

KAZUHISA NAGATA
LOLITA AND BEAST
2002 SUMMER
美少女
と
野獣
PowerNetwork!!

■序

どうもながたです。本日はお手にとっていただきありがとうございます。

今回はいつもと趣向を変えまして、「どのようにしたら『うまくやれる』のか」これを考えてみたいと思います。「うまくやる」というのもえらく曖昧な話ですが、それはあなたが今一番やりたいこととか、結果を出したいこととか、そんなことに当てはめてみてください。

とは言いましても「これで完璧！」というものではありません。いや、永遠に完成しないもの、変わり続けるもの、かもしれませぬ。また、人それぞれでやりやすいやり方が違う、とも思います。でも、言葉にしなれば刺激にも叩き台にもなりませんから、7つぐらいのポイントをあげてみました。

ちよっぴりだけ、なんでそんなこと考えてるのか、考えたのか、を。

私昔から思うんですけど、日本に生まれて育つとですね、とにかく「がんばれ」って言われるでしょう。あれが疑問でして。頑張らなくても、結果出せばいいわけですよ。というより、社会ってそうですよね。子供の目から見ても。なのに「がんばれ」とだけ言うのは、それは不誠実だと思うんです。正確には、「結果出るようにがんばれ」でしょう。

いや、私ももういい歳ですから、人生そういうもんじゃないんだ、結果が出なくてもがんばる姿、それが尊いんだ、それはわかります。むしろ僕そういうの大好きです。でもね、それは他人が見たり後から見たりした話で、当人その現場においては、せっかく頑張ったんだったら、ばーんと結果出て欲しいですよ！

と、いうことで僕はいつも、「どうやったら結果が出るのか」を考えつつ「がんばる」ことにしています。それを考えてる時間が「がんばってない」とよく言われるのですが、まあ、それはしょうがないです。

そんなこんなで、いわゆる成功本、「なりたい自分になる！」みたいな本も多々ございますが、そこまで大層なものではなくて、ちょっと煮詰まった時に、ヒントになればいいな、という感じで。はてさて、お役に立ちますやら。

■0 「美少女と野獣」とは

僕の今んとこの軸になってるイメージは、「人間というのは巨大なネットワーク・システムで、『意識』はほんのその一部分にすぎない。しかしその巨大なネットワークを動かす決定権を持っている」というものです。巨大なタンカーが、キャプテンの舵一つで動く。そんな感じ。

「意識」はつきつめて考えれば決定権だけを持っています。実は思っているよりも相当弱くて、繊細で、腹が減っただけでイライラする、眠いだけで朦朧とする、素敵な異性を見れば他にはなにも目に入らない、つまり、選択能力をいとも簡単に失います。選択能力を失ったら人はなにになるか。そう、野獣です。ただ本能のままに暴れるケモノ。

しかし逆にいえば、この野獣は、まるで可憐な美少女のように繊細な「意識」の言うことだけは、聞く。それも非常に従順に強力に、聞く。知識も人の言うことも全て聞かなくても、美少女「意識」ちゃんの言うことだけは、かなり聞くのです。

ならば、この美少女(意識)がうまくリードすれば、人に潜む野獣のような本来の力を解放することができ、素晴らしい力を的確な方向に向けることができるのではないか。

このように、美少女と野獣に分けて考えるポイントは、「『意識』で全てが思うように行く」とは考え「ない」ところです。「強い意志さえあればなんでもできる！」というのは、聞こえはいいですが現実的ではありません。実際、できないことも多いわけです。たとえば、24時間寝ないで1年過ごす、とか。そして、「できないこと」は、ストレスになります。「ああオレは意志が弱いからうまくできないんだ」と。違う違う、確かにそれもあるかもしれませんが、基本的には、具体的なやり方がマズかったり、無計画だったり、酷いときにはなにもしてなかったりします。自分で言うてて耳が痛い。そうではなくて、全てを「意識」のせいにならずに、どうやったら、心も頭も身体も含めた自分全体で(これを僕はよく「カラダ」と言います)ものごとに当たれるのか、それを考える。

そのためには、この美少女(意識)と野獣(自分全体)のペアが、そうまるでライオンとその背に乗った少女が、ひとつになって草原を颯爽と駆けるように、いい関係を築いている、のが、いいんじゃないかなー、と思うわけです。

