かっているのかわからない」「現状の先にいい画が見えない」「でもだからと言ってどう動けばいいかわからない」。だから苦しいわけです。これはどう考えても無秩序です。

今大学で学んでいること、会社で取り組んでいること、実はやりたいと思っていること、出来ないと思いついでいること、思い描いてる将来、このままいけばそうなってしまいそうな未来。これらがいろんな方向を向いているから、つまりエントロピーがでかすぎるから、自分自身から取り出せるエネルギーが低いわけです。僕もそうでした。

ここに秩序を持たせればいいということになります。だから**自分の価値観とこれまで経てきたイベントを、抽象度の高い視点から解釈して統合する**、というステップが入ってくるわけです。それによって人生の好調や不調の要因をつかめるということになります。

僕で言えば「感覚と行動を一致させる」というニュアンスですが、じゃあどうすればここを妨げられないか、という視点から方向付けできたりしますよね。感覚を磨くとはどういうことなのか、遊び心とは何なのか、とか考えてみたり調べてみたり。さらにそれを物理学的な観点から見るとどうなるのかとか。今回の内容もそういうものだったりします。熱力学法則と人生を対応付けて考えてみるというものなので。

僕が大学で物理を学んでいた時は途中で、「なんでこんなことしてるんやろ」「意味ないやーん」って思いました。そこからいろいろ経て今に至るわけですが、でもここまで来てみると物理も、僕があるべき方向に向かっていくための要素として、がつつり自分の中に組み込まれてるわけですね。だからただのお勉強としてある種“やらされていた”時よりも前のめりで取り組めたりします。

あとは自分のエネルギーが高まった瞬間や、充実度が高かったタイミングを抽象化したものを切り口とすれば、漠然としたゴールとか現時点でのひとまずの目指したい場所が見えてくるかもしれません。あとでまた出てきますが、ここはどうせ変わっていくものです。よりクリアに見えてきたり、より抽象度の高い、つまりより多くの人がハッピーになるものな

ってきたり。

比較的簡単にできるのは、今やってることの再定義です。目の前のことをいくら頑張っても、自分が満足する方向には進んでいかない。むしろ、やればやるほどそこから外れていく感覚があるからしんどいわけです。だからそれをやる意義を書き換えるということですね。だからとりあえずの方向を定めて、ちょっとずつ統合して、エントロピー下げて、おもしろいルートに作り替えていくということですね。

## おもしろいルートを維持するには？

じゃあおもしろいルートが見えてきたとして、それに作り替えられたとしてそれでいいかという、もちろんそんなことはなくて。おもんないルートのほうがエネルギーが低いので、何もしていないと当然元に戻ります。秩序立った状態から無秩序の方向に自発的に進むので、放っておけばおもしろいルート→おもんないルートです。だからこの道に乗っかり続けるためには、エントロピーを減少させ続ける必要があります。これができずエントロピー増大の法則に負けて無秩序になり、元の道に戻ってしまうときに、**人生における熱的死**を迎えます。

### おもんないルートは人生における熱的死

熱的死というのは、エントロピーが増大しすぎて、それ以上変化が起きなくなる状態を言います。生命現象で考えてみましょう。例えば1つの生命における死は、エントロピーの観点からは熱的死と言えるわけです。どういうことかということ、まず生命は非常に秩序立った存在です。細胞が空気中の気体分子みたいに広がっているのは固体として成り立たないわけです。1つの塊を維持しているということは、カオス（＝無秩序）とは逆の振る舞いです。

つまりエントロピー増大の法則と逆方向。ということは、**生命はその活動の中に、エントロピーを減少させるメカニズムを持っている**ということですね。これをシュレディンガーは「生命は負のエントロピーを食べている」と言ったわけです。で、細胞は新陳代謝が起こって作り替えられていくという話がありますよね。一日で1~2%ぐらい新しくなっていくらしいです。これは時間がたつと秩序が維持できなくなってエントロピーが増えてくる、だからその前に自らその細胞を壊して新しく作ってやろう。リセットしておこう。こういうことなわけです。

つまり身体は分子によって一時的に形作られているもので、**生命の本質はダイナミカルな流れだ**ということになります。そうやって生命が維持されていく。でもこれはずっと続いて

何年もたつと、この能力が落ちてミスが頻発してくる。それが病気だったり、例えばがんということです。そしてそれがもう追いつかなくなった時に死ぬということです。つまり**エントロピー増大の法則に抗えなくなった時、それ以上はもう変化できなくなった時に一つ**の**生命活動が終わる**ということ。これを熱力学的死とか熱的死といいます。

