豊かな無の世界

2

1

3 はじめに

4

- 5 我が国の標準的な中間層は、衣食住にさほど困っていない。しか
- 6 し誰もが異口同音にいう。「豊かさが実感できない」。
- 7 それほど広くない部屋は、大きなカラーテレビ、書架、応接セッ
- 8 トなどの家具で一杯。人が自由に動ける場所が余りない。
- 9 毎日がどうでもよい仕事や割り当てられた予算の消化に追われ、
- 10 自分の時間も考える暇もない。心も脳もつかれきっている。
- 11 深夜までの仕事と錯綜した人間関係でストレスはたまる一方。酒
- 12 とゲームで紛らわしては、肥満・メタボにうれえる。
- 13 多忙で車にばかり乗って、体力は減退し、何を食べてもまずい。
- 14 何か新しいことをする意欲もなく、幸せでも不幸せでもない状態。
- 15 武漢に始まる COVID-19。人とトラベルと酒を避けての3つのデ
- 16 スタンスで孤立。一方、小部屋は物で、時間は仕事で、心は閉塞感
- 17 で、全て満杯の3惨蜜。

- 19 物は豊かになり、情報は溢れ、支出は増え、エネルギー消費は
- 20 益々増大。しかし、人間性も心も、益々貧しくなる。
- 21 一方、年々地球破壊が確実に進む。2 酸化炭素の増大、森林破壊、
- 22 農地荒廃、地球温暖化、異常気象、環境汚染、山林火災、等々。
- 23 どこかがおかしい。なにかいい解決法はないだろうか?これが本
- 24 書を書くことを思い立った動機だ。
- 26 今こそ、物質文明を主とする考えを改め、物がなくても豊かな生
- 27 活に変えるべきだ。すなわち、エネルギーや金を大量に消費しなく
- 28 てもリッチな生活だ。

- 29 それは、物や金がないので豊かな生活ともいえる。時間にゆとり
- 30 があり、知性と創造性に満ちた活動、物にとらわれない自由な発想、
- 31 知性と心の豊かな生活。スマートライフだ。
- 32 これまでの、物が溢れてエネルギー多消費型の文明から、物がな
- 33 くエネルギーを使わない人間性の豊かな文化への転換が必要だ。
- 34 自然改造の人間上位から 90 度転換して、自然と共に歩む自然と
- 35 の共生、更に 90 度転換しての、エコ (環境) に依存しながら自然
- 36 に生かしてもらう。すなわち 180 度転換の自然依生だ。

- 37 転換のソフトランディングを可能にしたのが、20世紀末から2
- 38 1世紀に掛けての IT 革命である。
- 39 IT ネット社会の実現により、本や資料は身近に置く必要はなく、
- 40 緑豊かな山荘にいながら、リモートで何時でも仕事ができる。常時、
- 41 世界の仲間と交流し、協同で仕事ができる。
- 43 エコにやさしい知恵のある豊かな社会、物のない広がりがある空
- 44 間、時間のゆとりがある毎日、スリムで身軽な暮らし、整理に追わ
- 45 れない日々、そして自由で創造性の豊かな文化生活。
- 46 これらは心がけ次第で実現する。物も時間も予算もいらない。エ
- 47 ネルギーも要らない。必要なのは「貧しい有」から「豊かな無」へ
- 48 のコペルニクス的「発想」の転換だ。

42

50 51

52

53

55	目次
56	1. スマートライフのすすめ
57	1.1 物質文明の危機
58	1.2 エネルギーの危機
59	1.3 スマートな文化生活
60	2. 物のない豊かな空間
61	2.1 物一杯の狭い居室
62	2.2 無の創造空間
63	2.3 空間と時間の広がり
64	3. 仕事に追われない充実した時間
65	3.1 充実し過ぎて空疎な毎日
66	3. 2 IT が生む時間革命
67	3.3 何も見ない豊かな観光
68	4. 豊かすぎてみじめな毎日
69	4.1. 衣食過ぎて貧しい生活
70	4.2. 予算が多くて何もできない

4.3. 十分過ぎて不幸せ

73	5. 整理法から解放
74	5.1. 何も無ければ整理も不要
75	5.2. デジタル情報で書類から解放
76	5.3. 衣服の要らない会話のおしゃれ
77	6. 物を持たずに自由を持つ
78	6.1 物がない自由な毎日
79	6.2 社会からの解放
80	6.3. 豊かな無の世界へ
81	
82	
83	
84	
85	
86	
87	
88	

1. スマートライフのすすめ

95	1.1. 物質文明の危機

96 97 エネノ

エネルギーと科学技術の革新により、物質文明が急発展。 それらが充実しすぎて人間が押しつぶされようとしている。

99 100

98

93

94

物質文明とエネルギー

- 101 人間は火の発明によって大きく文明を進歩させてきた。火の有効
- 102 活用は第一のエネルギー革命である。
- 103 薪などの炭素の電子エネルギーを、火という制御された熱エネル
- 104 ギーに換え、肉を焼いて、人間らしい文明生活がはじまった。
- 105 蒸気機関は、第二のエネルギー革命だ。火の熱を蒸気を通して
- 106 動力エネルギーに換え、大量の生産や移動を可能にし、近代文明を
- 107 もたらした。つづく電気・通信と原子力・放射線による第三、第四
- 108 のエネルギー革命が、今日の現代文明を築いている。

- 110 物質文明の発展は、18世紀から19世紀にかけての機械と電気の発達
- 111 に端を発する。工業化が進み、生産が急激に拡大した。
- 112 人々の手による動力は、蒸気の熱による動力に変わり、手を使って紡
- 113 ぎ織っていた糸や織物は機械がするようになった。こうして人々はさまざま
- 114 な手作業から解放され、生産性が一挙に上がり、大量に物が生産される
- 115 ようになった。産業革命である。

- 116 19世紀になり、電気・磁気を手に入れ、発電機やモーターが発明され
- 117 て、20世紀には電気の時代を迎えた。世の中には各種の電化製品があ
- 118 ふれ、多くの物がスイッチーつで動く。
- 119 1950年代後半に一世を風びした三種の神器の白黒テレビ、洗濯機、
- 120 冷蔵庫。それらに炊飯器や掃除機が加わり、一気に家庭の仕事から解放
- 121 された。10 年後の 1960 年代にはカラーテレビ、クーラー、カー(マイカ
- 122 ー)の3C の時代。豊かな物の時代へまっしぐらに進んだ。
- 123 我が国は 1950 年代から 1970 年代にかけて高度成長期を迎えた。こ
- 124 の間、重化学工業が急速に進歩し、大気汚染や河川海洋の汚染といっ
- 125 た公害問題が発生。これも努力によってある程度克服に成功。
- 126 現在の我が国の多くの人々は、無さすぎる戦前戦後から、有りすぎる現
- 127 代までの大変革を経験していない。大半が、高度成長期後の豊じょうの
- 128 世界に生まれ、その中で生きている。
- 129 世界全体で見て、物の大量生産も GDP の急増も、19 世紀に始まり、
- 130 20 世紀初めからさらに加速度が増した。人類文明の永い歴史から考える
- 131 と、ごく最近の2世紀のことである。

133

アメリカンドリームの終焉

- 134 アメリカンドリームはある意味で豊かな物質文明を象徴している。20 世
- 135 紀初めの 1908 年に、ヘンリーフォードは T 型車の開発に成功、大量生
- 136 産が可能になり、アメリカ社会は車の時代を迎えた。
- 137 20 世紀半ばには、多くのアメリカ人が 2 台の車を持ち、広い芝生の大
- 138 邸宅に住むことを夢見た。そして、少なからずの人々が、努力してその夢
- 139 を実現させた。世にいうアメリカンドリームだ。

- 140 筆者がワシントン大学に准教授ランクで招待され、東京からシアトルに
- 141 移住したのは半世紀前の 1960 年代の後半、30 歳の時だ。
- 142 高性能の実験装置、高度の研究環境、豪奢な日常生活、豊かな自然、
- 143 全てが当時の東大や東京のより一桁上。ワシントン大学での給料は東大
- 144 での給料の 15 倍。 そこでアメリカンドリームを垣間経験した。

- 146 我が国は、戦後30年で経済復興を成し遂げ、大いに物質文明を発展
- 147 させ、GDP は世界第 2 位となった。1955 年から現在までの 60 余年で、
- 148 実質 GDP は 11 倍(名目では 55 倍)に成長した。しかしながら、1980年
- 149 代末にはバブルを迎え、1990年にバブル崩壊、永い停滯期に入る。
- 150 2008年にはリーマンショックをまともにうけ、バブル絶頂期は4万円に
- 151 せまった日経平均株価は、一時 1 万円を大幅に割った。現在、3万円前
- 152 後になり相当程度の回復したものの、かっての高揚感はない。
- 153 3種の神器も3C も 60 年も前のことで、21世紀に生きる殆どの人には
- 154 遠い昔の話だ。当時、バブルを直に経験したサラリーマンの多くは、定年
- 155 を迎え、大小の不安を抱えながら、余生を送っている。
- 156 現在、人々は高度に発展・進化させた物質文明の真っただ中にあって、
- 157 豊かである筈の豊かさを感じられず、心が晴れない。
- 158 住環境は一向に改善されず、狭い部屋は物であふれ、人間の居場所
- 159 であるべき空間は益々せまくなり、一向に豊かさが感じられない。
- 160 人々の生活する 3 次元空間は、有形無形のさまざまな「物」であふれ、
- 161 人間が自由の行動する筈の空間が益々狭隘になってきている。
- 162 物の豊かさの故に、人間の豊かな活動空間が失われ、多くの人々はあ
- 163 る種の閉塞感を抱いている。

1	6/
- 1	U4

	一大山	イガオルト	
165	カチし	ノて空疎な毎 E	

- 166 物質文明の発達は、人間の活動する 3 次元空間だけではなく、もう一
- 167 つの次元である「時間」にも大きな変化をもたらした。
- 168 用務が複雑多岐にわたり、スケジュールは 5 分刻み、既定のスケジュ
- 169 ールをこなすべく、ただひたすら働く。
- 170 経営者も企業戦士も、早朝から深夜まで働き、生産拡大に勤めた。大
- 171 学の教官は、沢山の大学生を抱え、教育・研究と諸々の雑務に、、小中
- 172 高の教師は授業、部活、生活指導に、多忙な日々を送っている。
- 173 自分の自由になる時間は殆どなく、過密スケジュールやノルマにおわ
- 174 れる日夜が続く。ストレスがたまり、疲れ果て、うつの状態が続く。
- 175 殆どの家庭電化製品はそろい、家事から解放されているにもかかわら
- 176 ず、何となく多忙で、いつも忙しくゆとりがない。
- 177 マイカーの世帯当たりの普及率は1台を大幅に超え、ツーカー世帯も
- 178 少なくない。しかし、週末はどこに行っても渋滞、山荘やキャンプ生活を
- 179 楽しむことには程遠い。解消する筈のストレスが倍増する。

181 人間性の回復

- 182 GDP の向上は称賛に値する。しかし、GDP には雲を見ながら無為に
- 183 過ごす夕暮れ、山荘で趣味の彫刻に専念する午後、天の川の輝きに見と
- 184 れる夜の散策、これらの素晴らしい時間は入らない。
- 185 これらの生産性のない時間は、実は値千金の価値がある。GDP 急成
- 186 長の影に、このような珠玉の時がすっかり失われてしまった。

- 戦後のまだ貧しさの続く頃、小津安二郎の映画に、鎌倉の海岸で寄せ 187 ては返す波をみて過ごす二人の姿をとらえた映像が記憶に残っている。 188 会話もなく、静かに「黄金」の時がゆっくりと流れていた。 189 人間の活動できる時間は 80 年前後で限られている。それを自分の時 190 間として、どう有意義に過ごすかは、自分が決めることだ。 191 GDP 向上に尽くす、人のために尽くす、研究に専心する、趣味に生き 192 る、等々。人それぞれ、さまざまな時間の生き方がある。いずれにせよ、自 193 分が納得する「豊かな時間」を過ごすことが大切である。 194
- 195 物が主体の物質文明からの人々を解放し、本来の空間と時間を取り戻
- 196 し、よって人間としての価値を回復させることが肝要だ。

198 1.2. エネルギの危機

197

201

物質文明を築いたエネルギーが危機に瀕している。エネルギーの供給と消費のサイクルが機能せず、地球がピンチだ。

202 深刻なエネルギー問題

- 203 現代の高度な物質文明は、膨大な「エネルギー」で支えられている。そ
- 204 のエネルギーが重大な危機にある。
- 205 危機の一つは入口のエネルギー供給の危機で、もう一つは出口のエ
- 206 ネルギー廃棄物の危機だ。
- 207 エネルギーの入口と出口の間に、エネルギーで支えられている物質文
- 208 明がある。エネルギーが入口から出口にスムースに流れなければ、現代
- 209 の文明は立ち枯れになる。

- 210 物質文明は、それなりのエネルギー消費を必要とする。情報文明も相
- 211 当程度のエネルギーを必要とする。したがって、物質や情報の文明の向
- 212 上には、エネルギー消費の拡大を伴う。
- 213 文明や GDP の価値向上というエントロピー減少があれば、エネルギー
- 214 の価値の減退というエントロピー増大が必須だ。
- 215 価値のある炭素燃料(石油、石炭、天然ガス)A は、価値のある物や情
- 216 報という文明 B を生み、、価値のない有害な温暖化の炭素ガス(二酸化
- 217 炭素) になる。 すなわち A=B+C だ。 これはエネルギー保存とエントロピー
- 218 増大の物理法則である。

- 219 エネルギーの流れで大切なのは、A と C と効率 B/A である。 すなわち、
- 220 貴重なエネルギー資源 A の消費を減らし、効率よく有用な文明の価値 B
- 221 に変え、無用で有害な廃棄物 A-B=C を減らす。
- 223 20世紀後半から 21 世紀にかけての文明の急速な発展によって、GDP
- 224 も急増、世界は大いに豊かになった。一方で、エネルギーの消費量もそ
- 225 の廃棄物である温暖化ガスが急増した。
- 226 世界の一次エネルギー消費量は 2010 年は石油換算で年当たり140
- 227 億トンで、1965年に対し3.2倍増である。
- 228 エネルギー消費の急増に伴って、温暖化ガスも 2015 年は年当たり
- 229 330 億トンに急増、異常高温で深刻な被害が絶えない。
- 230 クリーンエネルギーとして、地球内には核燃料(原子力)がある。太陽内
- 231 の核燃料を利用する太陽光や風力もクリーンエネルギーだ。しかし、これ
- 232 らのクリーンエネルギーは全エネルギーの15%程度で推移し、大幅に伸
- 233 **びていない**。

- 234 特に日本の場合、2011.3.11.以来、クリーンな原子力エネルギーをや
- 235 め、エネルギーの90%を危険な化石燃料に依存、廃棄物(温暖化ガス)
- 236 をそのまま世界に放出している。
- 237 GDP 当たりのエネルギー消費は、日本は世界の国々でが最小グルー
- 238 プだが、一人当たりの消費量では、世界平均の2倍のエネルギーを消費
- 239 し、世界平均の2倍の温暖化ガスを排出している。
- 240 我が国の原子力規制員会は、適性を欠く規制と対応の遅れが、地球
- 241 の重大な犠牲をもたらすことに気がつかない。あるいは、原子力、放射線、
- 242 地球の科学に理解がおよばない。

244 炭素エネルギーの問題

- 245 エネルギー供給の問題も、廃棄物の問題も、一次エネルギー源が主と
- 246 して化石燃料に依存していることによる。石油、石炭、天然ガスなどのな
- 247 かの炭素の電気エネルギーを化学反応で取り出す化石燃料だ。
- 248 炭素を酸素と反応させて、炭素 1 グラム当たり10WHR(ワット時)という
- 249 極微量のエネルギーを取り出す。炭素燃料の3倍ほどの二酸化炭素とい
- 250 う廃棄物(化学反応生成物)がでる。
- 251 現在、世界では一人当たり毎年2トン弱の石油等の炭素燃料を消費し、
- 252 その3倍の温暖化ガスを排出している。
- 253 エネルギー消費と廃棄物の総量は、それぞれ石油換算で 140 億トンと
- 254 350 億トン。20 世紀初めに比べ、30 倍の急増、人口当たりにしても 6 倍
- 255 増だ。地球の許容量をはるかに超えている。
- 256 エネルギーは生存に必須だが、エネルギー資源の化石燃料は有限で
- 257 世界に偏在しているため、紛争・危機の基になっている。