で、こんなイメージを抱きながら、今、これを読んでいるあなたは「意識」ちゃんの方ですから、では、もう少し具体的に、「意識」ちゃんとしてはどのような態度で野獣に接するのがよいのか、考えてみます。「意識」ちゃん、では寂しいので、エコちゃんとも名付けましょうか。野獣にはオイドンとも名乗ってもらいましょう。

エコちゃんがか弱くて、一人ではなにもできません。ぜんぶ、オイドンにやってもらわないといけないのです。一方オイドンは底知れぬほどパワフルですが、すごく不器用で、またとりたてて欲がない、のんびり屋さんなので、どこへ走っていいのか、何を持ち上げればいいのか、それは全部エコちゃんに教えてもらわないといけないのです。二人はひとつ。二人でひとつ。

さて、どうしましょう？

■1 インパルスドライブ

【自分全体、「カラダ」を意識し、できるだけまかせる。意識はすぐ手放す】

これこそ意識せずとも「慣れ」ればそうなるのは皆様ご存じの通り。一番わかりやすい例は自転車の運転でしょうか。あれ考えてみればめちゃくちゃ高度な技術ですが、一度乗れるようになると、10年乗ってなくてもすぐ乗れますし、酔っぱらってても乗れます。

これは、自分全体、「カラダで覚えた」からです。

エコちゃんがオイドンに「自転車に乗って」と指示さえすれば、あとは「右足をこう漕いで」「ハンドルはこう調節して」といちいち口を挟むことも要りません。優雅にお茶でも飲んでいけばいいのです。

全ての物事は、この自転車の運転のようになりえます。職人さん達の技、プロスポーツ選手の技術、学者さん達が難解な理論を操る姿、どれも他人には信じられないことですが、それを彼らは、意識抜きに行うところまで高めます。

スピードや複雑性を極限まで突き詰めるためには、意識をいちいち使っているには追いつかない。で、最終的にそうなるのであれば、最初から「技術や知識を最終的に覚えるのはカラダ全体だ」と思っておくのが、いいと思います。

パッと手放す。

いつまでも対象に張り付かない。

エコちゃんとしてはオイドンに、いつまでも細かく指示せず「いいかんじで～」でいいのです。そうするとオイドンがんばる。自分のやりやすいようにやれるから、力も発揮しやすいのです。

■2 ミラーサイクル

【おたがいに情報と評価をフィードバックして高めあう】

「なんかおかしい」とか「ほのかにいいかんじ」とか、そういう理由のない感覚が結局は正解だった、という経験はみなさんよくあると思います。意識が全てを知ってるわけではない。いつも正しいわけではない。カラダが発する危険信号や快感の方がよほど正確なことは多いのです。

今は社会全体が「脳化」してて、意識の思ってることが絶対、てな雰囲気がありますが、とんでもない話です。四六時中間違ってます。むしろ本能や直感チョイスの方がズバリ的を射てることが多い。

エコちゃんとしては、オイドンの言うことに耳を傾ける。「ガウガウ」とちょっとわかりにくいけど、なんとなくわかるはず。それによって方向を修正する。そしてオイドンにも、放っておくと自分のやりやすいところへ持っていきながら、という癖がありますから、それをエコちゃんは「こっちの方向へトライしてみよう！」と導く。

■3 トライトライトライ

【たくさん試行してデータベースを充実させる。習慣化・自動化を目指す】

まあそうは言っても！「試行回数は最高の効率向上策」と言うのはほとんどの場合において真実で、グタグタ言ってる暇があったらブチ当たれ、というのは基本中の基本です。

「失敗なんかないんです。すべて楽しいアクシデントなんですよ」

とは画家ボブ・ロス氏の名言ですが、失敗もトライとしては1カウント。経験値としては成功と同値か、むしろ多い。失敗して教訓を得てデータベースが充実し、それによって自動化が進みパフォーマンスが向上する。

この考え方が非常にだいじなんです。

ミスも経験。そして自分全体を高めるためには多数の経験が必要です。だからミスをしてもいいから試行回数を増やす。ミスをおそれない、どころか、ミスをする、ぐらいのつもりで。