他の例で言えば、地球もそうです。太陽から光エネルギーを受け取って人間は活動するわけですが、その過程で当然エントロピーは増えます。じゃあ地球のエントロピーが永遠に増加し続けるのかというと、そうではなくて上手にこれを回避するメカニズムが存在します。それが水の循環です。

海の水は蒸発して上空で冷やされて雨になるわけですが、冷やされるということは熱が奪われるわけで、それは誰に奪われるのかというと宇宙空間です。つまり**宇宙空間に熱としてエントロピーが排出されます**。だから地球での活動が成り立つわけです。宇宙空間は無限に広いので、地球から排出される程度では影響はないわけですが、もしかするとどこかでこれ以上エントロピーが増加できなくなる時が来るかもしれません。これが宇宙の熱的死です。

今の話に戻れば、おもろいルートに作り替わったはずなのに、エントロピー増大の法則に負けておもんないルート、自分が満足してないルートに落ちてしまったときに、人生においては熱的死を迎えたと言えますよねってことです。

## 健全な自己とは？

じゃあどうやって人生における熱的死を回避するか、つまり自発的におもんないルートに逆戻りしてしまうことを回避するか。これは今見てきたように生命現象を考えることがヒントになります。

熱的死とは、エントロピーがそれ以上増えないところまで行ってしまい、さらなる変化を起こせなくなることでした。そして健康であり続けるために、細胞は無秩序になる前に先回りして破壊し、新しく作るということでした。

熱力学的には、非平衡開放系と言います。言葉はどうでもいいですがw、これは**その系が開いていて、常に外から内に流入があり、そして内から外に流出がある**ということです。つまり常に流れがある。その中で秩序化されていく。だからエントロピーが下がるわけです。

例えば、渦とかがわかりやすいです。常に波の流入（＝運動エネルギーの流入）があつて、それが外に出ていく。その流れがあるから、その場所に渦が1つ出来ているという状態。竜

巻もそうですね。砂の流入と流出が絶えず起きているから、そこに竜巻が存在するということです。常に開かれていてエネルギーの流れがあるから、絶えず循環が起こり作り替えられる。それが、「そいつがそこに存在する」ということなわけです。

自分という人格や人生全体においても全く同じように考えられます。非平衡開放系である必要があるわけです。つまり、

常にオープンで、ゆらぎがあって柔軟で変化しており、情報・体験・人間関係などのエネルギーの循環が絶えず起きているということ。

そうやって常に破壊と創造のプロセスとして、エントロピー減少のメカニズムが機能しているということ。これが健全な人生であり、すなわちおもしろいルートであり続けるということではないかと思うのです。

## おもしろいルートを歩み続けるには？

じゃあこのルートにいればそれでいいのかというと、もちろんこれもそうではなくて。この道が崩壊しないようにキープするためには進み続けるしかないわけです。だって歩みを止めれば、流れがなくなりエントロピーを下げることができなくなり、無秩序な元の生活に戻るからです。でもこの道には続々と壁が現れてきます。これを超えられなければ、歩みを止めてしまったら、またおもしろいルートに戻ってしまいます。というわけでいちいち止まてられないので、ここの向き合い方もまた熱力学的に考えておきます。

## 人生における活性化エネルギーと触媒

例えば化学反応で言うと、反応前後のエネルギーを比較すれば、自発的に反応するかがわかります。反応後のエネルギーのほうがいれば勝手に反応するということです。でもじゃあその物質を用意して混ぜて置いておくだけでいいのかというと、そうならないものもあります。

これは活性化エネルギーというのがあって、つまり最初に山があるわけです。これを超えればあとは勝手にエネルギーが低い状態に向かっていく。つまりその後は反応するんだけど、でも最初に超えるべき山がある。で、これをどうするかというと 2 通りの手段があるわけです。

- ① 活性化エネルギーの山を越えるだけのエネルギーを与える。

② 触媒を使って山そのものを取り除く。

例えば水素分子と酸素分子は反応して水になるわけですが、このためには加熱する必要があります。最初に加熱して活性化エネルギーの山を越えるだけのエネルギーを与えてやると、それ以降は勝手に反応するという感じ。触媒については、これを反応の際にかましてやると山が溶けるイメージで、エネルギーの坂を転がるように自発的に反応が進んでいくわけです。

つまり、おもしろいルートを進み続けるために出てくる壁に関しても、それを越えるだけのエネルギーを与えるか、触媒を使って壁そのものをなくすということをしなないと、次に進めない。

今回の文脈ではそれぞれ次の2つに対応します。

**エネルギー：好きでやりたくて関心があること**

**触媒：当たり前でできることという意味での才能・能力**

### ”好きでやりたい“は無限のエネルギー

まず1つ目について考えてみます。好きでやりたいことに対しては、無限にエネルギーを引き出せます。この壁というのは客観的なもので、人が見たときにそこを越えるのって大変でしんどいなって思うわけです。でも好きでやりたくて、その先に到達したい場所があるとわかってるから、何とか超える方法を検討し続けられる。その意味でちゃんとエネルギーを費やせる。