259	第二次のオイルショックなどが続いた。現在も、ホルムズ海峡周辺で危機
260	が漂っている。太平洋戦争は持てる国の石油禁輸が端緒となった。
261	
262	一方、エネルギー廃棄物の適切な処理法が見当たらず、膨大な温暖
263	化ガスが大気中に放出され、深刻な問題を起こしている。
264	京都議定書もパリ協定もさしたる効果が見られず、地球温暖化で犠牲
265	者が絶えない。世界の平均気温は上がり、地球が瀕死の危機にある。
266	化石燃料の中で、悪質石炭の廃棄ガスは、二酸化炭素に留まらず、有
267	害ガスは重大な大気汚染をもたらしている。その中には放射性物質も含
268	まれている。更に海洋や河川の汚染が加わる。
269	
270	省エネルギーへの転換
271	現代の高度な文明を支えているエネルギーが途絶えれば、文明が成り
272	立たなくなり、現代社会が崩壊しかねない。エネルギー危機の解決は、焦

眉の急だ。そのためには抜本的な発想の転換が必要である。

への転換、そして物質主体の文明からの解放が考えられる。

省エネルギー化に向けて、目覚ましい技術革新がなされている。

普及している。数十年前の普通車の3-4倍の燃費向上だ。

現実的な解決法として、徹底した省エネルギー化、クリーンエネルギー

世界の多くの国では、エネルギー危機の解決するために、省エネルギ

一化に向けて鋭意努力が行われている。エネルギー利用の効率向上や

ハイブリッド車や軽自動車等々、1リットル当たり30キロメートルの車が

20世紀は、二つの世界大戦、中東戦争、1973年と1979年の第一次と

258

273

274

275

276

277

278

279

280

コメントの追加 [美也子1]: を

			た電気を使うをやめ	1 1 145 461 / 1 600	<u> </u>
281		古岳で深雲	を留気を描りなると		一百二十二
/N I	rv mva.		7/ BB/XL/X/17 //X/1/C/X	J. 122 123 127 L AL 1971.	# 그는 기 / /

- 282 で発電した電気に限ることが望まれる。
- 283 照明では、10年前は、電力の殆どは電球を暖めることに使われていた。
- 284 今の LED では、電気エネルギーの 30%が本来の可視光に使われる。
- 285 PC や冷蔵庫等でも省エネルギー化は進んでいる。これらの省エネル
- 286 ギー化が進めば、エネルギー消費の半減も夢ではない。
- 287 電力生産効率の向上も有効で実現性ある。現在、発電に使われる石
- 288 油エネルギーの6-7割は地球を暖めることに使われている。
- 289 エネルギー危機も省エネルギー化も、問題になってから半世紀になる。
- 290 しかし、21 世紀になっても、世界のエネルギー消費も排気ガスも大きな改
- 291 善は見られず、危機は益々深刻になっているのが現状だ。
- 292 省エネルギー化は、現実的な技術革新によって実現しつつあるので、
- 293 大いに期待したい。

295

クリーン核エネルギーへの転換

- 296 エネルギー源として、化学反応を使う化石燃料から、原子核反応を使う
- 297 核燃料へシフトすることが有効である。この場合、核燃料 1 グラム当たりの
- 298 エネルギーは石油等に比べて数百万倍多い。
- 299 数トンの石油や温暖化ガスは1グラムのウラニュウム核燃料と廃棄物で
- 300 済み、エネルギー資源と廃棄物の問題は一挙に解決できる。
- 301 核燃料の廃棄物には、ごく微量の放射化物があるが、固形化して地下
- 302 保管が可能である。毎年数百億トンもの危険な温暖化ガスを、固形化も
- 303 保管もかなわず、大気に排出している化石燃料とは全く異なる。

コメントの追加 [美也子2]: を

のを

コメントの追加 [美也子3]:

のを

コメントの追加 [美也子4]: は は不要

コメントの追加 [美也子5]: 実現できるかもしれない

- 304 核エネルギーへの変換は十分可能で現実的方法だ。現にフランスは7
- 305 7%の電力を核燃料で得ている。先進諸国やかっての日本でも、電力の
- 306 数十%は核燃料だろう。
- 307 具体的には、地球内の核燃料(ウラニュウム)を使う原子力の場合、5
- 308 万人の年間電力に要する核燃料は缶ビール一個(5キログラム)、放射性
- 309 廃棄物は盃一杯分(要保管)である。炭素燃料の石油の場合は、1万 5
- 310 千トン、温暖化ガスの排出量は、4万トンだ。
- 311 現在、地球内の核燃料資源として、天然ウラニュームの 0.7%のウラニュ
- 312 ーム235を使用している。それをウラニューム 238 を使う高速増殖炉では、
- 313 燃料が増殖し、核燃料資源の問題もなくなる。研究開発が重要だ。
- 314 太陽内の核燃料(水素核)を利用する太陽光や風力発電の場合も、同
- 315 様で、エネルギー源の消費も、廃棄物の問題も殆どない。
- 316 太陽内の核燃料による太陽光は、十分大量にあり、廃棄物も少なく、活
- 317 用可能だ。コストと蓄電の問題の解決が待たれる。化石燃料で発電した
- 318 電気を使って太陽光パネルを生産しては、価値が半減する。
- 319 現実には、一次エネルギーの約 50%を原子力で得ているフランスを除
- 320 いて、世界の核燃料利用はあまり進んでいない。いまだに問題の多い化
- 321 石燃料に大きく依存している。
- 322 我が国の場合、一次エネルギー源の90%が化石燃料に依存し、それ
- 323 だけ廃棄物の量も膨大で、世界の水準から大幅に遅れている。
- 324 我が国の1人当たりのエネルギー消費は、石油換算で年間3.5トンで、
- 325 貴重な炭素化合物の資源が燃やされ、大半は地球を暖めている。
- 326 また、1 人当たりの温暖化ガス排出量は、年間11トンにおよび、このっ
- 327 までだと、20年間に、一人で東京ドーム一杯分になる。

328	異常高温、豪雨、大型台風、森林火災等々により、犠牲者や被害地域
329	は年々急増。地球規模の異常気象によって深刻な犠牲が予告されてい

330 るが、避難をしたくても日本や地球から逃れるすべもない。

331

332

森林育成

- 333 太陽エネルギーの有効利用としてすすめたいものに、炭素同化作用に
- 334 よる二酸化炭素の炭素固形化がある。それを太陽エネルギーで行うのが
- 335 森林だ。森林育成はそれを加速する。
- 336 森林を育て、石炭の炭素が燃焼して二酸化炭素になる反応の逆の反
- 337 応を、太陽光エネルギーを使って起こし、もとの炭素に戻す。それは森林
- 338 によって育まれた人類の自然への恩返しの一つだ。
- 339 現在、豪雨対策として、堤防補強が盛んにおこなわれているが、その
- 340 場合、ますますエネルギーを消費し、温暖化ガスが排出され、豪雨の危
- 341 険が増す。対処療法でなく、森林育成など、地道な努力が必要である。
- 342 因みに、日本の森林の場合、人工森林が多く、放置したままで瀕死の
- 343 危機にある森林が少なくない。早急な森林回復が肝要だ。
- 344 筆者の場合、湘南の週末の家の太陽光(原子力)利用で、横浜のマン
- 345 ションの電気需要の 2 倍を発電し、蓼科の山荘の森で温暖化ガスを吸収
- 346 し、省エネルギーと温暖化ガス削減を実現している。
- 347 クリーンエネルギーの核燃料である原子力と太陽光の有効利用で、エ
- 348 ネルギー源と廃棄物の問題は十分解決する。さらに森林育成で環境を浄
- 349 化する。極めて現実的な方法だ。

350

351

コメントの追加 [美也子6]: 方法と思う

352	1.3. スマートライフの文化生活へ
353	地球と人間の回復には、過多な物と過剰なエネルギーの物
354	質文明からスマートライフの文化への転換が有効だ。
355	
356	自然と人間性の回復へ
357	近世から現代は、文明開化の時代といえる。各種の科学技術革命
358	によって、物を大量に <mark>造り、夥しいエネルギーを消費し、文明を造</mark>
359	り上げた。ある意味で自然を意のままに利用して来たといえる。
360	20 世紀から 21 世紀にかけて、人々は文明開化が限界にきている
361	ことを知った。地球環境破壊が急速に進み始めている。
362	地球上の人々は、自らがよって立つ地球の犠牲の上に、文明を築
363	いてきたことに気が <mark>付</mark> き、それがもはや続かないことを知った。
364	人間も自然界の一生物だ。人間は自然に生かされているのであり、
365	自然を造り変えることはできないし、してはならない。
366	今こそ、エネルギーの拡大・消費の方向へ進むのをやめ、大きく
367	舵をきり、エネルギー減少に向かうべきであろう。
368	豊かな物質とエネルギーの文明に別れを告げ、それを超越し、知
369	と心の豊かさを主とする文化の向上を計る。それにより自然と人間
370	の回復が実現する。
371	
372	情報からの解放
373	高度な物質文明の社会、世の中に溢れているものはハードな「物」だけ
374	ではない。ソフトなものである「情報」が溢れている。豊かすぎる物や情報
375	は、必ずしも豊かさの実感を意味しない。

コメントの追加 [美也子7]: だ は不要

コメントの追加 [美也子8]: 作り

コメントの追加 [美也子9]: つき

- 376 21世紀の IT の進歩は、エネルギー環境を大きく変えた。情報の電子
- 377 化とネット環境の整備により、種々のハードコピーの(紙を使った)本や資
- 378 料は姿を消し、個々人が情報をオフィスや家庭に持つ必要がない。
- 379 情報過多の現代、情報の伝達・交換は、情報機器の電力を使うばかり
- 380 でなく、人々の脳内回路のエネルギーを消費する。また情報そのものが
- 381 知の空間を占拠する。
- 382 不要な情報を持たず、過剰な情報から解放され、自分の豊かな知の空
- 383 間を持つことが大切だ。いつでもどこでも自分のオフィスや自宅で世界の
- 384 仲間とZoomで討論でき、仕事環境が一変した。
- 385 豊かさは、一人一人が認識し、感ずるものである。したがって、心の豊
- 386 かさが大事だ。それには、あまり情報や知識を要しない。それらは必要な
- 387 時にいつでもネットで調べて取り出せる。

389 スマートな文化生活

- 390 現代文明を代表する、物、仕事、情報、エネルギー。それらが無くても
- 391 というより、それらが無ければ十分豊かさを実現できる。
- 392 実際、人々は生活に必要なものの何倍もの物を持っている。クローゼッ
- 393 トには殆ど着ない衣服でいっぱいだ。
- 394 日常の用務なら、自分の車がなくても公共の交通機関でどこにでも早く
- 395 行ける。ゴルフや別荘に行くにも、電車とレンタカーですむ。
- 396 物を持たないことによって、豊かな「無」の空間を手に入れることが可能
- 397 になる。無の空間にはエネルギーはいらない。

- 398 煩雑な用務は、エネルギーを使うばかりでなく、時間が消費される。諸
- 399 会議、打ち合わせ、根回し、種々の資料、いずれもそれ相当の物とエネ
- 400 ルギーを消費している。

- 401 不要不急の用務から解放されれば、貴重な自分の時間が得られ、考え
- 402 るゆとりが生まれる。それによって豊かな時間を持つことができる。
- 403 最近になってようやく「あふれる物」からの解放の重要性が認識されるよ
- 404 うになってきた。人間復権のルネッサンスである。
- 405 筆者の横浜みなとみらいのマンションは、マイカーを持たない住民が増
- 406 え、駐車場はがら空き。必要な時はレンタカーをする。筆者は山荘へはザ
- 407 ックに食料品を詰め、電車にバスを乗り継いでゆく。時間も早く、省エネル
- 408 ギーで、運転ストレスもなく、3 両くらい得だ。
- 409 20世紀の物質文明の急発展により、「物」が主となり、人間は隅へ追い
- 410 やられ、活動する自由空間のない生活を余儀なくされている。
- 411 物がないので豊かな空間と時間があるスマートな文化生活、つつまし
- 412 いがエコにやさしく、人間主体の生活を取り戻すことが肝要だ。
- 413 2019年に始まるコロナ禍は、6.1 節で詳しく述べるように、スマートライ
- 414 フが可能であることを実証した。5G の環境では、オフィスがなくても、どこ
- 415 でもいつでも、一人で、あるいは世界の仲間と仕事ができる。。
- 417 20世紀半ばのアメリカンドリームを追い続けるハイ(?)クラスの紳士淑
- 418 女。2カーの邸宅は豪華家具で満ち、書斎には豪華本が並ぶ。
- 419 スーツに身を固めたビジネス(ウー)マンは超過密スケジュールで東奔
- 420 西走。ディナーはクラブでフルコースのあと、7 種の常用薬を飲んで健康
- 421 維持。週末はゴルフのあとにスポーツジムに車で通う。

424	しい。夜はモーツァルトを聴き星を見る。
425	
426	2. 物のない豊かな空間
427	
428	1.1 物で一杯の狭い居室
429	物が溢れる部屋は、閉塞感に満ち酸欠になる。物のない豊
430	かな空間の広がりが、自由な発想をうみ、心を豊かにする。
431	
432	家具に占拠された居室
433	昨今の居室やオフィスは家具と書類で溢れ、呼吸する空気が減っ
434	て何かと息苦しい。
435	ほとんどの日本人は、豊かな空間を持っていない。部屋が物で詰
436	まっているからである。まず、居室の空間を物から解放し、人間に
437	取り戻すことが大事だ。
438	
439	人は誰もが住居が狭いという。実際、土地代も住居費も高すぎて、
440	広い住居を持とうしても無理である。

特に都市空間の広さは限られている。欧米並みの広い邸宅は高値

の花。殆どの都市住民はあきらめている。

21 世紀の筆者のドリームならぬスリムな一日。森の中のログキャビン。

自由に発想し、研究論文を書き、ジョギングあと、妻と作る健康食が美味

422

423

441

- 443 しかし、家の中に入ってみると、そこは多くの物で溢れている。
- 444 部屋が狭いのに物がたくさんある。
- 445 大きな応接セット、大型テレビ、書棚、飾り戸棚、本箱、箪笥、
- 446 等々。これらの大型家具は、大きな顔をして部屋を占拠し、人間は
- 447 家具の間の狭い空間に追いやられている。
- 448 たくさんの物で溢れているので大変リッチともいえる。いろいろ
- 449 な物が沢山あることといい、それらを置く場所があるということは、
- 450 広さにゆとりがあるともいえる。物主体に考えれば、大変リッチだ。
- 451 しかし、人間を主体に考えれば、極めて貧しい。人間が自由に動け
- 452 る空間が殆どない。
- 453 物のない広々とした空間は、それ自体で大変貴重な"もの"のは
- 454 ずだ。それは人間が存在し行動する、すなわち人間の場所だ。
- 455 自由で豊かな発想にも空間のゆとりが必要だ。第一に優先される
- 456 べきはこの空いた空間である。

458

物がないので豊かなマイホーム

- 459 1960 年代の初め、 東大原子核研究所に勤めたころ、東京郊外の
- 460 我が家は、その当時の標準のマンション。広くはないが、結婚早々
- 461 だったので、これといった物もなく、結構広い空間があった。
- 462 妻も協力してくれ、家具はあまり持ち込まず、嫁入り道具は全て
- 463 自称 3000 万円 (現在の価格で 3 億円) の頭脳に詰めてきた。
- 464 当時は、中型のトラックに嫁入り家具や衣装を満載して、紅白の
- 465 幕をかけたて走る風景も珍しくなかった。

- 466 ワシントン大学で研究と大学院教育にたずさわるようになり、一
- 467 家3人はシアトルに居を移すことになる。そのとき持参したのは大
- 468 きな旅行鞄2。そこにどうしても必要な衣類、寝具(毛布にシー
- 469 ツ)、書籍を詰め込んだ。あとは別送品として茶箱一つに電気釜や
- 470 食器とカセットデッキを送った。
- 471 ベッドとテーブル付の家だったので、これだけで、さしたる不自
- 472 由なしに、3年間欧米で過ごせた。東京のマンションに置いてきた
- 473 諸々の物も、3年間使わなかったのだから、「不要の物」である。す
- 474 なわち、標準サイズの家族なら、必儒品は、旅行鞄2つと茶箱1つ
- 475 に収まる。
- 476 カリフォルニア大学やワシントン大学の客員教授として赴任した
- 477 時は、手荷物だけで済ませた。3人の子供も、各自が持っていくも
- 478 のは自分で持てるだけ。これで一年程度は問題なかった。
- 479 要するに物はなければ無いで、どうにでもなる。それなら無いに
- 480 越した事はない。

- 482 豊かな会話で満ちた欧米のリビングルーム
- 483 欧米の大学勤務中、何人かの教授の自宅に招かれた。そこで驚い
- 484 たのは広々とした室内の空間だ。
- 485 ソファーが片隅に置いてあるくらいで、自由な空間が広がってい
- 486 る。よく、30-40人くらいの人が集まってパーテイをする。
- 487 ハルパン教授の家はシアトル郊外の湖畔にある。前に住んでいた
- 488 ニューヨークの家は狭かったので、家も庭も広くしたという。