イチローが打率ではなく安打数にこだわるのも、安打数ならば1本ずつ積み重ねていけるから、で、「ミス」に必要以上に囚われることはありません。エンツォをデザインした奥山さんの「1日に10個恥をかけ」など、何事かを為した人が口を揃えてまず述べることが多いのが「結局は試行回数」です。落合監督も、あの才能にして「結局なんぼバット振ったか、だ」とか。

エコちゃんはオイドンの尻を叩いてトライに向かわせる。オイドンはエコちゃんの意向に関係なく無我夢中でトライに臨む。とにかく、トライに向かっているいい流れを断ち切る必要はないです。

述べるまでもない公理と言えるかもしれませんが、「うまくやろう」とするとともかく作戦にばかり凝って、手を動かさない傾向があるので、特に記す。

■4 ムーブ・ザ・ファクト

【現実を動かす。65点でも動けばOK。大切な「中心」は何かを常に意識する】

私もよく陥りがちなのですが、頑張ろうとしすぎると、真剣になりすぎると、視野が狭まって、あまり大切ではない周辺や詳細にも莫大な時間と手間、コストを掛けてしまいがちです。

でも、「現実」というのは、動けばまずOKなわけで、詳細はその後です。

たとえば、病室のおばあちゃんが「水が飲みたい」と言った時に、まず必要なのはお水をできるだけ早く持ってくることです。その先に、冷たいとかぬるいとか、ミネラルウォーターだとか湯さましたとか、コップだとか吸い飲みだとか、そういういろいろが来ます。ここで「ベストなお水を」と思うあまり、20分も持っていかなかったりしたら、おばあちゃんホント困っちゃいますよね。たとえ20分後素晴らしいお水がやってきたとしても。

今は情報がネット始め鬼のようにありまくるので、「ベストをベストを」と考えていると、いつまでも話が進まないことが多いです。まず現実を動かしてみる、のが大切。デジカメが欲しい、悩もうと思えば2年でも3年でも悩めますが、それよりは、えいやで買って撮りはじめた方が、よほど楽しいのです。

あと日本人の特性なのかもしれませんが、かなり容易に「手段が目的化」します。これ注意。スポーツでも、勝つために練習するんじゃなくて、巧くなるために練習する。それは間違いではないですが、両方必要です。ゴールに向かえ。シュートを撃て。

エコちゃんは賢いので、時に決断が遅れがちです。そんな時はオイドンが「んー！これ！」と決めてしまうのも手です。まただるそうなオイドンを「ここだけだから、パッとやっちゃおう！」となだめる時にも有効な考え方です。

「真実」はいつもシンプルなものです。
そしてそこだけでいい。

■5 ユニバーサル・ポジショニング・システム

【視点を変えて観る。相手になってみる。上下左右いろいろなところから見る】

「相手の気持ちを考える」というのが人間関係の大切なポイントだと思いますが、「アイテのキモチ」が一番実感しやすいのは、相手になりきった時、ではないでしょうか。ドラマでもスポーツでも、人は共感して感動します。「この人はどんなに切なかつたろう」「今どれだけ嬉しいか！」その視点を持てた時、相手の内側から外を見てるような視点を持てた時、相手への理解が最も進みます。

これはなんでもそうで、そのモノゴトに対して理解を深めようと思ったら、いろんな角度から見て、考えて、感じるのがいいですし、なにか解決策を考える時には、視点を変えると、特に一段上の視点から見ると、一発で解決したりもします。

有名な小咄ですが、「アメリカとソ連が宇宙開発競争をした頃、アメリカは必死で莫大な費用を掛け『無重力でも書けるボールペン』を開発した。一方、ソ連は鉛筆を使った」（これはあくまでジョークで、実際はかなり違うらしいです）この小咄のように、人は「問題解決だけなら視点を変えれば簡単なんだけど、いろいろ考えすぎて身動きが取れなくなる」ことが多いです。

そこで視点変更。

まったく違う点から問題を見ることで、劇的に見方が変わります。大切なのは、「卵を立てる手段」そのものではなく、「卵が立ちうる」その見方の変化です。

担当はエコちゃんです。オイドンは、ケモノですから、地に足をつけた「自分自身」から逃れることはできませんし、逃れるべきでもありません。オイドンが観念的なことに夢中になりすぎて、ご飯を食べ忘れてたり休息を忘れていたら、二人で死んでしまいます。だから、オイドンには生物体で居てもらって、エコちゃんが、まるで幽体離脱でもするように、オイドンとその行動と、もちろん今取り組んでる問題とを、いろんな角度から見て、それを意志決定に役立てるのがよいでしょう。