つまりこのエネルギーは好きというエネルギーで、これは無限に出てくるというわけです。ここで「頑張ろう」って意識になってしまうと、他からエネルギーを持ってくることになります。つまり他で不具合が生じる。他の生活の部分に支障をきたすということです。これもエントロピー的な考え方なんですよね。一部ではエントロピーが下がっていても、全体で見れば絶対に増加しているということ。

例えば、冷蔵庫は中を冷たく保ってますよね。これは熱いものはいつか冷めるという自発的な流れに逆らって、冷たいものをどんどん冷たくしてるわけです。つまりエントロピーは下がってます。でもなぜそんなことができるかというと、電気エネルギーを使ってるからですね。

つまり冷蔵庫の外側を触ればちょっとあったかくなっています。これは電気エネルギー→熱エネルギーになってるわけで、外側ではエントロピーは増加しています。で、こっちのほうが増加具合は大きいです。だから全体ではちゃんと増えている。つまり一部分だけで都合のいいようにはならないということです。

だからこのルートを進んでいくためには、この**好きでやりたいという“無限のエネルギー”を使うしかない**わけです。それが自然の摂理が示していることです。

### 壁が壁でなくなる自分だけの触媒

次は2つ目の触媒について。好きでやりたいことから無限にエネルギーを引き出せるので、それが壁を乗り越える力になるわけですが、先に進むにはもう一つ方法があります。それがこの触媒という考え方。今回の文脈では「**自分にとって当たり前に見える事**」になります。つまりそれをうまく使うことができれば、ほかの人がそこを超えて進むには爆裂なエネルギーが必要だけど、自分にとってはただの平坦な道になるわけです。

「めっちゃ高い壁と思ってたけど、なんかよく見たらちっちゃい扉があって、鍵かかってたけど、自分の触媒使ったらガチャッとあいて、なんか知らんけどスーッと通れたわ」

みたいな話です。壁が壁でなくなる。でもそれぞれが持ってる鍵は、当然ですがこれは**人によって違います**。つまり自分が持ってる触媒は何か、これを見極めることが重要になってきます。そしてその自分だけが持つ触媒を使うことのできる壁、これが現れる道を探っていくということになります。

そう考えたときに、結局おもしろいルートというのは、こう言えると思います。

「好きでやりたくて無限にエネルギーが湧いてくることかつ、普通は難しいけど自分は当たり前に見えること、この先にしかない」

もうちょっと掘り下げて考えてみます。実はここまで見てきた2つのルート以外に、「自分ではない他の人が歩いているおもしろいルート」も存在します。誰かを見ていて、例えば芸能人でも友達でもいいですけど、「あの人楽しそうやな」「ああいう生き方がいいな」って思ったとします。その人はその人なりのおもしろいルートを歩いているわけですね。でもそのルートは**その人だけが持つ触媒**を使ったから進んでいけたルートなんですよ。

つまり自分の人生に取り入れたいとか、イメージを膨らませるものとしてはいいけど、そこ

を全く同じように進んでいくのは難しい。だから自分にとってのおもろいルート、触媒を使えるルートを探していくことになるわけです。

例えば消化酵素ってありますよね。体内に取り込んだ食物を消化するときに、そこに消化酵素というのが合体します。それによって消化を楽に行えるわけですよね。でも炭水化物を分解するにはアミラーゼ、たんぱく質を分解するにはペプシンでないとダメなわけです。自分が持つてる酵素(=触媒=鍵)がアミラーゼなのに、炭水化物の壁が出てくる道を歩いても、どうしようもないわけです。

だから自分の手持ちの触媒で通過できるルートを探っていくわけですね。で、これを才能とか能力って言いました。こう言うと、そんなものはないって思いがちなんですが、というか僕ゴリゴリに思ってたのですがw、実際は一般的に想像されるような、特殊能力ではないんですね。もっと身近で当たり前の自分すら気づいていないような部分。

ストレスなく本読めるかもしれないし、だれとでも仲良くなれるかもしれないし、考えすぎずガンガン動いていけるかもしれない。伝える、ということに限っても、文章が上手かもしれないし、絵が上手かもしれないし、喋りが上手かもしれない。これぐらいの事なんですよ。

で、この自分の触媒をどうやってうまく使っていくかを考えて見極めていくわけです。英語の勉強で言えば、文法からガチガチにやっていくのか、友達に教えてもらうのか、SNSでネイティブの人とやり取りするのか、字幕なしで映画見るのか。どんなルートもあり得るわけです。でもその中で自分の触媒が使える、つまりストレスなく何事もないかのように進んでいけるルートじゃないと、どこかで歩くのをやめてしまうということですよ。