- 489 教授の家では、大学の研究所の仲間が集まっては、パーティーを
- 490 楽しみ、フットボールに興じた。
- 491 リビングルームはソファーとグランドピアノのほかは何もなく、
- 492 広いスペースがあるだけ。我が国の場合、グランドピアノを置いた
- 493 ら人のいる場所がなくなる。
- 494 ボーア教授(1975年ノーベル物理学賞)夫妻は、コペンハーゲ
- 495 ン郊外の大きな邸宅に沢山の国内外の研究者を招いた。その頃、研
- 496 究所は国外から大勢の新鋭研究者が集まり、日夜活況を呈していた。
- 497 筆者達がモダンな家具・調度品に興味を示すと、ボーア夫人のマ
- 498 リエッタは各部屋を案内してくれた。
- 500 欧米の教授の年収は、高度成長期を経た我が国の標準教授と大差
- 501 ない。しかし、何倍もの広く物がない部屋と庭のある家に住み、豊
- 502 かな空間の中で過ごしている。
- 503 物がない広い空間には、自由な発想があり、人々と楽しい会話に
- 504 満ち、自由な行動がある。

505

506 豊かな空間があるリビングルーム

- 507 海外生活を終え、東京から大阪に移って立てた家は 200 平方メー
- 508 トルの敷地に2階建て100平方メートルの家。大都市近郊の住宅と
- 509 して標準のサイズだ。
- 510 ポイントは物が余りないこと。40 平方メートル (24 畳) 程のリ
- 511 ビングルームの80%は何もない空間だ。

- 512 今から 50 年ほど前の若いサラリーマンのリビングルームとして
- 513 は、破格に広く、中には物がない。
- 514 宿願のグランドピアノを置き、子供が縦横に駆け巡り、30 人程
- 515 度の国内外の研究室の仲間や学生とパーテイができる広さだつた。

- 517 蓼科の山荘は、ログハウスで、LDK は 30 平米程だが高さが 5 メ
- 518 ートル程あり、結構広い空間がある。それに 1000 平米の林があり、
- 519 自由に行動できる。
- 520 大阪から湘南に移り、300 平方メートル弱の敷地に2階建て 120
- 521 平方メートルの家を建てた。
- 522 LDK は 24 畳 (48 平米)、グランドピアノを置いても、孫たちが縦
- 523 横無尽に駆け回り、庭でもミニのサッカーできる。眼下に相模湾が
- 524 広がるこの家で、週末を過ごす。

525

- 526 ハルパーン教授宅を見て以来、心に描いていた三種の神器ならぬ
- 527 三つの人夢が 30 年たち実現した。グランドピアノを置いても十分
- 528 ゆとりあるリビング、サッカーのできる芝生の庭。海の眺望。
- 529 太陽光発電で需要の倍近い電力を生産し、蓼科の山荘の森林でで
- 530 自宅以外で使用する電力による温暖化ガスを吸収している。

- 532 ボーア教授 (ノーベル賞) 夫妻とのホームパーティ
- 533 ある日、デンマークのボーア教授夫妻が大阪大学の筆者たちの研
- 534 究室を訪れた。その晩は我が家にボーアご夫妻を招いての 40 人ほ
- 535 どのパーテイ。

- 536 パーテイに集まった日本の教授達は、筆者の部屋に殆ど家具がな
- 537 いのを見て、どこかに全部移動したのかと尋ねた。
- 538 グランドピアノとソファーしかない部屋が異様に思えたらしい。
- 539 筆者には、日本の教授宅の豪華な家具で一杯の応接室の方が、よほ
- 540 ど異様に見えるのだが。
- 541 「日本では、どこに行っても会食は高級ホテルか料亭ばかりだっ
- 542 た。今晩は Hiro と Miyako の自宅に招かれ最高だ」。そういってボ
- 543 ーア夫妻は大変喜んでくれた。そしてビデオを取り出して部屋の内
- 544 外を撮った。 50年も前の事だ。
- 545 我が家を訪れた海外の学者は300余人になる。日本では賓客を
- 546 自宅に招待することはほとんど無い。それは現実には住宅事情にも
- 547 よるが、海外の人に対する姿勢の問題ともいえる。
- 548 事実、日本の大物教授は、若い筆者達が世界的学者を自宅に招い
- 549 くなど、世間知らずだといって眉をひそめた。世界の常識が日本の
- 550 非常識の一つの例といえる。

- 552 何もない空間、自由に動けるスペース。子供や孫が遊びまわれる
- 553 広がり。このような空間は、どんな高級な家具・調度品より豪華な
- 554 「もの」だ。物は殆ど存在しないのだから、それ以上の物はない。
- 555 無の空間はコストも0。したがって温暖化ガスの排出は0。まさ
- 556 にエコにやさしい豊かさであろう。

557

2.2 創造を生む無の活動空間

560 人間の活動で大切な創造・創作活動には、物にとらわれな 561 い自由な発想。それを可能にするのは「無の空間」だ。

562

563

狭い教授室の実情

- 564 活動する空間が物でぎっしり詰まっていては、新しいアイデアも
- 565 自由な創作も制限される。このことは、大学の研究活動であれ、企
- 566 業での開発製作であれ、全ての創作活動にいえる。
- 567 「研究室が狭い」。「実験のスペースがない」。「教授室が狭く身動
- 568 きができない」。大学の先生方は異口同音に部屋の狭さを嘆く。
- 569 確かに研究を標榜する旧国立大学(現在は独立法人)では、広々
- 570 とした教授室、ゆとりのある研究室、人間が自由に動ける実験室は、
- 571 殆ど見当たらない。
- 572 部屋(空間)狭さは、時間の少なさや予算の少なさと並んで、研
- 573 究ができない 3 大要素 (いいわけ) の一つになっている。
- 574 大学教授や大学当局の嘆きを聞いていると、つい同情したくなる。
- 575 ある大学では、本と書類で溢れた教授室を公開し、部屋が狭くて身
- 576 動きできないと訴えて予算獲得。しかし予算が増えても、それで更
- 577 に物が増えて狭さは変わらない。
- 578 大学の各部屋は、中に入ってよくよくみると、いらない物が溢れ
- 579 ている場合が多い。要するに、どの部屋にも不要な物を沢山置ける
- 580 程の「ゆとり」がある。
- 581 教授室は、古い資料や本で一杯。それらの資料は殆ど見ることも
- 582 ないし、見ようとしても何処にあるか探すのは至難の業だ。たしか

- 583 に毎日のように資料が郵便で送られてくる。数ヶ月もすると机は資
- 584 料で占拠される。
- 585 実験室は時代遅れか故障で動かない装置で占められている。研究
- 586 は日進月歩、研究の世界で最前線を行くには、常に最新の装置に置
- 587 き換える事が肝要だ。古い装置や使わない器具類を置いておくゆと
- 588 りなど無いはずだが。
- 589 物でいっぱいの部屋の事情は、大学に限らず官公庁や自治体でも
- 590 よく見かける。大部屋に所狭ましと沢山の机や書棚を並べ、机の上
- 591 は書類が山積。これでは人類と地球の救済・発展を計る本来の仕事
- 592 も、矮小化され、萎えてくる。
- 593 そのうち、何も感じなくなり、不平苦情を繰り返す。ただし、研
- 594 究の意欲も能力も失っているので、書類の山を片つけることもせず、
- 595 物で詰まった部屋で充実感に満ちてコーヒーを味わう。

597 テレビがさけた本のない教授室

- 598 大阪大学に勤務していた頃、ドイツのチュウビンゲン大学のフェ
- 599 スラー教授が訪ねてきた。筆者の部屋に入るなり、いきなりいった。
- 600 「江尻教授室は日本で初めてみる教授室らしい教授室だ」。
- 601 原子核の大物のフェスラー教授は日本各地の大学を訪れ、沢山の
- 602 教授室を視てきた。どの部屋も本や物で溢れ、整理の行き届かない
- 603 倉庫のようだという。その片隅の机で、倉庫番宜しく教授は研究に
- 604 励もうとしている。 あるいは励んでいるつもりでいる。
- 605 実際は、大学の事務や各種の会議の煩雑な事務に忙殺され、創造
- 606 的研究活動は疎遠になっている。

コメントの追加 [美也子10]: 表現をやわらかに

- 607 大学での多くの用務は、雑用ともいわれ、新しいものを生む研究
- 608 とはことなり、特に独創性を要しない。むしろ、創造なしに前例通
- 609 りにこなすのが良い。
- 610 物で溢れ狭隘になった教授室で、研究に励む熱烈教授を演じてい
- 611 ることで満足している。

- 613 1970 年代当時の筆者の教授室は、カーペットの敷かれた部屋に
- 614 机とソファーあるだけ。何も無い空間が、かなりの程度ある。壁に
- 615 は自作の海の写真がかけてある。
- 616 教授室では、日夜、研究室の学生や仲間がやってきては、研究の
- 617 検討をする。海外からもたくさんの研究者が議論に訪れる。こうし
- 618 て新しいアイデアがうまれ、独創的研究がうまれた。
- 619 1990 年代の初めのある日、筆者のグループのニュートリノ研究
- 620 の成果で、テレビ局の取材を受けた。
- 621 筆者の教授室を見回して、「ここは机の上には資料が山積してな
- 622 いし、書架もなく、まったく教授室らしくない」という。
- 623 そこで、本や資料のある別の部屋で、本で詰まった書架をバック
- 624 に、テレビを撮ることになった。当時は、IT のネット環境も皆無
- 625 で、資料、論文、書籍等、全てハードな書類に頼っていた時代だ。
- 626 整然とした筆者の部屋は、整理する暇もなく、研究に没頭する教
- 627 授のオフィスに相応しくない、という固定観念があるようだ。実際
- 628 は、書類の山に埋もれて、惰眠をむさぼるほど暇でないのだが。

629

630 独創活動に欠かせない自由なスペース

- 631 研究の関係で、合わせて 5年ほど欧米の大学・研究所に勤務し、
- 632 研究と大学院指導に従事した。国際共同研究や国際会議で海外の大
- 633 学・研究所を度々訪れることが多い。
- 634 海外の大学でみる教授室、研究室、実験室、いずれも特別広いわ
- 635 けでも豪華でもない。ただ、自由なスペースがある。
- 636 個々の部屋は狭くても、自由に討論をたたかわす共通のスペース
- 637 がある。自由な研究・教育には自由に動けるスペースが肝要だ。
- 638 筆者が全国共同の核物理研究センター長になって直ぐに実行した
- 639 事に、新しい研究プロジェクトの推進と並んで、そのための研究室
- 640 や実験室の整理がある。
- 641 実験室内では、科学史上価値あるいくつかを残して、不要な装置
- 642 を整理して再生利用に回した。
- 643 スペースが 2 倍くらい増え、新プロジェクトが可能になった。研
- 644 究に熱意があれば、建物(箱もの)の予算を獲得しなくても、スペ
- 645 ースは結構あるものだ。

- 646 一方、館内のあちこちにあった禁煙という表札をやめ、建物の全
- 647 ての空間を利用可能にした。1990 年代の初め、大学や官公庁では、
- 648 あちこちで喫煙汚染が野放し、安全な場所は限られていた。
- 650 温故知新という。確かに歴史を尊び、その上に新しきを築くこと
- 651 は大事だ。それは価値のあるものを整理・選別し積極的に生かすこ
- 652 とだ。古い資料や装置を山積みにして眠らせておく事ではない。
- 653 実験研究に携わっていると、装置開発・製作や、地下実験で民間
- 654 企業に接する事が多々ある。

655	神岡鉱山内や、メーカーの工場がどれも実に整然としているのに
656	感銘を受けた。安全、能率、品質等で真剣に取り組んでいる。
657	本当に仕事をしようと思えば、整理整頓が必須。不要なものは再
658	生にまわし、スペースを作る事だ。そうすれば、研究の能率が上が
659	り、発想が豊かになり、新たな発展が可能になる。
660	物を減らして空間を造ることは、エネルギー0、予算 0 でできる。
661	国民も地球も大歓迎だ。ただ、予算の額を誇示し、建物つくりに精
662	を出す官僚やそれ的な学者からは敬遠される。
663	
664	2.3 空間と時間の広がり
665	空間と時間の4次元の広がりが、広い視野の発想と長期
666	にわたる展望を可能にし、豊かな未来を造る。
667	
668	広大な視界が広大な発想を生む
669	空間の広さは限度がある。都市空間、大学のキャンパス、建物、
670	全て限られている。整理や工夫である程度スペースができることは
671	まえの 2.1 節と 2.2 節で書いた。それ以上の広がりは部屋の外に求
672	める事ができる。
673	一つは眺望だ。部屋は小さくても、窓の外に広大な森や湖が広が
674	っていれば、広々とした気持ちになれる。自然に考えや構想も広壮
675	になり、新鮮なものになる。
676	宇宙の原理を考え、独創的アイデアをめぐらす。世界に目を向け、

677 人類と地球を考える。それには目の前に広い自然が展開しているこ

678 とが望ましい。

- 680 東大の大学院時代、文京区のキャンパスは東京の真ん中で、居室
- 681 と実験室が一階と地下。眺望は絶望だった。そこで郊外の東大付置
- 682 の原子核研究所に勤めた。
- 683 研究所の筆者のオフィスの正面に広々とした東大農場が開け、右
- 684 手には東大の演習林の林が広がっていた。
- 685 ワシントン大学はシアトルのワシントン湖のほとりの丘にある。
- 686 大学の研究室や湖畔の自宅の窓からは、ワシントン湖とその向うに
- 687 レニエ山が望めた。
- 688 コペンハーゲンの研究室からはデンマークの小麦畑が広がり、冬
- 689 には南の地平線から日の出と日没を見ることができた。自宅からは、
- 690 フィヨルドの海を望む。
- 691 カリフォニア大学に勤めた時は、2階の大きな窓一杯にサンフラ
- 692 ンシスコ湾とゴールデンゲイトが展開。
- 693 こういった壮大な自然環境は、心身共に爽やかな毎日を送る上で
- 694 も、日常の研究にも、大変プラスであったことはいうまでもない。

695

- 696 現在の自宅のあるマンションは横浜の海に面し、週末の湘南の家
- 697 は相模湾を見下ろす丘にある。
- 698 横浜では海の向うに朝日が、湘南では夕日が望める。書斎は 15
- 699 平方メートル程の部屋だが、眼下に広がる横浜港と相模湾が自分の
- 700 庭のような気分になる。

- 702 自然の眺望という観点から見ると、わが国の官庁街は異様だ。わ
- 703 が国の一等地の霞ヶ関を独占しながら、大きなビルが乱立し、見え
- 704 るのは隣のビルだけだ。
- 705 ビルの中の部屋も物で一杯で、年中書類かパソコンに向かってい
- 706 る。しかも最近まで煙草の煙で汚染され、それでなくても息ぐるし
- 707 いのに、これでは息もつけない。
- 708 世界的視点で国家地球を考えよといっても無理だ。遅くまで無為
- 709 に過ごし、公費のタクシーで帰りテレビを見るのが関の山だ。
- 710 こんな非能率の事が許されてよいわけがない。霞ヶ関は国民の血
- 711 税で支えられている。やるべき任務があるはずだ。冷暖房費、電気
- 712 照明、膨大な資料に使う紙の山、どれをとっても地球環境を害して
- 713 いる。日本の危機であり、地球の危機だ。
- 714 それを救う一つの方法は、官庁を過疎地に移す事だ。過疎地の豊
- 715 かな自然環境こそ、人類・地球の公共の為に働く場所に相応しい。
- 716 地方の良さは、そこに住む人々が広い視野と豊かな教養を持って
- 717 いることだ。中央官僚は、地方の豊かな自然と優れた人々の中に在
- 718 って、多くを学び、心身脳を活性化させることができる。
- 719 IT 革命はユビキタス社会を可能にした。高速ネットワークの IT
- 720 環境の下、どこでもいつでも仕事ができる。
- 721 人との交渉や相談は、ネットを通してリモートでも対面の討論も
- 722 不自由なくできる。官庁が東京の真ん中に在る必要は全くない。

724 由緒ある調度品が豊かな心を育む

- 725 広大な広がりは、目に見える空間の広がりだけではない。悠久な
- 726 時間の広がりも将来にわたる展望の上で大切だ。
- 727 目を室内に移し、歴史のある調度品について考えてみる。そこに
- 728 は永い時間の流れという広大な背景ががある。その歴史を考えると
- 729 き、人々は新たな発想を展開することができる。
- 730 海外で親しい教授たちの自宅に招待されて気がつくことは、古い
- 731 由緒ある家具や調度品を大事に使っている事だ。
- 732 ドイツのシュルツ教授夫妻は、祖父の代からの手彫り装飾のある
- 733 書棚を、今も大事にしている。市の博物館に提供してほしいといわ
- 734 れたのを断ったという。
- 735 オランダのホイト教授は、父親の愛用した画台を使っている。大
- 736 事な家具を代々に亘って愛用することはよくある事だ。
- 737 湘南の家には、母の愛用した柱時計が、横浜の家には父のデスク
- 738 にあった置時計がある。いずれも80-90年来の時代物だが、今
- 739 も正しく時を刻んでいる。
- 740 蓼科の山荘は開業医だった実家のミニ博物館だ。寒暖計、棒はか
- 741 り、薬剤用の天秤、算盤、鏡台、椅子等から、食器、本に到るまで、
- 742 全て70-100年の時代物だ。
- 743 江尻家伝来の調度品は、売ったら二東三文だが、我々にとっては
- 744 大きな豊かさを与えてくれる貴重品である。そこには1世紀近く生
- 745 きた父母の志がある。
- 746 格のある家の条件の一つとして、100 年以上の年代を経た伝来の
- 747 家具・調度品のある事を挙げられている。