■6 VNS (Variety, Natural, Simple)

【行動は、こだわりなく、ナチュラルに、シンプルに】

で、現実に行動する時に指針となるものを端的にまとめれば、この3つに尽きるかなあ、と思います。

まずこだわらない。多様性を尊重する。いろんなことに首を突っ込む。そのものが存在するという事は、なにか理由があるわけです。それにコミットする人の割合や数が少なくても、もしかするとすごいヒントがあるかもしれない。少数の意見だから、人気がないから、悪いものだ、質の低いものだ、本質的でないものだ、と思うのは大きな過ちです。

僕は辺縁大好きで、でもいわゆる「サブカル」という言い方がいつまでもしっくり来ません。本当にサブカルはサブで、メインはメインなのか。たとえばマイナーなゲームにも魂揺さぶるものがありますし、TVのプライムタイムのドラマでもスカスカのものがあります。分けるならば、それで、分けるべきではないか。人間の、あるいは生の、本質を突いているか、否か。

このように、中身も確かめず「サブカル」と十把一絡げにするような、多様性無視の精神は、簡単に言えば、損です。

エコちゃんはすぐなにかに集中してしまって、良い悪いや好き嫌いをラベリングしていきますが、オイドンは実はすごく寛容で、「やってみれば合っていた」ということは多々あります。それを邪魔するようなこだわりは、損です。

次にナチュラルに。これはもう、どなたでも存分に思い知ってらっしゃるとおり。自分の自然体からあまりに離れた不自然なことは、うまくいきませんし、無理にやっても長続きしません。でも、このナチュラルを阻害する要因は、日常生活社会生活に多々あります。義理に人情、期待される役目、自分の欲求、物理的・経済的障害もあるかもしれません。これらを取り除くか、うまく避ける、流す、ことは、パフォーマンスに非常に効きます。

ものすごく簡単な例ですが、いい椅子はですね、腰痛だって治しちゃうんです。腰が痛いというのはどう考えてもナチュラルではないですから、そこを自然な形に戻すためなら、10万する椅子も安いものかもしれません。いや、僕も買ったんですけど、安いと思います(笑)

これは物理的すぎる例ですが、精神的にも、思いがけず囚われてること、ってあるものです。エコちゃん意識してないけどオイドン困ってる、というような。悪い方に習慣化しちゃってて、気づいてない。それこそが自分のナチュラルだと思いこんでいる。そういう点が、いろんなトライの最中や、家族友人にポロリと突かれる時があります。その時、「ムッ」とするのはそれがなにかを突いてるからで、そのオイドンの声なき声には耳を傾けるのがよいでしょう。

そしてシンプルに。

シンプルにすると、2点明確なメリットがあります。

1つは中心点、だいたいなことがクッキリすること。

相手にも伝わりやすいし、もしシンプルにして物足りないのであれば、そのセンターに力が無いのです。誤魔化す前に、そこを工夫する必要がある。

そしてもう1つは、密度が上がることです。

シンプルにすれば決着が早いですから、次々に次のトライへ向かえる。シンプルにしたことで1つたとえば60点だったとしても、100点1つの時間で60点が2つできれば、120点です。あるいは、勝率1

割として、10トライで1回成功。でも、100トライできれば10回も成功する。そして現実では、確率よりも回数が問題になることは多いのです。ゴール数だって本塁打数だってそう。

オイドンのメモリはちいさいので、エコちゃんがシンプルに指示してあげる方が、力を発揮しやすいのです。

ということで、「シンプルにする」のは美的目標や高邁な理念ではなくて、合理的で効率のよい「作戦」なのです。

■7 ラブ&ラフ

【なにはさておき機嫌良く。もっと楽しく！もっと優しく。】

いやほんと、笑顔と優しさが人生の全てですよ。

いまわの際に、なにを感じたいでしょう。

「……ああ、楽しかったなあ」

じゃないでしょうか。なんぼ稼いだとか、どんな地位に就いたとか、そういうことよりも。もちろん、そういうこともその気持ちの中に含まれるでしょうけども。

自分だけではなく、誰かを楽しませた、楽しませてくれた、誰かに優しくした、された、つまりまとめて言えば「しあわせ」、そのために、我々は日々生きてます。がんばってます。でもしあわせは実は難しいものでもなかなか来ないものでもなくて、自分が歩いていけば、すぐそこにあるものです。