## 熱力学人生観まとめ

なかなか複雑な話になってしまいましたが、改めて今回の話をまとめておきます。おもんない人生としての熱的死を回避して、自発的におもろい人生に進んでいく。そう考えたときに、好きでやりたいというエネルギーは無限であるし、自分にとっては当たり前でできることである触媒はこの道を進んでいく上で非常に重要。

というかそれを使わないことには先に進めない。だって絶対壁はあるのだから。その壁を越えられなければまたおもんないルートに戻ってしまう。だから熱的死を回避するためには、壁を越えるか溶かしてなくす必要がある。それをできるのが無限のエネルギー源である好きでやりたいこと、もしくは難なくできることという意味の才能。



これらを使う以外には越えようがない。確実に途中で何か不具合が起こる。それは無理して  
るから、自然じゃないから。つまりその一部分では問題なくても、全体で見ればどこかにし  
わ寄せがくる。

そう考えると好きでやりたいことと、その取り組み方においての当たり前に行えることを  
うまく組み合わせる。それをフルに活用しないことには、エントロピー増大の法則に負けて  
無秩序になり、おもんないルートに落ち着いてしまう。そんな話をしていました。

ひとまずここまでお読みいただきありがとうございました。

以下、おまけの項があります。

## 付録：好きなことに社会性を持たせるということ

ここからは付録として、「好きでやりたいこと」という部分をもう少し考えていきます。さっき好きなこと・やりたいことには無限のエネルギーがあるという話をしました。で、そのエネルギーで定期的に訪れる壁を乗り越えたり、自分の能力を活かして難なく通り抜けられる方向に転換して歩みを続けていると、自分自身学ぶし成長するし、知識も経験もたまっていくわけですね。

ドラクエで言えば、ダンジョンのマップ把握してるし、ボスの弱点分かってるし、どのパラメータ伸ばせばいいかも知ってるし、無理して手に入れたけど全然いらなかった防具も今ならわかるし。それを人に伝えていこうってことなんですよ。この道中を右往左往しながら獲得してきたもの、ここでは全部まとめてエネルギーって言うことにしますが、これをガンガン外に出していこうって話なわけです。

だってこれもさっき見ましたが、自分の中で秩序が維持されるためには、エネルギーの流れが常にあるって、絶えず循環が起きている必要があるわけです。ただひたすら一人の人間の中にたまり続けるのは、不健康極まりなくて熱的に死んでしまいますよって話ですw

で、それをスムーズに効果的にしていくために、インターネット上で情報発信することを常々猛烈に推しているというわけです。自分のメディアがあることで、このエネルギー循環が加速度的にどんどん大きくなっていくということです。これについては、好きでやりたくて関心があること、という発信するテーマについてと、どう発信していくかという伝え方の部分に分けるのが考えやすいです。

この前くりいむしちゅー有田の「有田脳」というラジオを聞いてたら、たまたまゲストで来ていた伊集院光がこんなことを言っていました。

「要は『金が儲かるから、人気が出るから』じゃなくて。本当に理由なく時間を忘れちゃうぐらい好きなことに、ちょっと皆に分かってもらえるような例えができたり説明力が付いたり。一般の人に分かるようなことに寄せれば、それだけで食べていける」

これはすごく面白いことを言っていると思います。僕たちは人生丸ごと爆裂に面白くしていく装置として、その推進力として情報発信を捉えたいので、「なんとなく受けがよさそう」というテーマをメインには選びません。それにはのめり込めないで、無限のエネルギーをつぎ込めません。つまり最初の壁でゲームオーバーです。

仮にそこで頑張ったとしても、他で反動がでかすぎるので、日常生活という空間的にも、人生のプロセスという時間的にも、視野を広げて全体で見れば余裕でマイナスです。だから誰に言われるでもなく毎日やってしまうぐらいのことがテーマになってくるわけです。

でもじゃあ好きなことを好きなだけ喋ってればいいかという、そんなわけなくて。そこで社会性の部分が大きくなってきます。と言っても僕たちは別に芸能人みたいに、マスメディアを通して不特定多数に向けて発信するわけではないです。

あなたが道中手にしてきたものに価値を感じてくれる人、もしくは逆にそれらを発信する中で集まってきた人、こういう人たちにだけ向けてエネルギーをひたすらに届けていくわけです。