750	眼を外に転ずれば、地上には千年の歴史を刻む美術建築や巨木が
751	あり、天空には 100 億年の時空が広がる宇宙がある。
752	空間と時間の広がりは、人間の心を豊かにし、人間のスケールを
753	大きくする。そんな豊かさや広さから、独創的な発想や、世界的構
754	想が生まれる。広い視野に立って、悠々とした時間の流れの中で、
755	適正な判断ができる。
756	空間と時間の豊かさを実現する為には、物を持たない事と古い物
757	を大切にすることだ。いずれも費用は掛からず、温暖化ガスも出さ
758	ない。まさにエコのやさしい。
759	
760	3. 仕事に追われない充実した時間
761	
762	3.1 充実しすぎて空疎な毎日
763	スケジュールで充実し過ぎて空疎な日々が続く。空白の
764	時間が十分ある豊かな日常を取り戻すことが大切だ。
765	
766	文明が進歩して時間がない日々
767	人の一生は、ある年月の時間を生きることである。いかに充実し
768	た時間をもてるか、それは実り豊かな人生の基本だ。

誰にとっても、一日は24時間で一年は365日。一生も80年程度、

したがって活躍できる年月は60年位に限られている。

調度品の 100 年の歴史に思いをはせる時、悠々たる時間の流れの

中で、その豊かさに静かな充実感を持つ。

748

749

769

- 771 行く川の流れのように、時の流れは止まる事もなければ、逆に戻
- 772 す事もできない。その時間の一瞬一瞬を自分の時間として有意義に
- 773 過ごす事が大切だ。
- 774 文明の進歩によって、時間に大分ゆとりができた、というよりそ
- 775 のはずだ。料理、洗濯、掃除、等々、殆どの家事は電気がしてくれ
- 776 る。
- 777 冷暖房、風呂、湯沸し、全てスイッチを入れるだけですむ。事務
- 778 処理もコンピュターが速やかにしてくれる。
- 779 実際は時間は余らないどころか、依然として足りない。一定時間
- 780 にたくさんの仕事ができるはずなのに、いつもゆとりもなく、何か
- 781 と多忙で時間が無為に過ぎてゆく。
- 782 古今東西、文明の発達は、エネルギー消費の増大を生んでも、ゆ
- 783 とりある時間も豊かさも生まないのが実情だ。
- 784 一方で、電力需要は増え、エネルギー消費は進み、増えた廃棄物
- 785 の処理のために、更にエネルギー消費がかさみ仕事が増える。
- 786 発想の転換が必要である。限られた時間に、空白の時間を造るこ
- 787 とだ。無の時間が実り豊な自分の時間となる。

789 充実しない永い年月

- 790 最近の医療の発達は目覚ましい。高度な手術、多種多様な医薬品、
- 791 放射線治療、透析、胃ろう、等々。平均寿命は年々伸びる。
- 792 世界の国々の中で、日本は永く生きる医療の費用の面では最先端
- 793 を行くが、生きる年月の充実感の面では最低に近い。

- 794 実際、日本の健康寿命は平均寿命より女性が 12 年余、男性で 9
- 795 年余り短い。10年程のみのり少ない苦渋の年月を過ごす。
- 796 昨今、医療費負担、年金の額、預貯金 2000 万円の有無などが大
- 797 きな議論を呼んでいる。しかし大事なのは人それぞれが活躍する充
- 798 実した時間だ。尚、過多医療の問題は、4.3で詳しく述べる。

800

- 過密スケジュールをこなして何もしない
- 801 毎日が忙しいという人が多い。仕事に追われている。自分が主体
- 802 的に仕事をこなしているというより、仕事で追い回されている。
- 803 A の会議、B の打ち合わせ、C の交渉、スケジュールがびっしり
- 804 詰まり、まさに多忙極まりない。
- 805 過密のスケジュールを得意がる人がいて、実質何もしてない事の
- 806 いい訳にしている。そうでなければ、何か有意義なことをしている
- 807 ような勘違いをしている。
- 808 自分でゆとりの時間を持つ事は、日夜仕事に追われている場合、
- 809 大変難しい。何をしたいかを考える時間すらない。
- 810 自分が主体でない仕事が一杯で、人間が片隅に追いやられている。
- 811 もろもろのスケジュールで毎日の時間が詰まっていて、自由な時間
- 812 がない。種々の物で一杯の部屋と同じだ。
- 813 過密なスケジュウルや多忙極まりない仕事の中身をよく見ると、
- 814 不要なものが多い事に気がつく。IT で時間のゆとりができた分だ
- 815 け、否それ以上に不要な仕事を作っている。

コメントの追加 [美也子11]: くりかえしではないか

816	自由な時間の使い方をしらない場合がある。それで時間が余るの
817	が怖く、「なんとなく多忙」なのが居心地がいい。表面だけ見れば充
818	実しているようだが、中身は空疎だ。
819	貴重な時間を、あまり意味のないことに過ごすことが、むなしい
820	事だとも気がつかなくなっている。エネルギーを浪費し地球の温暖
821	化にだけ貢献しているという認識がない。
822	
823	無意味な多忙の最たるものは、わが国の"有能"な筈の多くの
824	(あるいは一部の)官僚だ。朝遅く来て、会議とか資料作りとかで
825	一見多忙に振る舞い、新たに学ぶことも生産的なことをすることも
826	なく過ごし、ゆっくり酒を飲んで深夜に帰る。
827	有能なはずの能力も、いかに無為に過ごすかにもっぱら使われて
828	は、3-4 年もしたら独創的なことなど何もできなくなる。その結
829	果、新たな発想ができず、空虚な時間が過ぎてゆく。
830	時間の豊かさは、文明の利器の豊富さと比例しない。便利な物が
831	沢山在るからといって時間にゆとりが生まれるとは限らず、逆の場
832	合すらある。
833	時間の充実さは、仕事の量に比例しない。仕事を詰め込み過ぎる
834	と、自分の時間がなくなり、時間は空疎に過ぎてゆく。
835	
836	3.2 身軽で自由な旅を楽しむ
837	自由な旅の極意は、日常の業務から 100%自分の時間を取

り戻すことにある。空白であるがゆえに充実した時間だ。

840 カバン一つの海外旅行

- 841 海外旅行にキャスター(車)付の大きな荷物。殆ど例外がない。
- 842 国内旅行でも最近は結構な量の荷物をキャスター付の旅行鞄で持ち
- 843 運ぶ人が少なくない。
- 844 どこに行っても、身の回りに日常使う種々の物が在れば便利だ。
- 845 不自由しない為には物や道具はあるに越したことはない。
- 846 但し、物を持つ事は同時に不自由さを伴う。第一に重い。自由に
- 847 動けない。飛行機に乗るとき預けた荷物は、到着した時に受け取る
- 848 のに時間がかかる。運が悪いと次の便になることもある。
- 849 気楽にバスや電車に乗るわけにも行かず、ついタクシーを使う。
- 850 飛行機の燃料といい、タクシーのガソリンといい、地球環境によい
- 851 ことは何もない。
- 852
- 853 最近は国際学会や国際共同研究で、年に 5-6 回は海外に出る。
- 854 各回とも2-4週間程度が多い。国内の出張には隔週に出かける。
- 855 数十年来、海外旅行は通勤鞄一つにしている。最近はバッグを背
- 856 負う。国内の一週間の単身赴任や2-3日の出張も同じだ。
- 857 空港の税関で、荷物は本当に鞄一つだけかと聞かれることがよく
- 858 ある。別便で送ったのかともいう。ある時、女性の検査官が海外旅
- 859 行中の衣類はどうしたのか、といって荷物を調べだした。
- 860 筆者は敢えて毎日洗濯していたという旅行の秘訣を教えなかった。
- 861 教えた所で信じないし、またそれを真似する能力もないだろうと思
- 862 ったからだ。

- 863 通勤鞄一つというと、大体 4kg 程度だ。鞄が 0.6kg くらいあるか
- 864 ら、中味は 3.5kg 程度だ。それだけのために、3-4kg もするキャ
- 865 スター付の大きなバッグを使う道理はない。
- 866 信じない人のために中味を打ち明けよう。まず 1.2 kg のノート
- 867 パソコンに電源アダプター、USB メモリー、一式で 1.5 k g。研究
- 868 試料や論文は全てパソコンの中に納まっている。旅行中の仕事もイ
- 869 ンターネットの環境にあれば問題ない。
- 870 パソコン以外は身の回りの必要品だけ。洗面道具に非常用の薬で
- 871 0.3kg もあれば十分だ。フード付防寒雨ジャンパーとセーターなど
- 872 軽いのを選んで 1.2kg 程度。全部で 1.5kg で収まる。勿論、国際会
- 873 議の晩餐会とか講演用もかねて、スーツは初めから着用する。目覚
- 874 まし時計もカメラもスマホがあれば事足りる。
- 875 インターネットで現地の天気予報を確かめ、はじめから現地用の
- 876 衣服にする。それに予想外に寒くなったら現地でセーターを買えば
- 877 よい。但し、今まで一度もそんな事はなかったが。傘も持たず、防
- 878 寒雨のジャンパーで間に合わせる。そうする事で、体の自由がきく。
- 879 大体のアメリカ人はそうしている。
- 880 シャワーを浴びる度に洗濯する。だから2泊の国内旅行だろうが、
- 881 一ヶ月の海外旅行だろうが、もって行く荷物は同じだ。海外でも通
- 882 勤の時と同じ様な感覚で、バスに乗り、電車を利用する。
- 883 このような身軽な旅の最大のメリットは行動の自由だ。チェクイ
- 884 ンする荷物もなければ、持ち込み荷物も4-5kg以下なので、飛
- 885 行機の燃料は大分(30%くらい)節約できる。

- 886 タクシーも使わず電車やバスを使うので、エコには断然よい。預
- 887 けた荷物を待つ時間もなしですむので、時間に余裕ができる。
- 888 国際会議で妻と一緒に海外に出かけると、いつも皆の注目を浴び
- 889 る。妻も筆者に劣らず軽装だからだ。外国の夫婦の場合、夫が大き
- 890 な二つの荷物(一つは妻の衣装)に鞄、妻が大きな一つの荷物に軽
- 891 い手提げが標準だ。筆者の妻の場合、英語の本を 1-2 冊と若干の
- 892 衣服で、全部で 3kg 位。衣服やブラウスの上手な組み合わせで、正
- 893 装用から遠足用まで、4-5 種類の服装を創造する。同じ重さでも、
- 894 頭脳は使いようで、手荷物の重さにして 5 倍の差はつく。航空運賃
- 895 に是非反映させてほしいと思う。

- 897 さて、旅行での必需品の持ち物の一つは金だ。海外では何かと心
- 898 配だから、ある程度の多めの現金とクレジットカードを持つのが普
- 899 通だ。これは特に重いわけでも、容積をとるわけでもない。
- 900 現金もカードも、体には重くなくても、心に重く負担がかかる。
- 901 悠々と大自然を見とれる事も、美術館で絵の奥深い美に魅了される
- 902 のも、周りのすりが気になっては、ままならない。
- 903 思い切って現金やカードを持たないのがよい。取られる心配がな
- 904 く、心行くまで芸術を鑑賞し、新たな創造的発想を展開できる。ま
- 905 た土産物などにも気を奪われずに済み、十分時間が得られ、心が豊
- 906 かになる。まさに無石2鳥だ。
- 907 家で待つ家族(夫ないし妻)は、高価のワインより、経験した話
- 908 題なり知識を持って帰ってくれる事を望んでいる。ワインは半時、

- 909 知識は一生だ。最近はキャッシュレス化が進み、カードやス
- 910 マホでことたりる。それだけに、安易に物を買うことは、要注意だ。
- 911 物が増えればすぐには部屋が狭くなり、あとでカードのつけを見
- 912 て冷や汗を流し、つけを払うために熱い汗を流すはめになる。

- 914 行動と心の自由の為には、殆どのものは持たないに越した事はな
- 915 い。諸々の場合を想定して、不自由のないよう、諸々の物をそろえ、
- 916 多めに金を持ち万全を期すのがよいとはかぎらない。肝心の行動の
- 917 自由、心の開放感、時間のゆとりが少なくなる。

918

- 919 ここで書いた軽装に徹する旅行のことは、毎日の生活にも当ては
- 920 まる。人生は一つの旅だ。軽装に限る。
- 921 衣装も本も道具も金も、大方は不要だ。動産しかり、不動産しか
- 922 り。日常使っているもの以外はなくても結構暮らせる。
- 923 何もなければ、最近はやりのおれおれ詐欺も結婚詐欺も心配せず
- 924 にすむ。彼ら彼女らは、動産や不動産が欲しいが、頭や心の中の価
- 925 値には関心がない。
- 926 物から自分を解放し、自由な時間を持つ。それは、心の実り豊か
- 927 な自分の人生を持つことに他ならない。

- 929 筆者の広いリビングルームに、湯川秀樹博士(1948年ノーベル
- 930 物理学賞)の書がある。「雪近き 比叡さゆる日 寂寥の きわみ
- 931 に立ちて 我が道尽きず」。

933	ルギーも使わず、自分の足で歩む。見かけは貧相だが、心は宇宙の
934	真理を究める壮大な旅だ。
935	
936	3.3 何も見ない豊かな観光
937	不要不急な目的や目標ばかり多くて3密な毎日。自分が
938	埋没しかねない。目的や目標がない旅が心と体を癒す。
939	
940	何も見ない旅のすすめ
941	自由で気ままな旅。それは日常の多忙な空間と時間からの解放だ。
942	それによって自分を取り戻し、次の活動へのエネルギーを充電する。
943	このような旅のポイントは「豊かな時間」である。
944	最近はインターネットで各地の情報が得られる。それを基に自分
945	なりに好きな所を選び、そこで好きなだけ時間を過ごす。そんな旅
946	が可能になっている。
947	人里離れた田園、雄大な山々、千年の歴史を刻む教会、好みによ
948	って色々な場所があるし、さまざまな時間の過ごし方がある。
949	勿論、多くの寺社仏閣を回り歴史を学ぶ旅や、岩石・植物を実地
950	に調べる調査旅行もある。それはそれで、ある目的の旅で良い。
951	一方、自由で気ままな旅では、目的やスケジュウルに縛られず、
952	豊かな時間を満喫する事が肝要だ。
953	また観光旅行の多くは、限られた日程で多くの所を見ようとする
954	為、過密なスケジュウルになる場合が少なくない。

博士は研究人生は一つの旅であるという。物ももたず、金もエネ

- 955 日常の多忙から解放されるどころか、多忙極まりない毎日では、
- 956 体にも心にも疲れがのこるだけだ。
- 957 菅首相の提案の Go to travel は人の心を豊かにし、地方と世界
- 958 の懐を豊かにする。誤解されて trouble が多かったが、世界に広め
- 959 たい。ただし、正しい言葉 (Enjoy tours) で。

961

ボーア夫妻と春日神社

- 962 1970 年代の初め、外国からの旅行者も少なかった頃だ。一つの
- 963 実に新鮮な「旅」を経験した。再びボーア夫妻(1975 年ノーベル
- 964 物理学賞) に登場願う。
- 965 超大物の学者ということで、日本の学会挙げての歓迎する事にな
- 966 った。関西での観光地は、定番の京都・奈良。
- 967 コペンハーゲンでボーア教授と一緒に研究・議論したことのある
- 968 丸森教授と筆者が、案内役。
- 969 限られた貴重な時間に重要な寺社を全て案内するべく、3 分刻み
- 970 のスケジュウルが立てられた。しかし、時々ボーア夫妻は気に入っ
- 971 た古い建築を見とれている。これでは予定の半分もこなせない。
- 972 「ここでしばらく時間を過ごそう」。オーゲとマリエッタ(夫妻
- 973 のファースト名)はいきなり提案。春日神社の裏手に回った時だ。
- 974 大きな木々の葉から木漏れ日のもれる神社の廊下に腰掛ける。お
- 975 互いに楽しい会話が弾む。筆者たちは静粛な空間で、しばし最高に
- 976 豊かな時間を過ごした。
- 977 スケジュウルの完全破綻によって、筆者たちの案内は大成功。ボ
- 978 一ア夫妻は、わが国の自然と歴史の調和する空間で、豊かな時間を