楽しいことをやって・思って、笑う。

優しくして・思いやって、手をさしのべる。

カンタンなことです。なにも芸人さんがやってる切れ味のギャグは要らないし、マザー・テレサのような優しさも要りません。ちょっとしたことで十分です。でもちょっとしたことで、それは積み重なっていく。

エコちゃんはいつも笑って優しく。オイドンはそれが嬉しいので、それをもっと見たいので、きっと力が出ます。

■8 まとめ

という感じです！ 長々ご苦労様でした。も一回キャッチだけ並べてみます。

- 1 インパルスドライブ
- 2 ミラーサイクル
- 3 トライトライライ
- 4 ムーブ・ザ・ファクト
- 5 ユニバーサル・ポジショニング・システム
- 6 VNS
- 7 ラブ&ラフ

もちろんキッチリ区別する必要なんかなくて、複合的なものというか、同じもの、「ヒト」というパワーネットワーク・システムを、いろんな角度で切ってるだけです。たとえば、7と2は、「笑うと逆に楽しくなってくる」という事実を、二つの切り口で見えています。

エコちゃんはオイドンが大好きですし、オイドンはもちろんのことエコちゃんを宝物のように想っています。二人が一体となって駆け抜ける喜びは、生きててなにも増して輝かしい瞬間です。

ものすごい集中力で困難ななにかを成し遂げた時。悲しみに塞ぐ友人の涙ながらに慰める時。美味や温泉や音楽で、身も心もとろける時。「意識」と「カラダ」の調和がとれ、共に同じ方向へ一心に向かう、それが大きな力や、感動や、カタルシスを生みます。

そう、つまり、「うまくやる」っていうのは、そういうことなのです。結果なんかどうでもよくて(さっき言ったことと違うけど！)、「ああ、楽しいなあ」と素直に思える、それこそが、その「しあわせ」こそが、「うまくやってる」ってことなんです、よ。

だから、できるだけ、この二人を、離れないように。

あなたのエコちゃんとオイドンは、しあわせでしょうか。
笑ってますか。優しくしてますか。

■結

ほんと蛇足で。

ながた人生の課題は二種類の認識方法の統一、だったのです。大雑把に言い切ると近代的な「科学」的手法と、古来からある「悟り」的な手法。要素に分解し理論を立て解析し真実に迫る方法と、全体観、「わかった！」と瞬時に全てを会得するような直観、勘。

で、いろいろ考えた末に、結局のところ、人間には両方必要で、この二つは決して排他的なものではない。共に働いてこそより真実に近づけるものだ、というのが、今の思いです。前者がエコちゃん、後者がオイドンかな。

カラダは、驚くほど物知りで、なんでもできる可能性を秘めています。でも、意識の力を借りないと、それを発揮できない。悟っただけでは自分以外の誰も幸せにしませんし、理屈だけでは現実には動かない。

どちらも大切です。無理に統一的な認識方法や思考方法を考えるよりも、こうしておたがいが助け合って前へ進む、のが、いいはず。我々は、考えたいのでも悟りたいのでもなく、しあわせになりたいのですから。

人間とは、矛盾を抱えたものです。

見方を変えれば、悪が正義に正義が悪になる。

ただ一つ信じられることは、何も信じてはいけないという真実。

そうである以上、矛盾を矛盾として認め、その矛盾をこそ人間の特性として逆に活用する、のが、いちばんパワフルなんじゃないかな、と思います。

動物はこんな悩み持ってないでしょうからね。いやわかんないですけど。猫は時々、すごく哲学的な表情をしていますね。

以上おつきあいいただき本当にありがとうございました。
またどこかでお会いできましたら、よろしく願いいたします。



■おくづけ

著者：ながたかずひさ

発行：サークル「PowerNetwork!!」

発行日：2007.8.19

web：<http://www2a.biglobe.ne.jp/~nagata/>

mail：nagata@mti.biglobe.ne.jp