だからこの社会性の部分に関しては、情報発信という文脈で置き換える方が使いやすいということになります。

というわけでこれ以降では、「好きなことにエネルギーを費やす」と「その中で蓄積したものを伝えていく」の2つに分けて、もう少しだけ考えてみたいと思います。

## 好きなことを探求するには？

### 歴史的探究・哲学的探究・人物的探究

無限にエネルギーが湧いてくる好きなことに取り組むとき、それを深めていくためには、3つの方向があると思います。それが歴史的探究、哲学的探究、人物的探究です。簡単にまとめるとこういうことになります。

**歴史：**過去からどういう流れで来ているのかを追いかけていく。

**哲学：**〇〇とは？って問いへの答えを深掘りしていく。

**人物：**その分野に大きく貢献した少数の人物に注目していく。

ちょうどこれに関して分かりやすいのをたまたま見つけまして。将棋の棋士で藤井猛という人がいます。将棋界で最高位の竜王というタイトルをとったり、「藤井システム」という自分の名前が付く戦法があったりするぐらいの人なんですが、昔**それぞれの駒の役割**をすごく考えた時期があったらしいんですね。例えば攻め駒と守り駒。そうすると将棋の駒って二つに分かれるわけです。

攻め駒：歩、香車、桂馬、銀、飛車、角

守り駒：歩、香車、桂馬、銀、金×2

歩を除けば攻め駒は4枚で、守り駒は5枚です。こう考えるとそもそも守り駒のほうが枚数が多いので、**上手く攻めていくには攻め駒4枚をフル活用しないとしんどいと気づくわけ**ですね。

**歩の役割とは何か**、ということも考えたようです。これは攻めの観点から言えば、歩がいなくなることで、その場所に銀が進出できると解釈できます。そうすると攻め手は、盤上の歩を上手に交換して手持ちにしたいわけです。そこに銀が進出して攻めを展開できるので。

こう考えていくと、**将棋とはどういうゲームなのかという原理原則**の部分がクリアになってくるわけですね。つまり本質を見誤らなくなって、土台ががっしりしてくるということです。あえて将棋の例のまま進めますけどw、こうなれば定石を覚えるとか流行りの戦法を取り入れるとなっても、なんでその手が選ばれなければならないのか、自分で考えられますよね。

あと、藤井猛氏はこれまた大レジェンド棋士、大山康晴の棋譜をずっと並べてたらしいんですね。つまり”この人に学ぶべき”って思ったその棋士の将棋を、**その変遷も含めて**ひたすら追っていったということです。これを経て藤井猛氏は、竜王のタイトルを取り、新手や新戦法を編み出した人に与えられる升田幸三賞を2度も受賞することになるわけです。2度受賞した棋士はこれまで5人しかいないみたいです。

ちなみに僕は大学院で物理の研究をしてたんですけど、でも結局自分の専門分野1%もわからず終わったなって言う感覚があってw、それは大学院に進学するまでこの3つのことをあんまりやってなかったからなんですよ。授業で量子力学やら相対性理論やら学ぶわけですが、

- ・そもそも物理学ってどういう学問なのか
- ・何を扱うことができ何の扱えないのか
- ・現在までにどんな道りを経てきたのか
- ・どうやって発展してきたのか
- ・ここからどこに向かっていくのか

こういうところを全部すっ飛ばして、授業で教えてもらう話を**ただただ教科書的に**勉強し

てたからで、テストを乗り越えられたらいいという学び方しかしてなかったからなんですよね。

もしくはアインシュタインが物理をどういうものと捉えているのか、相対性理論をどういうものと捉えているのか、どんなプロセスを経てこの理論の構築に至ったのか。そういう歴史も哲学も人の思いもすっ飛ばしてやってきたから、骨組みのところはぐちゃぐちゃだったわけですよ

でもこれらを丁寧に追いかけていけば、かなり深いところまで行けると思うんですよ。そんな風にして、今取り組んでることをもっともっと深めていきましょうという話でございました。そして **深めれば深めるほど、その過程で爆裂なエネルギーをゲット出来て社会に放出していける** わけですよ

## 熱力学的に考える上手なエネルギーの使い方

次は、好きなことを探求していく際の、上手なエネルギーの使い方を考えてみます。そもそもエネルギーというのは、「仕事をする能力を持っている」ことを言います。で、この「仕事」というのは物理としての仕事で、一般的な働くという意味での仕事と厳密には違うんですが、今回はほぼ同じものと考えてもらっていいと思います。

つまり、「**エネルギー=何かしらのパフォーマンスと交換できるもの**」としておきます。でもこの定義だと仕事する能力があるかどうかの問題で、“どの程度”仕事できるのかということが含まれてません。

実際はエネルギーには“質”が存在します。エントロピーが低いほど、つまり秩序的であるほどエネルギーの質がよく、より多くの仕事をできます。ピストンを考えれば、深く押し込むほど反発する力が強いわけですが、これはピストンの中の空気が圧縮されてるからですよ。逆に浅いと空気中の気体分子が散らばって無秩序だから、エネルギー（=押し返してくる割合）が低いということです。