- 979 持てたことを大変喜んでくれた。一方、我が国の大物教授は未熟な
- 980 筆者に案内をまかせたことを悔やんだ。

- 982 一年の僻地旅行
- 983 ワシントン大学のスノーバー教授一家は 30 年来の研究仲間であ
- 984 り、家族ぐるみで付き合う友人だ。最近、その娘一家が横浜の筆者
- 985 たちの自宅を訪ねてきた。
- 986 チップとエイミー夫妻と一粒種の 5 歳のコリーだ。世界旅行の最
- 987 終地の日本で一週間ほど過ごし、アメリカに帰るという。
- 988 旅行の話を聞いてわが耳を疑った。丁度一年前にアメリカを出た
- 989 という。夫婦とも若く現役の働き盛り。
- 990 欧米の人々が数週間の休暇をとってバカンスを楽しむという話は
- 991 聞いていた。しかし1年と聞いてにわかには信じられなかった。第
- 992 一、どうして一年も休暇が可能か不思議でならなかった。
- 993 エイミーは極めて行動的で、ワシントン大学の博物館で働いてい
- 994 る。チップは静かな学者タイプでエンジニアだったが、今の仕事は
- 995 自然環境や景観関係。エイミーは大学勤めなので、一年仕事を休ん
- 996 だ後、同じ仕事に復帰する。
- 997 チップの方は仕事をやめて今回の旅に出た。アメリカに帰ったら
- 998 ゆっくり新しい職を探すという。
- 999 思わず聞いた。「子供をかかえ、夫が失業。一体どうするのか?」。
- 1000 エイミーは「しばらくは自分の給料が在るから心配いらない。その
- 1001 うち職が見つかるだろう」といって、けろっとしている。

- 1002 この時、アメリカの自由奔放さと限りない豊かさを感じた。給料 1003 ではアメリカに近づいたが、心の豊かさでは随分と差がある。
- 1004 スノーバー一家の旅行は、主として南アメリカ、アフリカ、それ1005 に東南アジアの国々だ。しかも幼児を連れての家族旅行。なんでも
- 1006 こういった地域の、自然、文化、生活に触れてみたかったという。

1008 ダン教授夫妻の定年旅行

1007

- 1009 ダン教授夫妻は、筆者たちの研究室を訪ねてくれた時からの 20
- 1010 年来の友人。永年インディアナ大学で原子核研究に専念。
- 1011 70 歳くらいになった時、研究の第一線を退き、その後は大学で
- 1012 原子核物理の発展史をまとめる仕事をしているという。
- 1013 ある時、アラスカ旅行の話をしてくれた。一週間か 10 日位の旅
- 1014 行かと思ったら驚いた。3ヶ月程、夫妻で車を運転しながらの気ま
- 1015 まな旅を楽しんだという。
- 1016 アメリカの豊かさは、土地の広さだけでない。実に豊かな時間を
- 1017 もっている。日本人であれ、アメリカ人で、一日は 24 時間で同じ
- 1018 なのに、アメリカの人々は豊かな時間を楽しんでいる。
- 1019 時間の豊かさは、時間の使い方と気持ちの持ちようと思うが、や
- 1020 はり空間が狭いと時間もせせこましくなってしまうのだろうか。
- 1022 欧米の友人の数か月から 1年の旅を思うにつけ、日本の多くの
- 1023 人々のせいぜい4-5日の旅行のことを考えると、溜息がでる。
- 1024 深夜まで仕事に追われて過ごす。官庁の場合は、かなりの人が追
- 1025 われた振りをして過ごす。往復数時間の通勤地獄。

1027	しかし、ツアーのスケジュウルは過密で、せかされながら動く。
1028	自分の旅行であり自分の時間でありながら、旅行会社の決められ
1029	た通りに行動する定年旅行。疲れだけが残る。
1030	定年まで殆ど会話のなかった夫婦に、いきなり一緒に旅行といっ
1031	ても、話題もなく間がもてない。
1032	
1033	アメリカ西部で活力を養う
1034	筆者の定年旅行は、アメリカや日本の場合と全く異なっていた。
1035	1999 年に 63 才で大阪大学、核物理研究センター長(全国大学共同
1036	利用センター)他、10 指を超える要職を定年退官した。
1037	目指すは、念願の 120%研究再開、アメリカはワシントン大学の
1038	素粒子核研究所の客員教授の招待を受け、研究と大学院指導で1年
1039	の海外生活。管理職の傷を癒し、研究の活力を養った。
1040	週末は妻と海岸をドライブ、あるいは山野を歩いた。第2章で述
1041	べたハルパン教授や本章で触れたスノーバー教授の山荘に招待され
1042	愉しい週末を過ごした。
1043	アメリカの大学での研究生活は、本来の自分の時間を取り戻し、
1044	自分の日常の再開になった。あれから20年、現在も世界の仲間と
1045	の研究活動を愉しんでいる。
1046	
1047	4. 豊かすぎてみじめな毎日
1048	
1049	4.1. 衣食過ぎて貧しい生活

30-40 年たって定年退職、やっと自由な時間が持てて旅に出る。

1050	戦後、生きるために衣食を求めて苦節 20 年。息つく間
1051	もなく過食でメタボに悩み、スリムを求めて苦節 X 年。
1052	
1053	衣食の憂いなくメタボに悩む
1054	自分も周りも豊かになると身動きが取れなくなる。そのためには、
1055	不要不急な物や仕事を持たない事だけではない。まず自分自身スリ
1056	ムである事が大事だ。
1057	肥満は常に自分の体についてまわる不要なものだ。標準体重を
1058	20%超えると 12kg、不要な鞄 3 個を 46 時中持ち歩く事に相当する。
1059	車に乗っても飛行機乗っても同じだ。つねに 20%ほどの余計な
1060	空間を占拠し、20%余分なエネルギーを消費し、それだけ地球に負
1061	担を掛ける。要するにエネルギーを消費しコストがかかる。
1062	一方、総身に知恵も血も回りかね、頭脳労働も肉体労働も効率が
1063	落ちる。効率が2割減り、肥満の維持のためのコストが3割増えれ
1064	ば、効率をコストで割った生産性は半減する。事実、肥満は予算と
1065	エネルギーを浪費し、地球温暖化の元凶の一つだ。
1066	スポーツ車は、燃費は増えるがエンジンの回転速も増し、スピー
1067	ドがあがる。肥満は、燃費が増えて思考回転が減り、行動が鈍る。
1068	日常の食生活も、コレステロール(LED) や糖尿病の対策で楽し
1069	くない。自分の体と頭の性能が落ち、毎日の食事が楽しくなくてス
1070	トレスが増えて、更に体重が増える。
1071	

誰もが不幸せの格差社会

- 1073 20世紀は、生きるめに食料とエネルギーを求めて戦火が絶えず、
- 1074 地球と人類は大きな危機にあった。
- 1075 20 世紀後半、衣食の生産が急拡大。その結果ある国では、物が
- 1076 豊かで衣食が過ぎてメタボに悩む。炭素エネルギー急増で温暖化と
- 1077 異常気象の被害が深刻だ。再び人類と地球の危機。
- 1078 一方で、別の国では食料が買えず飢餓に苦しむ。多くの島棚国は
- 1079 海面上昇による埋没の危機にある。
- 1080 21世紀になり、矛盾に満ちた格差が益々広がる。持てる階層は
- 1081 メタボで、持たない階層は貧困で、皆が不幸せの格差社会。
- 1082 痩せる食事法や運動法など、肥満に関する沢山の本が出回り、い
- 1083 ろいろな方法が紹介されている。しかしいまだに解決してない。
- 1084 美食にこりだすと、エスカレートし、不健康にもなり、一善の米
- 1085 飯の深い味わいや、一匹のめざしの素晴らしい香りが解らなくなる。
- 1086 それで一貫千円のマグロもまずい。哀れな事だ。
- 1088 肥満の解決法は自然が与えてくれる一人分の食料を摂ることにあ
- 1089 る。食料は自然が与えてくれものだ。謙虚な気持ちになって、生き
- 1090 ていく為の適量の食事を適時に摂る。
- 1091 一人の活動を維持する食料の量は、その人の収入と関係ない。自
- 1092 分が働いた金であっても、一人分の適量を守り、自然に負担を強い
- 1093 ないことが地球に生きるモラルだ。

- 1095 現在、世界の穀物生産は年間 27 憶トンで、75 億人の世界人口を
- 1096 支えるのに必要な量の2倍に相当する。一方で世界の人口の8割の
- 1097 人々が食料不足で困窮している。
- 1098 多くの穀物が家畜に回され、それらを常食とする極めて少数の人
- 1099 が世界の穀物を独占している。
- 1100 一方、穀物生産にはそれなりのエネルギーを消費し、土地を要す
- 1101 る。これらの貴重な地球の資源が、地球の一部の人々によって消費
- 1102 され、温暖化のつけが地球の多くの人々にまわる。
- 1103 一般に、一部の人の高収入と高支出は、それなりの高エネルギー
- 1104 消費と高廃棄物 (二酸化炭素) 排出をもたらす場合が多い。それだ
- 1105 け地球に負担をかけている。当然許されることではない。地球は全
- 1106 ての人々を含む、自然界のものだ。
- 1107 同じく、一部の人の喫煙も、地球に負担をかけ、多くの人々に健
- 1108 康被害をもたらしている。

1110 ジョギングは0石3鳥

1111

- 1112 適度な運動はスリムな体に必須なことは今更いうまでもない。ま
- 1113 ず歩ける場合は歩く事だ。元々人間は狩猟であれ、農耕であれ、朝
- 1114 から夕まで歩いていた。10万歩程度ともいう。
- 1115 飛行機に乗り、新幹線を利用するのは仕方が無いとしても、歩け
- 1116 る所を車や電車に乗ることが多すぎる。歩けば、金はかからず、体
- 1117 のために良い。場合によっては時間の節約になる。

- 1119 福島県のいわき市に育った筆者は、よく海岸や山野を歩き、走っ
- 1120 た。週末には 20-30km に及ぶ。東京にでてきて中野から東大教養
- 1121 部のある駒場まで 7km を歩いて通学した。電車で、中央線、山手線、
- 1122 井の頭線と回り道をする道理は無かったからだ。
- 1123 大阪大学で核物理センター長を務めたとき、会議その他の管理職
- 1124 としての仕事をこなし、自分の研究や学生指導をこなすと終電や終
- 1125 バスを逃してしまう。ついにマイカーの車通勤にしたらたちまち体
- 1126 重は増え、体調を壊した。歩かない事による異常事態だ。そこで多
- 1127 忙な時ほど歩く事にした。自然に逆らうと得な事は何も無い。
- 1128 官僚がいまだに夜遅く居残って、居酒屋に行ってタクシーで帰る
- 1129 のは、よほど時間と予算が余って困っているからだ。地球の為にも、
- 1130 本人のためにも、予算と人を減らし歩く事をすすめたい。
- 1131 アメリカで歩く場合、道順と大体の距離を聞くと、歩ける距離で
- 1132 はないという答えしか返ってこないことが多い。車社会の国では、
- 1133 2-3km 歩く事は考えられない。それでいて、車でスポーツのジム
- 1134 に行っては、運動している。
- 1135 最近ではアメリカでも運動の重要性が認識され、朝夕ジョギング
- 1136 している人を良く見かける。いい事だ。
- 1137 筆者がワシントン大学に勤務した 1960 年代、車は週末にして大
- 1138 学からジョギングして自宅に帰った。ある日、パトカーに追いかけ
- 1139 られた。当時、街中を走る奇人はいても、筆者のような正常人は皆
- 1140 無。あれから半世紀、どこでもジョギングが普通になった。
- 1141 三つ子の習性は 85 歳の今でも続いている。自宅の前の海浜公園
- 1142 を3㎞ジョギング。スピードは遅くなったが、楽しく走れている。

1144	ジョギングは0石3鳥である。殆ど金がかからず、電気もガスも
1145	使わず、無料すなわち0石だ。しかも次の3つのメリットがある。
1146	体を筋肉質にし、代謝が増え、運動能力と健康が向上。有酸素運
1147	動による脳機能が増進と自由で前向きの発想。体と脳が爽快に働き
1148	500 円の粗食を 5000 円の美食にする、の3鳥だ。
1149	最近、フレイルが問題になっている。公私の交通機関が溢れ、歩
1150	く必要も場所も減って、運動機能が低下、心身脳が衰弱。医者と薬
1151	屋が多忙を極める。文明が行き過ぎてマイナス面が顕著だ。
1152	日常、ジョギングと歩く事は元々の自然の生活に戻る事、ここに
1153	挙げた3つの「得」は、新たに得るものというより、過度の文明に
1154	よって失なわれたもの回復といえる。本来の人間になることだ。
1155	
1156	4.2. 予算が多くて何もできない
1157	予算がなくて何もできないと嘆く。実は予算が多すぎ
1158	て、その消化が大変で、肝心なことをする時間がない
1159	
1160	予算消化に苦労。
1161	庶民はやりたいことを我慢して苦労して納税、それを基に、国も
1162	地方自治体も苦労して多額の予算を計上。一方、現場の公務員は苦
1163	労して過多な予算を使い切る。3者苦労して1両も得なし。
1164	何かというと「予算が無いのでできない」という。大学当局も大

1165 学教授も同じだ。やるべき事やできることが多々あるが、予算がな

1166 いか不足で、何もできないという。

- 1167 一方、国の予算も借金も年々増加。多くの国民は、国民の血税が
- 1168 国民にとって不要な所に使われていることに懸念を抱いている。ま
- 1169 ず国民生活を第一優先に考えるべきである。
- 1170 予算が無い事は何もしない事の口実にもなっている。実際には、
- 1171 工夫したり、やりくりすれば何とかなるものだ。
- 1172 一方、殆どの有識者と関係当局は、予算不足を嘆き予算増を力説
- 1173 する。日く、教育予算を増やせ。日く、研究開発にもっと予算を回
- 1174 せ。日く、高額医療に予算を増やせ。誰一人、不要不急の予算を減
- 1175 らせとはいわない。
- 1176 実際、研究で最も大切なことは、独創的アイデア、十分な考察と
- 1177 検討、試行錯誤などだ。ここで必要なのは時間で予算ではない。予
- 1178 算があって時間がないと研究が滞り、質が落ちる。
- 1179 一方、省庁や大学は、研究予算を重要視し、優れた研究内容より
- 1180 も大型予算の研究を重視する。それだけ国民と地球に負担をかけて
- 1181 いるのだが、教授も学長も予算獲得を重視する。
- 1182 実話1.筆者が核物理研究センター長をしていたある年、予算を
- 1183 あまり要しないある国際プロジェクトを提案したが不採用。大学当
- 1184 局は本音をいう。「予算が少なすぎてやる気がしない」。
- 1185 実話 2. ある大学の評価委員を務めた。学部長が研究実績を述べ
- 1186 た。X 研究 2 億円、Y 研究 7 千万円、等々。筆者が研究内容を質問。
- 1187 学部長日く「文科省から問われているのは予算額だ」。

- 1189 ここでは別の視点から予算の問題を考えて見たい。即ち、予算が
- 1190 多すぎて何もできない事だ。信じられないという人の為に、いくつ
- 1191 かの例を挙げる。
- 1192 IT(情報技術)革命は、あらゆる産業や生活に大きな変革をもたら
- 1193 した。10 分の1の予算ないし人手で 10 倍以上の仕事ができる。即
- 1194 ち、ある既定の事務処理がわずかの人数で短時間に済ませられるの
- 1195 で、多数の人件費や通信費が殆どなくてすむ。
- 1196 今まで通りの予算では多すぎる。それを決められた年度内に使い
- 1197 切る、すなわち消化する為に、最新の IT を導入できない。
- 1198 予算を余したら加点されるどころか減点される。仕方がないので、
- 1199 時代遅れのやり方で、予算消化に明け暮れる。
- 1200 創造的仕事は手付かずのままだ。子供なら(だから)解る「予算
- 1201 を減らす」利点は、特定の偏差値だけが高い高級官僚にはわからな
- 1202 い。予算が多過ぎて IT 化できないともいえない。
- 1203 研究予算とて例外ではない。予算を使うにはそれ相応のゆとりと
- 1204 時間が要る。予算にゆとりがありすぎると、その消化が大変で、じ
- 1205 っくり考えるゆとりや時間がなくなる。
- 1206 国民の血税だ。慎重に考え有効に使うのは当然の義務だが、予算
- 1207 の多寡が評価の対象となり、獲得予算の増にばかり目がくらむ。す
- 1208 ると研究が疎かになることが多い。
- 1209 研究の基本は、新しいアイデアや発想を持ち、独創的な方法を考
- 1210 案する事だ。それが正に研究の楽しさである。予算が多すぎて多忙
- 1211 を極め、研究の基本がおろそかになっては本末転倒だ。