こう考えれば、上手なエネルギーの使い方が分かりますね。**無秩序でばらけさせると大した仕事をしない**ということです。お金で考えてもそうです。1クラス30人がそれぞれ300円ずつ使っても、担任の先生にやってあげられることには限りがあります。でも**9000円あれば財布をプレゼントできますよ**という話です。時間もそうですね。一か所にギュッとまとめたほうが同じ時間でも仕事量は増えます。大きなパフォーマンスと交換できます。

## 社会性を持たせるには？

次は社会性を持たせる、ということについて考えていきます。好きことを好きなだけやれば、十分満足できるかもしれませんが、でも人生全体で見れば、そこにずっと留まっているのはもったいないということですね。精神的な引きこもりというわけです。だからあなたのこれまでのプロセスで蓄積されてきたものと社会を、いかにつなぎ合わせるか。ここを考えていきたいということですね。

### いかに世界との接地面を滑らかにするか

分かりやすいのは2つあるとされていて、「入口の意外性」と「どんな文脈に置くか」。さっきのラジオで言うと、有田氏は「若い頃に合コンとかで女の子にプロレスの話聞いてもらうにはどうするか、どこに焦点当てて話すかいろいろ考えた」って喋ってましたが、こういう話ですね。

ちゃんと興味を持ってもらうためにどの切り口で語るかを工夫していけば、どんな話でもおもしろくできるし、それがまさに芸人のトーク力ですけど、それはそのまま文章とか動画にも応用できるはずですよ。

これは情報発信においては、こちらが熱量あるものを読者にとっての価値に変換して発信するということで、コンテンツ力と言われる部分です。だから自己実現とか自己成長と他者貢献が一致した形で動いていけるわけですね。

あと最近、パンサーの尾形が NHK で数学の番組をやっているのを知りまして。見てみると、フラクタルとか結び目理論とかのなかなか濃ゆい話をしてたんですが、これも面白い組み合わせですね。こういうがつつり学問的な難しい話は、興味ある人多いと思うんですが、でも自分でやるには敷居が高すぎるわけですね。

そこで尾形氏が出てきて喋ってくると、自分もわかるかもって思ったり、しばらく聞いてみようってなるわけですね。専門ではない人に、その分野のエッセンスとか面白みの凝縮液を、いかにそのインパクトを損なわずに伝えるかなので、これも社会性を持たせるということですよ。

僕で言えば、やりたいことや人生の方向性が分からないという部分で苦労したんですが、その時期にいろいろ学んだり試したりしたことがあるので、主にそのあたりの話をしてるわけですよ。でも抽象的にしすぎるとただの一般論になるし、学問的な話に偏り過ぎると論文み

たいになってしまうので、そのチューニングを丁寧にするという感じですね。

ということで、「意外性」と「文脈」に関してもうちよっと見てみます。

### 意外性のないものはその時点でつまらない

まずは導入部分の切り口。ここの意外性が大事になってきます。世阿弥は風姿花伝という能に関する口伝書の中で、能に一番大事なのは「花」と言っています。これは珍しさの事なんです、まさに意外性です。自分が好きで熱量があっても、人に面白さを伝えられないと興味持ってもらえないし、すごさを伝えられないと感動してもらえない。

これはブログにも書いたことあると思うんですが、今までその人が素通りしてたものが宝物になったときに、それを教えてくれた人やコンテンツに価値を感じます。でもその入り口で当たり前の話をしだすと、誰にも興味を持ってもらえないわけです。

そういえば僕が一番最初にブログやったときは、「継続するコツは〇〇」とか「思い立ったらすぐ行動しよう」みたいなクソおもんないこと書いてたような気がしますwでもこんなことは全員知ってるので、誰も興味持たないわけです。「はいはい、知っています」で終わりです。

意外性については、「ざっくりハイタッチ」という千原ジュニアと小藪千豊とフットボールアワーがやってた番組の、「どうしたんですか？待ち」という企画がおすすめですwこの5人が、収録始まる前に前室で談笑してるところにゲストがやってきて、「どうしたんですか？」って聞かれるようなフックを3つまで投げる、というものなんです、これがまさに一言目で興味を引くってということなんですよ。

僕もこの前イオン歩いてたら「機種何使ってますか？」って携帯のショップ店員に声かけられて、セールスを受けてみたんですがその時もちょっと思ったことがありました。

店員さん「ドコモのsimカードはどこでも使えるのでおすすめです、山とかじゃない限り」

僕「え、アマゾンでも使えますか？w」

店「どういうことですか？w」

ってところから南米の話になったり、

店「海とかだと使えないことあるかもしれないんですけど、あんま行かないですよ？」

僕「この前野宿してきました！w」

店「え、なんですかそれw」

みたいになったりしたんですが、こういう「ん？」ってなるような言い方するといちばん最初の一旦の興味は引けますよね。文章を書くときもこういう感覚は大事です。それこそコピーライティングの3つの壁で言えば1つ目の not read の壁を超えるということですね。

## 流れのある場を設計して文脈を作る

自分の情熱と社会を接続するには、文脈を設定することも大事です。どんな人がどんな人に伝えているのか、なぜ今の状況でその話をしているのか。そこが相手に伝わっていないと、昔のいわゆるオタク的な、誰も興味ない話を早口でまくし立ててる感じになりかねません。というかもう完全にそれですw

例えば芸人でも、野生爆弾のくっきーが言うから面白いものとして成立することもあるわけですね。それが人間味であって**その人の世界観**です。僕たちとしては、これが**自分のメディアの上で表現されている状態でありたい**ということです。プロ野球選手の野球の話は聞きたいけど、芸人の草野球経験からくる技術論には興味ないわけです。

「お前は誰やねん」というのが当然関係してきます。そこで、**これまでどんな道を歩いてきたのか、これが自己紹介になる**わけです。趣味・特技・学歴とかの履歴書トークを展開しても、受け手には何の関係もないので。コピーライティングで言えば not believe の壁になってきます。

じゃあこの情報発信の文脈における世界観というのがどういうものであって、それによって何が変わるのか、というもっと抽象的な話を考えてみます。そもそもインターネット上にある情報とか、人の頭の中にあるものでも、本に書いている内容でもいいんですが、これらはすべて**情報空間にある**わけです。

僕たちが現実に生きてる世界を物理空間とすれば、もっと抽象度の高いものは全部情報空間に集まっています。でもそこでは情報は無秩序に散乱してるわけです。ネットで何か調べてみると、いろんな人がいろんな文脈でいろんなことを言ってますよね。それぞれの向かう方向がバラバラです。

だから自分が知りたい文脈に置き換えて整理して理解するわけです。これは**ベクトルの向きをそろえる**ということで、**エントロピーを下げる**ということです。だから「あーそういうことか」とって納得感を得られる。で、自分のメディアを作って発信していく時もこれをやるわけですね。



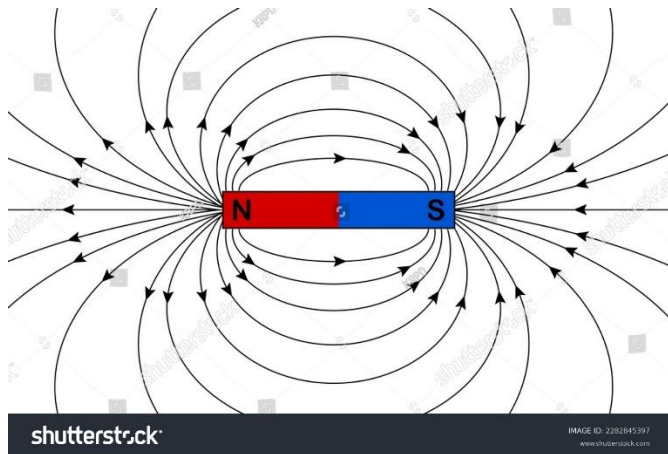
情報空間に自分で囲いを作って、その中であなたの世界観というフィルターをかましてすべてのコンテンツが同じゴールを向くように積み上げていく。

イメージ的には偏光板ですかね。光はいろんな方向に振動した波でできてますが、例えば縦方向の振動しか通さないシートを一枚かますと、そこを通る光は全部縦の振動になるわけです。

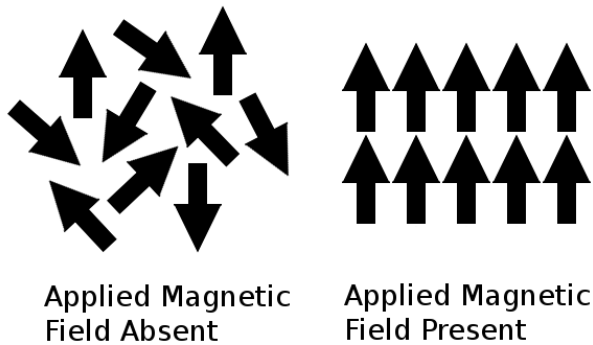
## 場とコンテンツとエントロピーの関係

違う言い方をすると、**情報空間内のある領域に自分のメディアという形式で場を張り巡らせる**感じですね。誰がどんな目的で、誰にどうなってもらいたくて発信しているのか、どこに向かっていくのか、みたいなコンセプトの部分がしみわたってる感じ。これによってその上に乗っかる情報としてのコンテンツが方向づけられるわけですね。