- 1212 実験研究には、オリジナル(独創的)な装置が必須である。新し
- 1213 い性能の装置で初めて新しい世界が拓かれる。その為には種々考え
- 1214 ては試行錯誤を繰り返す事が必要である。
- 1215 当然、いい研究には時間がかかる。予算が多すぎると、それを年
- 1216 度に使い切る為に、既存の装置を購入して実験しては、既知のもの
- 1217 しか解らない。

- 1218 予算はかえって少なめの方がいい場合が少なくない。時間を掛け
- 1219 ていろいろ考え工夫を凝らすので、新たな展開が可能になる。
- 1220 教育は未来を造る大切なものといって、文科省も教育現場も予算
- 1221 増を叫ぶ。しかし、予算は多ければ多いほど良いとは限らない。
- 1222 教材が増え過ぎると、それをこなすだけで一杯になり、自分で考
- 1223 える時間がなくなる。自分で考えて試し、自分で解決する力を身に
- 1224 付けることが本来の教育だ。
- 1225 理科の実験でも、至れり尽くせりの装置がそろいすぎるのも問題
- 1226 である。理科の面白さは、自分で工夫して装置を作る事にある。そ
- 1227 して失敗し、再挑戦する。それが実験の楽しさだ。
- 1228 既存の装置で成功しても、自分がやったという達成感が湧かない。
- 1229 お仕着せの実験では、そのうち興味を失う。
- 1231 ここ数十年、予算を増やせの大合唱で、1000 兆円を超える負債
- 1232 があっても足りないから増やせと絶叫する。
- 1233 現実には、予算も2極化し、両極とも困り果てている。研究につ
- 1234 いていえば、一方は予算が多すぎて本来の研究する時間がない。一
- 1235 方は、研究する時間があっても実行する予算がない。

1238	再生する。予算の多過ぎる場合、予算獲得競争をやめるなり、予算
1239	返上を真剣に考えないと、自分も地球も滅びる。
1240	
1241	4.3. 十分過ぎて不幸せ
1242	
1243	過少の時代、時間をかけて達成しては充実感を感じた
1244	過多の現代、多忙過ぎて充実感を感ずる寸暇もない。
1245	
1246	過多の時代の不幸せ
1247	医療、介護、高齢化対策、大学の教官研究費、その他いろいろな
1248	局面で、過剰と過少がある。そして「過剰」と「過少」の 2 極化が
1249	色々な場面で顕著になりつつある。
1250	いわゆる格差社会の顕在化だ。4.1 節で述べた過食・肥満と飢
1251	餓・栄養不良は食生活での2極化である。
1252	特に最近は過少の問題が多々論じられ、マスコミをにぎわしてい
1253	る。不十分な医療や介護。行き届かない髙齢者対策。不十分な消さ
1254	れた年金。あまりにも少ない研究費ないし研究予算。多くの深刻な
1255	「過小」の問題が山積している。
1256	マスコミは競って「過小」の問題を取り上げ、格差社会の少ない
1257	方を問題にする。それでいて、マスコミ情報の「過剰」惨禍のこと
1258	は、知らないふりをするか気が付かない。

省エネルギーの基礎は省予算だ。それによって自分自身が復活し、

- 1259 朝刊夕刊合わせて本にしたら 500 頁を超え、エネルギーの消費が
- 1260 拡大。その新聞が論ずるのは、深刻な紙公害と温暖化対策の省エネ
- 1261 ルギー問題。有限不実行のオンパレードだ。
- 1262 実は、過剰がさまざまな深刻な問題を起こしている。過剰は個々
- 1263 人と地球の双方の健康、福祉、研究の為に良くない。ここでは、医
- 1264 療、高齢化、研究費の三点について過剰の問題を考えてみたい。

- 1266 過剰医療の悲劇
- 1267 官庁は医療介護や生活保護が行き届かないこと、すなわち「過
- 1268 小」を問題にして、非能率な対策をたて、無駄な予算を組む。
- 1269 医療介護は国民の生命に直結している。自分の保身ばかり熱心で、
- 1270 無能な社保庁や厚労省に任せるべきでない。
- 1271 医療の質・量の両面での増大とそれに伴う医療費や薬代の高騰は
- 1272 深刻だ。このまま厚労省に任せていては、保険が破綻しかねない。
- 1273 国民の負担増が避けられないという。しかし問題は医療費の増
- 1274 大に十分見合うだけの受益がないだけでない。弊害すらある。
- 1275 胃ろうをはじめ、チュウブと薬漬けなど問題だらけだ。誰もが
- 1276 無意味な医療の苦しみから解放されることが大事だ。
- 1277 身を削って苦労して収めた医療保険料が、長い年月にわたって
- 1278 身を削り苦労するために使われる。誰もがおびえる悲劇だ。
- 1279 厚生省も医師会も、本人のためという初心を忘れ、もっぱら自分
- 1280 の組織のためを考え、悲劇が続く。あってはならないことだ。
- 1281 筆者の父は皮膚科の開業医として 40 年余り、医療に携さわって
- 1282 きた。他の病院で丁寧すぎる治療を受け、それでも直らないので来

- 1283 る患者が多かった。医者によって作られた病気を治すのが父の仕事
- 1284 だったという。そういう場合、治療もせず、薬も出さず、ただ帰っ
- 1285 てもらう。当然金も取らない。
- 1286 人間には、何も人工的な医療を施さなくても、自然に回復する力
- 1287 が備わっているという。自然の回復を無視したり、それを妨げるよ
- 1288 うな人為的医療をしないのが本来の医だという。
- 1289 患者は、初めは不満だが、しばらくすると、お蔭で直りましたと
- 1290 いって感謝されるという。薬もエネルギーも使わない。したがって
- 1291 患者にとっては支出がないが、父には収入が入らない。
- 1292 我が家には、満足に寒さをしのぐ衣服も暖房も不十分。おかげで
- 1293 体が鍛えられ、学校は無欠席でとうした。患者にも医者にも、地球
- 1294 にも、医療は少ないに越した事はない。
- 1296 昨今の医療問題では、全ての人が高度な医療を十分に受けられる
- 1297 ようにする事が議論されている。その為に無駄な費用がかかり、エ
- 1298 ネルギーが費やされる。人々が薬害で苦しみ、地球が汚される。
- 1299 第一に取り組むべき事は、健康維持・増進であって、医療費増大
- 1300 では無い。費用を抑え、地球を汚さない。健康管理で病気にならな
- 1301 い体を造る。まっとうに働く人が報われない格差社会を廃し、フラ
- 1302 ストレーションの無い社会にする。
- 1303 医療のスタートは禁煙だ。日本では、毎年 12 万人位の犠牲者が
- 1304 でている。多くの大学ではキャンパスを禁煙にしない学長が教授に
- 1305 人気があるという。野党ももちろん国会禁煙にも反対だ。

高齢者問題の内実

- 1308 少子高齢化の問題が論じられるようになって数十年。日本の 65
- 1309 歳以上の高齢者は28%程度、世界の3倍で、超々深刻だという。。
- 1310 「現役世代が引退世代を支えるという仕組みが、急速な少子高齢
- 1311 化で破綻する」と四面楚歌。そもそも、年齢で現役組と引退組に分
- 1312 けするのは、不合理で間違った仕組み、早急に破綻して当然だ。
- 1313 高齢化対策のポイントは、誰もが云う女性活躍と同様、その能力
- 1314 の活用だ。実は高齢者は、年金内で相当程度の自炊生活を楽しんで
- 1315 いる。問題の本質は相応な活躍の場がないことだ。
- 1316 人間の種々の能力は加齢で増減する。老荘若の各々が、性、年齢、
- 1317 出自、等によって差別されず、実力に応じて活躍する機会がある。
- 1318 それが人権の基本である。
- 1319 活力維持・増進は、健康維持・増進と並んで、最も有効で地球に
- 1320 優しい解決法だ。人間が平均して 80 歳代まで十分な活力を維持で
- 1321 きれば、一挙に高齢化問題は解決する。高齢者の急増というが、高
- 1322 齢者の年齢を80歳に引き上げればすむ。
- 1323 実際、75 歳を過ぎても若々しく活躍する科学者もいる。90 過ぎ
- 1324 ても創作活動の盛んな画家も多い。厚労省内はともかく、現実には
- 1325 75-85歳程度まで十分に活躍する事が可能だ。政策や社会の仕組
- 1326 みは、それを妨げる事があってはならない。
- 1327 実際には、活力は個人差が大きい。それを一律に 65 歳前後の働
- 1328 き盛りを定年と決めるのは理に合わない。高齢化対策と称して生ま
- 1329 れてからの年齢で一律に活力・能力が衰えると決めつけ、予算とエ
- 1330 ネルギーを投入する。人類にも地球にも無益な事だ。

- 1331 パラリンピックは、WeThe15(世界の 15%)の層が、年齢に依らず
- 1332 活躍し注目を浴びた。一方、日本の WeThe28 の現役活動者の多くは、
- 1333 年齢故に活躍の場が少なく嘆いている。
- 1334 後期高齢者の問題は根本が間違っている。75 歳以上の高齢者は、
- 1335 それ以下の中低齢者より実体験で優れている。85 歳以上は戦争体
- 1336 験者で戦中戦後を生き抜いた極めて貴重な高貴高齢者だ。
- 1337 90 代の高齢者による実体験に基づいた健康維持の講演は、メタ
- 1338 ボの若い医者の話よりはるかに信用できる。80 代の現役科学者の
- 1339 講義は、60代の会議に明け暮れる教授の講義より迫力がある。
- 1340 科学研究者、詩人、画家、陶芸家、等々。優れた人々は尽きるこ
- 1341 となきその道を歩みつつ、ある時は指導に従事する。生涯現役だ。
- 1342 資源の乏しい地球上、全ての人々がその人の能力に応じて活躍す
- 1343 る世を造り、充実した日常を持つことが肝要だ。
- 1344 女性は無能力と決めつけ、女性教授は少なくて当然とうそぶく男
- 1345 性の無能教授は稀になった。一方、高齢者は無能力と決めつけ、高
- 1346 齢教授はなくて当然と胸を張る男女の無能教授はいまだに多い。

1348 恵まれた教授の不幸せ

- 1349 我が国の研究を主とする大学の教授の多くは、相対的に大変恵ま
- 1350 れて、定年まで優雅に過ごす。しかし決して幸せではない。
- 1351 米国では、ある教授は研究が一番だといって 70 歳位まで研究と
- 1352 指導を続ける。ある教授は 60 歳くらいで大学を辞め、山荘で読書
- 1353 とキャンプに精出す。ある教授は 50 歳くらいでビジネスに転向す
- 1354 る。すなわち、自分の意志で自分の充実した人生を歩む。

1355	わが国の多くの大学け	65 歳位の定年後け	どんかに頭脳が若

- 1356 く活発な教授でも、研究を続ける事は困難になる。一方で、頭脳が
- 1357 老化し何も研究していない教授でも、定年まで教授の地位にある。
- 1358 筆者の場合、現在 85 歳、国内外に研究職を得て素粒子核の研究
- 1359 に励んでいる。ただし、研究仲間も、指導する大学院生も海外が多
- 1360 い。但し、これはあくまで稀なケースだ。
- 1361 大学でも会社でも、組織の活力を維持するには、若さが肝要だと
- 1362 いう。頭脳が若く常に新鮮な発想をする人材だ。
- 1363 研究では、ある年齢以上になったら後進に道をゆずり、若い人の
- 1364 育成に努めるのが良いという教授がいる。しかしそれは自分が研究
- 1365 ができないいい訳だ。有能な若い研究者は、道は譲られなくても自
- 1366 分で道を拓く。また研究をやめた教授には育成する能力は無い。
- 1367 優れた人は何時も自分を更新し挑戦し、最先端で創造的な活動を
- 1368 する。一方、無能な教授は教授になった時点で目標を失い、研究か
- 1369 ら引退し無為に過ごす。進展を忘れた経営者は、成功体験に頼り、
- 1370 時代に後れを取るのと同じだ。
- 1371 この種の多くの教授は、研究の楽しみがなく、予算消化や委員会
- 1372 に明け暮れ、充実感なく過ごす。高給だが不幸せだ。
- 1373 教授は「教授会という城」に、教授会は「学問の自治」の砦に守
- 1374 られている。研究に励む教授を教授会から解放する必要がある。

1376

5. 整理からの解放

1377 5.1. 何も無ければ整理も不要

1378	いくら整理しても整理が限りなく続く。まず、必要
1379	そうな物を必要とする「頭と心」の整理が必要だ。
1380	
1381	溢れる整理法
1382	「整理」は永遠のテーマであり、尽きない話題でもある。という
1383	ことは、有効な整理法は無いという事を意味している。
1384	実際、さまざまな整理法や整理術について、沢山の本が出回って
1385	いる。整理に関する本はベストセラーが多い。
1386	多数の整理に関する本、そこで紹介されている、おびただしい数
1387	の整理法や整理術。何冊買ってやってみてもうまくゆかない。
1388	多くの本や、そこに書かれてあるさまざまな方法を「どう整理」
1389	したらよいかに困っているのが現状だ。
1390	整理法の著者は誰もが、これこそ究極の整理法だという。最近
1391	「超整理法」が現れた。しかし、後から次々に新整理法やそれを超
1392	えると称する本が出るのは、整理法の決定版が無いからだ。
1393	部屋には物が溢れ、書架は本で溢れ、その一角を何冊もの整理法
1394	の本が占める。悲劇というより喜劇だ。

- 1396 整理から解放されるには、整理する物を持たない事だ。何も無け
- 1397 れば、整理する必要も無く、整理や整理法でわずらわされる事も無
- 1398 くなる。しかし、現実的には、一大決心がいる。

- 1400 整理・整頓からの解放
- 1401 整理の基本は、整理することではなく、整理するものを持たない
- 1402 ことである。物がなければ整理の必要ない。
- 1403 物から解放され、整理から解放されるためには、次の3段階法が
- 1404 有効である。誰でも決心次第で実行可能だ。
- 1405 1. 考え方、すなわち心を整理して、整理をしないことを決める。
- 1406 整理はできないなら、整理をするだけ、時間の無駄だ。
- 1407 整理をしないと決めれば、整理をしなければという気持ちの負担
- 1408 も無くなり、「整理」のストレスからも解放される。物が溢れてい
- 1409 ても、整理ができていなくても、誰に迷惑かけるわけでもない。
- 1410 2. 毎日の必需品を除いて、物は全て再生利用や有効利用に回す。
- 1411 それだけ資源の節約になる。そうすれば物が無くなり、整理の必要
- 1412 も無い。こうして物の圧迫から解放される。

- 1413 3. どの整理の本も、必要なものだけを残して、それ以外の物は
- 1414 持たないことを強調する。問題は多くのものが必要だと思うことだ。
- 1415 その思いを整理する。

- 1417 実際は、大方の物はなくてもよい。IT ネット社会がそれを可能
- 1418 にした。時々必要なものはレンタルすればよい。常時必要な情報は
- 1419 ネットでアクセスできる。
- 1420 一生に数回着るか着ないかの礼服、振袖、訪問着等々、貸衣装で
- 1421 十分である。既にウェディングドレスはレンタルが主流だ。
- 1422 現在、持っているものも、日常使うものでなければ、売りに出し
- 1423 て有効利用してもらうのが理にかなっている。使える物の有効再利
- 1424 用は、手放す人、利用する人、地球の3者が得をする。
- 1425 都会に住んでいる場合、日常は車を使わない。それを保持して、
- 1426 車庫代を払い、税金を払うのは、どう考えても不経済だ。急な場合
- 1427 も、タクシーですむ。一人一人が車を持つ理由は全くない。
- 1428 週末に郊外に出かけるにしても、現地まで電車に乗り、そこでレ
- 1429 ンタカーすればすむ。渋滞に会わず、省エネルギーと省時間の双方
- 1430 が実現できる。

- 1431 物からの解放には、物をもっという心からの解放が肝要である。
- 1432 物を持たないことこそが心を豊かにする。車に限らず、物を持って
- 1433 いることは、誰からも地球からも歓迎されない。
- 1434 高級自家用車に乗って3密の有名観光地に行き、レストランでス
- 1435 テーキを愉しむメタボ夫妻。電車で行き、貸自転車で山里を訪れ、
- 1436 自作のおにぎりを味わうスリムな一家。どちらが「かっこよい」か
- 1437 は誰の目にも明らかだ。

1439 何もしないで豊かになる

- 1440 日常に必要な最低限の物以外を持たないためには、さらに決心が
- 1441 いる。物を買わない、増やさない、保存しない、即ち、何もしない
- 1442 という事を実行する。
- 1443 物を買うには、あれこれ選ぶ労力、それ相応の予算、それを置く
- 1444 場所、その他で相当の時間、空間、エネルギーが要る。地球環境に
- 1445 もよいことは何も無い。
- 1446 物を買わないことは楽なことのように見えるが、実は大変難しい。
- 1447 何時も何かを買う習慣がついてしまうと、何も買わないことは忍耐