例えば↓のような磁場とかで考えてみるといいかもしれません。



ここに「常磁性体」という性質の材料を置くと、面白いことが起きます。すべての物質には電子が含まれるわけですが、通常この電子の回転の向きはバラバラなんですね。でもこれを磁場の上に置くと、この回転の向きが一方向に揃うわけです。↓の画像のような感じ。



つまり、磁場のように**流れのある秩序立った場にコンテンツが置かれることで、それがすべて同じ一つの方向に向いていると認識される。**

一応例として僕の話をしてみると、雑に言う「人生ちゃんと遊ぶ」ということがテーマになってます。なので、その中で熱力学の話をして南米の話をして情報発信の話をして、そういう**抽象的なゴールに向かっていくための要素**として受けとってもらえる可能性が高いわけです。

もちろん伝わり方に程度はあるし、それはスキルの話になってきますけど、でも少なくともそんな意識でそんな文脈に乗せて運ぼうとはします。そうするとコンテンツ同士にもつながりが生まれてきて、**いろんなジャンルとか切り口で話していても、エントロピーを低く保てる**わけですね。それがより大きなエネルギーやインパクトを届けられることになるかもしれないという話です。

## メディアからコミュニティへ

で、そういう発信によってそこに集まる人の意識や関心が**1つの方向に束**になってくると、それはコミュニティになります。つまり社会という集団から、一部を切り取ってそのエントロピーを下げる。

そこにいる人たちは、元々は彼ら自身のプログラムで動いてるわけですけど、そこにメッセージを投げて、進んでいく方向をそろえる。**それぞれが思いのままに行動するのは無秩序なので、同じ頂点を目指そう**ということを共有する。それが意識のベクトルの向きが揃ってる状態ですね。

ここに、**社会という共同体に比べてエントロピーの低い、あなたを起点とした共同体**が生まれます。これがあると何が嬉しいのかというと、あらかじめ文脈が共有されているため、メ

ッセージのやり取りのコストが低くなります。初めまして同士であれば、前提からいっぱい話しないとイケない。でもメディアがすでにその部分を担っているので、**コミュニティが成立した時点で十分に文脈が共有されて、方向付けされている**ということですね。

そもそもコミュニティは社会を統制するためにできていったとも考えられるわけです。宗教にしても憲法にしても、社会がカオスにならないように、エントロピーを下げるために生まれてきたと解釈できます。おとぎ話や昔話を通して”日本の世界観“という文脈を共有出来ているから、日本人同士スムーズにやり取りできるということですよ。

で、そんな場を形作っていくためには、大量の知識が必要になってきます。これはただの物知りとかではなくて、もっと広い意味での知識。**場の秩序を維持してエントロピーを下げる**  
**ということは、あなたの中には、無秩序で最終的には切り捨てられることになる大量の知識や経験としての情報がある**ということになります。

つまり、実際に発信されてるものの何倍もの蓄えがないとイケないわけですよ。イケないとか、それがないとそれぞれの情報をつなげたり、もっと高い視点から捉えなおしたり出来ないということなので、**喋れば喋るほどカオスになってしまいますw**

でもこれは、**おもろいルートを突き進んでいく中で**自然と自分の中に蓄積されていきます。だから好きでやりたいことに励み、それを深めていくことと相互に関係しているわけです。そこで得たものを1つの世界観で包でなるべくコンパクトにまとめていく。

そうすると、そこから生まれるメッセージは低エントロピーであり高いエネルギー状態なので、より広い範囲に深く刺さるわけです。つまり**より多くの人の意識のベクトルを、より整理された形で方向づけられる**わけで、それがコミュニティの規模ということになっていきます。

## 付録のまとめ

最後に付録の部分の話を整理して終わりたいと思います。あ、これがまさにエントロピーを下げるということですね。いろんな話をして散らばりかけてるから、最後にギュッとしておくと「おーなるほど」って思ってもらえるかもしれないということですよw

まず物事を深めていく時の3つの方向とまとめてエネルギーを使う方が仕事量が多くなるという話をしました。そこに社会性を持たせるポイントとして意外性と文脈設定の話をしました。文脈については流れや方向のある場を作るイメージで解釈しました。それを行うた

めには大量の情報が必要です。そしてそれは好きでやりたいことを突き詰めていく中で溜まっていきます。つまり結局のところ、核となるのは「**おもしろいルートを止まることなく歩み進み続けること**」。これに尽きるのだと思います。

以上です、ここまでお読みいただきありがとうございました。  
質問・感想、その他今手こずってることなど、何かあれば連絡ください。

高本。