1448	を要し、不安になり、かえって気が重くなりかねない。しかし、そ
1449	れは気持ちの持ちようだ。
1450	日常の生活に十分すぎる収入がある場合、ついつい物を買ってし
1451	まうが、買わないで豊かになればそれに越したことはない。
1452	整理からの解放は、物からの解放に他ならない。それは豊かな
1453	物から、豊かな心への転換だ。教養、投資、慈善事業、その他、い
1454	くらでも金の使い道はある。
1455	整理する物が無く、整理の必要も無くなった時、人々は自由な時
1456	間を取り戻し、人間らしい豊かさが実現する。
1457	
1458	5.2. デジタル情報で書類から解放
1459	文明の基礎をなす情報は、形ある書類に収められてい
1460	た。IT 革命は、人々を夥しい有形の情報から解放した。
1461	
1462	不要になった書類
1463	整理で困るのは、諸々の本や種々の印刷物である。多くの大学で

1464 は、教授室も研究室も、本や冊子などの書類で一杯だ。

- 1465 膨大な書類が、整理されないまま、山積されている。それが知的
- 1466 人間のシンボルだと思い込んで、本や論文を積ん読して惰眠をむさ
- 1467 ぼる教授が少なくない。
- 1468 人間は、個人としても集団としても、高度な知的活動をする。そ
- 1469 れに伴い、情報は多様多岐に亘り、質・量共に膨大になる。
- 1470 知的活動が活発になって、書類が益々増え、それを整理するのに
- 1471 時間が取られて、自由な知的活動が鈍ってくる。本末転倒だ。
- 1472 そこで書類の整理法が重要になってくる。書類の整理がまずいと、
- 1473 せっかくの貴重な情報が活用できなくなるし、書類探しで日が暮れ
- 1474 てしまう。
- 1475 1990 年代のデジタル情報革命は、書類整理法を完全に変えた。
- 1476 一つの小さなメモリーに書庫一つ分の情報を収められ、紙を媒体と
- 1477 する本や冊子などは急速に姿を消しつつある。
- 1478 インターネットの高速化と検索機能の驚異的進歩にによって、
- 1479 何時でも何処でも瞬時に世界の情報にアクセスる事が可能になった。。
- 1480 まさにユビキタスの時代の到来だ。
- 1481 書類が消え、情報は手元に置いておく必要がなくなり、書類の整
- 1482 理も不要になった。後は個人の気持ち次第だ。

- 1483 書類の山がないと落ち着かない自称専門家は、何時までも書類に
- 1484 囲まれて暮らしたらよい。教授室に本を並べて威厳を保ちたい教授
- 1485 は、それもよかろう。但し、最新の情報が得られず、時代遅れにな
- 1486 る事は必定だ。生産性が0だけでは済まされない。地球環境を破壊
- 1487 している分だけマイナスだ。
- 1488 デジタルの時代には、全く新しい整理法が必要になる。如何に効
- 1489 率よく必要な情報を発信し、検索・受信するかがポイントだ。
- 1490 デジタル情報の場合も、保存する情報量は最小にし、常に不要な
- 1491 情報を消す事が必要だ。書類を減らし、不要な書類は捨てるのと同
- 1492 じだ。また、情報の検索が可能なように、タグとキーワードが重要
- 1493 になる。

- 1494 現在、猛烈なスピードでデジタル情報の整理法が発展しつつある。
- 1495 自分の机や書棚がすっきりしても、パソコンのメモリーが膨大な情
- 1496 報で動きが取れなくては、元も子もない。

1498 新計画を審査する旧態の審査法

- 1499 大学では、新研究プロジェクト、大学院新設、新たな科学研究な
- 1500 どの費用を、国に予算申請する。その際、計画書と関連資料を含め

- 1501 て、大量の紙が使わる。その為の労力や郵送料などを合わせると、
- 1502 膨大なエネルギーが無為に消費され、地球を汚している。
- 1503 その殆どはデジタル情報として、各大学の Web サイトに置けばす
- 1504 むものだ。文科省は必要に応じて、その情報を見ればよい。
- 1505 それらの計画書と資料の冊子は各審査員に送られ、審査結果を紙
- 1506 の書類で報告する。これも全く無駄なエネルギーと紙の消費だ。各
- 1507 審査員は、大学の Web サイトにアクセスし、計画書を見る。その審
- 1508 査結果をデジタル情報として特定のサイトにおけばすむ筈だ。時間
- 1509 や労力は、主として計画書をよく検討することに使うべきだ。
- 1510 ここ数十年、筆者は審査や評価を担当する事が多い。そのたびに
- 1511 膨大な資料が送られてくる。時にはダンボールの箱で 3-4 個にな
- 1512 る。資料を読み終わった後、個人情報なので再生紙用に回すわけに
- 1513 もいかない。これだけは整理の仕様も無くお手上げだ。
- 1514 国際化が進み、研究計画、審査、協力などが国際的に行われる事
- 1515 が多い。デジタル情報革命がそれを加速した。海を越えた国の研究
- 1516 仲間と必要な情報はネットで共有し、相互に協力し、検討しながら
- 1517 研究を進める事ができる。。
- 1518 よく海外から研究計画の審査や評価が電子メールで頼まれる。全
- 1519 てデジタル情報なので、日本を離れていても、電子メールを受け取

- 1520 り、ネットで計画書を見ることができる。帰りの飛行機で審査報告
- 1521 書を書き、報告書を所定のサイトに書く。
- 1522 実話 1. 我が国の大学についての審査会、大きな机 3 つに山積み
- 1523 された各大学の資料が提示された。筆者は、紙をやめ、全てデジタ
- 1524 ル化することを提案した。資料を提出する大学、それを整理する官
- 1525 庁、審査する側のいずれも、無意味な労力が省ける。
- 1526 担当の事務官から意外なというより当然の答えが返ってきた。
- 1527 「私たちは 3-4 人で徹夜で膨大な書類の資料を整理し、こうして
- 1528 審査会に間に合わせました。デジタルなどのような面倒なことに費
- 1529 やす時間も人もありません」。
- 1530 実話 2. 多忙を生きがいとするある秘書付き「高官」に自分で PC
- 1531 で仕事することを勧めたら、同じような答えが返ってきた。「私は
- 1532 重要な役職で多忙、PC など習う暇はない」。
- 1533 実話3.「新しい研究」の推進を伝統とする某財団は、多くの学
- 1534 者が上京し、膨大な書類の「新」研究計画を審査をし、そのあとで
- 1535 豪華な食事会をする。デジタル審査のような自宅でできる「新」審
- 1536 査法は、伝統に反するので行わない。

1537	官庁には、「もの」が生きがいの人が多いよった。そんな人には
1538	整理する書類が無くなる事は、仕事を奪われる事を意味する。だか
1539	ら書類の山がメモリーチップに消えてしまう事に恐怖を抱く。
1540	
1541	整理しないでスペースを広げる
1542	これまでは整理をしてスペースを広げることについて書いてきた
1543	が、実は整理しないことによってスペースが広がるものがある。
1544	伝来の文化財、遺品や仏具、思い出の詰まった作品、恩師からの
1545	手紙などだ。100 年来の調度品には 2.3 節でふれた。それぞれに多
1546	くの思いと久しい年月があり、時空の広がりがあり、よって悠久の
1547	一瞬を生きる人々の心を豊にする。
1548	
1549	5.3. 衣服の要らない会話のおしゃれ
1550	集会や面談で大事なのは、スーツでも Zoom 用の照明
1551	でもない。内実のある会話やプレゼンがものをいう。
1552	衣装のおしゃれの限界

- 1553 いつも整理で問題になるのは、衣装である。人間として生きてい
- 1554 くかかぎり、衣装から解放されることはない。整理で最後に行きつ
- 1555 く所は衣装の整理だ。
- 1556 衣服や身の回りの物は、身を快適さを保つ上で必要なだけではな
- 1557 い。それらは身だしなみともいわれ、自己表現の重要な要素とされ、
- 1558 人間の社会生活や知的活動の上でも大切である。
- 1559 衣装と一口に言っても、上着、スラックス、スーツ、コート、セ
- 1560 ーター、ネクタイ、スカーフ、等々実に多様である。それに帽子や
- 1561 靴が加わる。全部で数十種類におよぶ。
- 1562 身の保温保湿の面からも、気象条件は春夏秋冬に晴雨雪雹があり、
- 1563 最近は頻繁に豪雨と台風がある。それぞれに適合する衣装を全部そ
- 1564 ろえたら、優に数百点は超える。
- 1565 人間の社会活動は多岐にわたり、それぞれで衣装が異なる。家庭
- 1566 用、作業用、スポーツ用、会社用、正装用、等々だ。しかも時々か
- 1567 頻繁に変える。自分では変えたくなくても、流行は年々変わり、そ
- 1568 れに反することは抵抗がある。

- 1569 自然と社会の多種多様な環境に対応するための、多種多様な衣装
- 1570 に、何種類かの時計やバッグを加えると、一人当たり数百点を超え
- 1571 る場合が普通だ。
- 1572 これらの身の回りのものの総数は個人差が大きい。ある元大統領
- 1573 夫人は靴だけで 2 千足とか。しかし、多くは日常使うので身近に置
- 1574 きたい。いきおいその整理が大問題になる。
- 1575 全て形のある物だから、書類と違って、デジタル情報にしてパソ
- 1576 コンに収納するわけにもいかない。物は多くなれば収納場所に困り、
- 1577 捨てれば地球が困る。
- 1578 多種多様な衣装も、有効利用できて初めて意味がある。そこで整
- 1579 理が必要になる。しかし実際は箪笥の奥や、収納庫の隅に寝かされ
- 1580 たままの場合が多い。
- 1581 本人もどんな衣装やアクセサリーを持っているかを忘れているこ
- 1582 とが少なくない。その場合は、不要の物なので、敢えて探したり思
- 1583 い出したりする必要がない。忘れたままでよい。
- 1584 空間・時間の有効活用には衣類の整理が肝要な事は、書類と同じ
- 1585 だ。しかしこれといった整理法はいまだに無い。解決法は、諸々の
- 1586 衣装や身の回りのものを減らす事だ。物がなくなれば整理も不要、

1587	整理や物探しに時間を取られる事もなくなる。時々必要な衣装はレ
1588	ンタルする。
1589	
1590	簡素な衣装のアメリカの大学研究者
1591	最近、ワシントン大学に一年ほど勤務した。飛行機でチェックイ
1592	ンできる一人 20kg の荷物で間に合わせた事は 2 章に書いた。本や
1593	論文を除くと、衣類は妻と 2 人で 10kg 以下。
1594	借りた一軒家の収納場所が殆ど空いていた。当然整理も物探しも
1595	ない。それで一年間、大学での研究に講義、ハイキング、家庭内の
1596	衣食住、その他、殆ど事足りた。アメリカ生活で購入したのは、防
1597	寒用のジャケットだけだ。これは日本に帰ってから20年になるが
1598	今も愛用している。これさえあれば寒さも風雨も万事に OK. 傘も
1599	いらない。アメリカ人は実に合理的に過ごしている。
1600	
1601	衣装のいらない会話のおしゃれ
1602	衣装や身の回りのものが少なくなり単純になってくるのは良いと
1603	して、どうしておしゃれをするかだ。高級品を身につけ、ブランド

- 1604 の衣装をまとい、人並みかそれ以上の格好をしたい。服のセンスが
- 1605 無くても、いや、無いほどそう思う。
- 1606 おしゃれは一つの自己表現だという。たしかにファッションショ
- 1607 ウの場合は 100 パーセントそうだが、普通は 10 パーセントかそれ
- 1608 以下である。会議や交渉で重要なのは言動であり、知的センスだ。
- 1609 豪華衣装はマイナスでさえある。
- 1610 国際会議で活発な議論に加わらず、後ろの方にいる立派なスーツ
- 1611 姿の日本人を良く見かける。会議で注目されるのは議論に参加する
- 1612 ことであり、その内容だ。
- 1613 会議の初めにはレセプションが、終わり頃には晩餐会がある。一
- 1614 応それなりの衣服で、何人かはパートナー同伴で現れる。ここでも
- 1615 大事なのも会話だ。相手の話を聞き、自分の考えをいう。
- 1616 会話で大切な事は知的教養とセンスである。相互の意見の交換を
- 1617 し、お互いの考えを発展させる事だ。それがいつまでも印象に残る。
- 1618 センスある衣装はそれなりにあってよいが、無くてもよい。
- 1619 人はさまざまな自己表現法を持っている。衣装や身の回りの物は
- 1620 ほんの一部だ。大切で有効なのは、知識力、考察力、表現力だ。

1622	ないので、いわゆる整理は不要だ。
1623	会話のおしゃれには頭の中をよく整理しておく必要があること
1624	はいうまでも無い。時間を使うなら、頭の整理に使うべきだ。
1625	
1626	
1627	6. 物を持たずに自由を持つ
1628	
1629	6.1 形あるハードな物からの解放
1630	IT と WiFi の充実によって、多くの形ある物や情報
1631	が不要になり、生活と仕事の環境が一新された。
1632	
1633	IT による物からの解放
1634	最近の PC・スマホとネット環境の進歩は、職場や日常生活を抜
1635	本的に変えつつある。
1636	わずか 1kg 程度のモバイル(ノート型)パソコンは、200 GB の
1637	ハードディスクを持ち、殆どの知的作業は、このパソコンでできる。
1638	同じくポケットに入るスマホさえ携帯していれば、日常の仕事も通
1639	信も問題ない。ニュース、音楽、動画にもアクセスできる。
1640	ネット環境は整備され、電池も 5-10 時間は持つので、まさにい
1641	つでもどこでも、仕事ができる。特に音質や画質を気にしなければ、
1642	音楽や映画を楽しむこともできる。世界のいろいろな人とのコミュ
1643	ニケーションも常時可能だ。

知的おしゃれは、衣装の何倍も効果がある。しかも形のある物で

- 1644 パソコンとネット情報は、人々を、沢山の図書や資料といった物
- 1645 や、研究所や会社といった場所から解放した。資料や本なくても、
- 1646 勤務先にいなくて、どこでも自由に知的活動ができる。

- 1648 筆者はここ 60 年にわたって、原子核・素粒子研究に携わってい
- 1649 る。最近のパソコンとネット環境が、日常の研究活動を一新した。
- 1650 まず、本や論文が身の回りから消えた。研究関連の文献、論文、
- 1651 贈呈された論文、全てはパソコンの中の書架にある。
- 1652 研究に必要な論文や資料は必要に応じて世界の図書館(ネット上
- 1653 にある) からダウンロードして、パソコン内の本箱に置く
- 1654 パソコン内の保存した論文・資料は、使い終わったら破棄して
- 1655 メモリーを空ける。ネットでアクセスできるので持つ必要がない。
- 1656 古い文献探しの他は、図書室にも行かない。すっかり身軽になっ
- 1657 た。教授室や自宅からは本や資料が消え、広々としている。
- 1658 実験・観測のデータもデジタル化されたものが殆どだ。データ解
- 1659 析も、理論計算も全て、コンピュータで行う。
- 1660 研究討論も、パソコンを持ち寄って、実験結果を液晶プロジェク
- 1661 ターで見せながら行う。時には国内外の大学・研究所の仲間と打ち
- 1662 合わせをする。Skype や Zoom で、顔を見ながらの討論だ。ネット
- 1663 は一気に研究の仲間を世界に広げた。
- 1664 こうして、本や資料から解放され、大学や研究室にあまり拘束さ
- 1665 れることなく、世界の仲間と自由に常時研究を楽しむことができる
- 1666 ようになった。科学者は所属する大学や社会から解放された。

- 1667 これらの自由と広がりは、独創的な発想が必要な研究活動にとっ
- 1668 ては、大変重要な事だ。もっとも、資料の山に埋もれ、狭い研究室
- 1669 に閉じこもって、閉塞空間に安住している教授も少なくないが。

- 1671 国際学会の変容
- 1672 身軽に国際学会に出かけられるようになったのも、パソコンとネ
- 1673 ットのお蔭だ。毎日の通勤鞄一つで海外に出る事は、2.3 節で述べ
- 1674 た。学会に必要な資料、研究成果、論文などは、全てパソコンに入
- 1675 れてあるか、ネットでアクセスできる。
- 1676 発表の準備も飛行機の中でできる。発表した ppt ファイルはその
- 1677 場で USB メモリーで会議の主催者に手渡す。互いにパソコンを見せ
- 1678 合いながら討論する。
- 1679 学会の参加登録、ホテルの手配、その他、おおよその事はパソコ
- 1680 ンさえあればできる。毎日メールをチェックするので、すぐ対応で
- 1681 きる。固定した住所・連絡先、研究室の秘書も不要だ。
- 1682 最近、筆者が大阪で国際会議を主宰した際、我が国の高名大学の
- 1683 教授に発表の英文抄録をすぐに提出するよう依頼した。日く「超多
- 1684 忙だが、1週間くらいで秘書に頼んで送ります」。筆者は彼が帰りの
- 1685 新幹線の中で書いてネットで送ることを想定したのが。
- 1686 我が国では、依然として科学の重要連絡を自宅や研究所に郵送し
- 1687 てくる官公庁や財団などが多い。変わる能力がない。
- 1688 人間の知的活動は、紙と印刷の発明で広域の情報伝達が可能にな
- 1689 り、電話ファックスによって画期的に進歩した。そして IT 革新に

- 1690 よって、第二の飛躍を遂げた。情報は瞬時に世界に広がり、世界の
- 1691 人々が情報交換と共有をすることが可能になった。
- 1692 こうして国際的な知的活動は、所属する組織や形のある資料から
- 1693 解放され、脱炭素の活動が可能にはった。

- 1695 新型コロナによる変革
- 1696 2019 年の秋に中国の武漢に発生したコロナ (COVID-19) ヴィー
- 1697 ルスは、瞬く間に世界に拡散、パンデミックとなった。
- 1698 コロナは発生したのか、あるいはさせたのか。いずれにしても世
- 1699 界の物質文明に大変大きな影響を与えた。コロナの犠牲者は大変痛
- 1700 ましい。戦禍や文化革命等による犠牲者に匹敵する。
- 1701 コロナによってはっきりしたことは、多くの作業がオンラインで
- 1702 可能であるということだ。リモートワークである。その可能性は十
- 1703 分知られていたが、コロナ禍でそれが現実に証明された。大学の教
- 1704 育や研究、公務や民間の各種事務は、殆どがリモートで可能だ。
- 1705 実際、筆者の主宰する素粒子核物理のセミナー討論会は、世界の
- 1706 研究者がオンラインで参加している。各種の国際会議もオンライン
- 1707 で行われるようになった。こうして費用の問題が解決した。
- 1708 オンライン会議やセミナーは、COVID-19 の前から部分的にあっ
- 1709 た。都合のつかない人々は自分のオフィスから参加し発表した。
- 1710 コロナ前、日本のある先端科学の財団でオンライン討論を提案し
- 1711 たが、その意味がわからず、わかろうともしなかった。

1712	コロナはいずれ収束し、対面の会が復活しよう。それ自体の意義
1713	は十分ある。しかし、常態化したオンラインの情報交換や会議は続
1714	くだろう。合理性がありエントロピーの法則だからだ。
1715	会社からは本社や各事業のオフィスが消えつつある。大学の研究
1716	室や官公庁のオフィスも殆どが不要であることがわかった。
1717	中央官庁の地方移転問題が一挙に解決した(筈である)。官庁は
1718	ネット空間にあれば、建物はどこにあってもなくてもよい。どうし
1719	ても対面が必要な場合は、その時間だけ部屋を借りればすむ。
1720	
1721	6.2 社会と情報からの解放
1722	世には夥しい情報があり人々とのつながある。人間回復
1723	には、これらの見えない「もの」からの解放が大事だ。
1724	
1725	豊かな情報で満杯の知の空間
1726	現代の文明は、20世紀から 21 世紀にかけて、電子情報の大革命期
1727	にある。世はまさに各種の情報で溢れている。
1728	もろもろの人間の知的活動は情報に関係している。したがって、多くの
1729	人間活動が情報革命によって大きく変りつつある。
1730	情報はソフトな物だ。ハードな形はないが、夥しい情報に知の空間が
1731	占拠されると、自由な知的活動に支障をきたす。
1732	情報革命は IT(Information Technology 情報技術)をベースにしてい

る。IT には、ICT (Information and Communication Technology 情報通信

技術)や IoT (Internet of Things もののインターネット)が含まれる。

1733

- 1735 IT 関連の諸機器の発展と進化は、はるかに予想を超えている。計算ス
- 1736 ピードは益々速く、データ量は益々増大している。
- 1737 2000 年に6エキサ(10億ギガ)バイトあったデータ量は、10年で2桁、2
- 1738 020年には更に 2 桁増えて、60ゼタ(60兆ギガ)バイトに急増。 津波のよ
- 1739 うに知の空間を席巻しかねない。

- 1741 IT によって、大学からは図書館が消え、各書斎からも書籍が消えつつ
- 1742 ある。避暑地でも新幹線の中でも常時世界の情報とつながっている。
- 1743 生活環境や社会構造は、IT によってすっかり様変わした、というよりそ
- 1744 の筈である。しかし、日本社会では、特に大学や官公庁では、電子化ペ
- 1745 ーパーレス化が遅々として進まない所が少なくない。

- 1747 21世紀になり急成長の遂げつつある AI (Artificial Intelligence 人工知
- 1748 能)は人間の脳の機能を持つ。自ら多くの経験を積み、膨大なデータをも
- 1749 とに学習し、高度な知的能力を身につける。
- 1750 状況に応じて、誰も考えたことのない新しい解決方法を考え、合理的に
- 1751 判断する。すなわち、独創性を身につけている。
- 1752 膨大な量の多種多様な「情報」が生み出され、自己増殖し、人間独自
- 1753 のものであるはずの「考える」機能をもつようになった。
- 1754 IT/AI によって世界のあらゆる情報が提供され、コントロールされ、AI
- 1755 は、それらの情報を基に独自に考え判断する。研究や企画の独創性や
- 1756 意義も、時代の最先端を行く AI が審査・判断してくれる。
- 1757 人間の聖域であるべき「知の空間」は IT/AI が占めるようになった。そ
- 1758 れは「物」が人々の実の3次元空間を占めることの相当している。

- 1759 人々は自由に考え、独自の発想を展開する余地がなくなりつつある
- 1760 それは、物で溢れて動きが取れない狭い部屋、動きが取れない常時渋滞
- 1761 の都市や、自由に行動できない過密スケジュールに相通ずる。
- 1762 情報と IT/AI からの解放が大切である。それは自分固有の自由な「知
- 1763 の空間」の復活に他ならない。

- 1765 人々とのつながりからの解放
- 1766 世の中にある見えないソフトな「もの」に、社会の人々やグルー
- 1767 プとのつながりがある。人は空間・時間の中で一人で生きているわ
- 1768 けではない。さまざまな人間関係のつながり中で生きている。
- 1769 IT の発達によって人々や各種の社会やグループのつながりが急
- 1770 増し、ある場合にはそくばくし始めている。
- 1771 人々が関与するつながりには、家族があり、自分の所属する会社
- 1772 やグループである。人脈ともいう。人は一人では生きられないのは、
- 1773 左右が支えあっている人の字が示している。
- 1774 21 世紀、IT 機器とネットの急成長により、人々とのつながりの
- 1775 環境が一変しつつある。たちまちにして世界に発信できるが、その
- 1776 かわりにさまざまな不要不急な情報が飛び込んでくる。
- 1777 研究と教育についていえば、常時、世界の研究仲間と連携協力が
- 1778 できる。自分固有の研究グループや研究室は不要だ。大学に所属す
- 1779 ることも必ずしもマストでない。
- 1780 優れた仲間や人脈は、高価な物や多額の金とは別の次元の貴重な
- 1781 ものである。権威はなくても実力のある師、賛成も反対もするよき
- 1782 友、それは大きな財産といえる。

- 1783 研究グループや仕事仲間という財は、中身によって良くも悪くも
- 1784 なる。これまではそれが硬直して、あまり流動性がなかった。現在
- 1785 は、変更や取捨選択が可能だ。
- 1786 物で溢れた空間では身動きの自由が無くなる。2-3流の師や仲
- 1787 間で溢れた人間環境下では、心のゆとりや発想の自由がなくなりか
- 1788 ねない。硬直した研究室やグループに閉じこもっていれば大海を知
- 1789 らない井の中の蛙になる。
- 1790 研究を主とする大学の場合、教授は自分の研究室ないし講座を持
- 1791 ち、ワンマン経営がなされる場合がある。
- 1792 研究室員は固く団結、教授も研究室員もいう事なすこと一色で、
- 1793 いつの間にか時代遅れになっていることすら気がつかない。このよ
- 1794 うな師や仲間からいち早く脱出する事だ。教授自身も自分の発展の
- 1795 為には自分の研究室(グループ)は無い方がよい。
- 1796 自由で豊かな発想や独創的アイデアには、固定・既定の人間関係
- 1797 はプラスどころかマイナスになりかねない。新鮮な考えは、異分野
- 1798 や 他大学の人との交流から生まれることが多い。新しい剣法の発
- 1799 展は他流試合から得られる。

- 1802 青空に浮かぶ一片の白雲は、身軽で自由に動く。一方、大きな集
- 1803 団の中の雲は、周辺の雲に癒着し身動きが取れない。
- 1804 昨今の大学や官庁を見るに、膠着した人間関係で心身の動きが取
- 1805 れなくなっている。省益あって国益なしという言葉に代表されるよ
- 1806 うに、自分の所属するグループ最優先で物事がすすむ。

1807	最先端の研究を標榜する大学で、教授が主宰する古風な研究室内
1808	に閉じこもっているのは大いに問題ありだ。開かれた研究室から新
1809	しい研究が拓かれる。ある党の殆どの派閥では、自由投票だ。
1810	毎日同じ仲間と同じ事をくり返す。前例を踏襲することにこだわ
1811	り、何も考えず、何も新しいことはしない。
1812	ある裁判官が冤罪について居直って答えた。曰く、「前例に従い、
1813	提出された証拠を見、双方の意見を聴き、定められた手続きを踏ん
1814	で合議して決めた。一点の非もない」。自ら考える自由をもたない
1815	裁判官は、ある意味で鎖でつながれた因人だ。
1816	
1817	大学はわが国の研究と教育を担う。官庁は、わが国と地球の将来
1818	を良くする責務を負う。それを全うする為には、硬直した人間関係
1819	から解放される事がポイントだ。そうすればそれを維持するための
1820	予算も労力も不要になり、それだけ地球が救われる。
1821	
1822	6.3. 豊かな無の世界へ
1823	
1824	有の世界は限界があり、満杯になれば身動きできない。
1825	無の世界は無限に広がり、自由な発想と発展が可能だ。
1826	
1827	豊かな物の文明から決別
1828	近代から現代にいたる文明の発展史は、主として有形の物が主体

1829 の文明の発展史である。

- 1830 物が主体の文明は、エネルギーの拡大・消費をもたらし、過多の
- 1831 二酸化炭素問題を解決できず、地球環境の劣化を招いている。
- 1832 最近になって、地球上の人々は、自らがよって立つ地球を犠牲に
- 1833 して、文明を築いてきたことに気付き始めた。
- 1834 地球温暖化、環境汚染、大量破壊兵器、森林破壊、喫煙・薬害、
- 1835 等々。地球規模の危機は多種で多様だ。その多くが、過多な物と過
- 1836 剰なエネルギー消費の現代文明に起因する。
- 1837 物が主体の文明とそれに基づく GDP の急拡大により、人口が急増。
- 1838 16 世紀頃までは 3-5 億人で推移した世界人口は、産業革命を機に
- 1839 一気に増加した。現在の世界人口は約70億人、2150年に100億人
- 1840 にせまる。19世紀初めから10倍増だ。
- 1841 世界の GDP と人口の増は、都市に集中化した。その結果、世界の
- 1842 街は物と人と二酸化炭素の3密になり、どこも酸欠で息苦しい。
- 1843 はからずも 2019 年に発生した新型コロナ感染症は瞬く間に全世
- 1844 界を席巻し、全世界を危機に追い込んだ。

- 1846 地球上の過多、過剰、過密の惨禍は、物が主体の文明への警鐘
- 1847 だ。生活環境も経済活動も大変容を余儀なくされている。
- 1848 豊かすぎる故に身動き取れない物質とエネルギーの文明に、早急
- 1849 に別れを告げ、それらを超越し、知と心の豊かな文化の向上を計る
- 1850 ことが肝要である。それは本来の人間性への回帰だ。

1851

1852 自然依生

- 1853 人間は地球上で生を営む。地球は一つしかない。したがって地球
- 1854 の中で、地球に依存して生きることが絶対条件だ。毎年繰り返す
- 1855 「数十年に一度」の異常気象は、地球の悲鳴であり怒りだ。
- 1856 地球は有限、したがって、エネルギー資源も廃棄物(二酸化炭素)処理
- 1857 場も限りがある。現在の物が主体の文明の在り方を考え直す必要がある。
- 1858 物がなくなれば、それを生産するエネルギーも不要になり、それだけ廃
- 1859 棄物の問題もなくなる。単純な物理法則だ。
- 1860 自然保全の観点から、自然の負荷軽減策として、炭素燃料の削減
- 1861 や省エネルギー化等が努力中だが遅々として進んでいない。
- 1862 人々は、ある時は自然征服を、ある時は自然改造を目指し、いま
- 1863 は自然共生で持続させるという。依然として上からの目線だ。自然
- 1864 は2足で歩く放蕩息子・娘に困り果てている。
- 1865 人間は自然の一部で、自然の上に立つ立場でも、対等のものでも
- 1866 なく、自然の中で自然に依拠して生きる生命体だ。
- 1867 人間が自然を生かすにではなく、自然に生かされる。したがって
- 1868 自然との共生ではなく、正しくは「自然依生」だ。
- 1869 自然依生の大事なポイントは、ハードな有形の物が主体の文明か
- 1870 らの決別だ。自然界の中に在って、豊かな知性と心を主とするソフ
- 1871 ト文化にシフトすることが大切である。
- 1872 エネルギー消費型の見える物の豊かさから、エネルギーに依らな
- 1873 い見えない心の豊かさを目指す。そうすることで、自然にやさしく
- 1874 するのではなく、自然からやさしく受け入れてもらう。
- 1875 21世紀は、前世紀に急成長した豊かな物が主体の文明から決別する
- 1876 世紀にする。コペルニクス的発想の転換だ。

1877 発想の転換で、有形の物とエネルギー消費を大幅にへらし、無形 1878 の心の豊かさに満ちた、人間性を取り戻した生活が実現できる。

1879 1880

文明開化から文化開花へ

- 1881 現在の先進国では、18世紀の産業革命から 19-20世紀の電気・
- 1882 原子力・IT 革命を経て、物が主体の物質文明が全盛だ。その最先
- 1883 端を行くのがアメリカで、1周遅れの中露が国をあげてそれを追う。
- 1884 日本は、安土桃山、江戸、近代という文明文化の展開を経て、太
- 1885 平洋戦争の惨禍を乗り越え、現在は物質が優位の文明の最中にある。
- 1886 16 世紀末には、秀吉の大衆向きの黄金の文化に対して、千利休
- 1887 の侘びと称する特殊な文化が対立した。
- 1888 19世紀から20世紀の世界は「有」の諸文明が大隆盛した一方で、
- 1889 異種文明の衝突や、限られた有(資源、土地、海など)の争奪戦が
- 1890 あり、大受難の世紀でもあったともいえる。
- 1891 21 世紀になっても限られた有をめぐり、争いが絶えない。大国
- 1892 の覇権争いも有と有との衝突だ。

- 1894 エネルギー消費型の物が主体の文明の豊かさから、エネルギーに
- 1895 あまり依存しない、文化の豊かさへの転換が肝要だ。
- 1896 最近の IT 革命は、エネルギー消費型の有形の物が主体の文明に
- 1897 対する考えを大きく変えた。身の回りに物がなくても、IT ネット
- 1898 を通して世界の多くの科学、情報、音楽、映像などが手に入る。

1899	自然は包容力がある。発想の転換で、有形の物とエネルギー消費
1900	を年々10%減らせば、自然依生は十分可能だ。それは無形の心の豊
1901	かさと人間性を取り戻した、文化重視の生活だ。
1902	
1903	現代は、科学、芸術、文学という諸文化が発展向上し、無形の価
1904	値の創造が盛んである。IT/AI の 21 世紀、これまでの有の文明開
1905	化から無の文化開花への転換は十分可能だ。
1906	
1907	有即是無無即是有
1908	有は空間と時間を満たし、新たな有を生まない。無は無限の広が
1909	りがあり、新たな有を生む。「有即是無 無即是有」である。
1910	この考えは、般若心経にある仏教の根本思想の「色不異空 空不
1911	異色 色即是空 空即是色」の考えと共通する。
1912	世の中の全ての物(色)は、恒常ではなく、縁起によって出現し
1913	ており、有形の物は空に帰する。すなわち色は空に帰し、その空に
1914	色が顕れるという輪廻の思想だ。
1915	さまざまな「有」から心を解放し、自由に発想することによって、
1916	新たな価値が生まれる。それは有の文明から無の文化への転換だ。

宇宙は超々微小の点から出発した。ビッグバーンによって急膨張

し、138 億年たって現在の宇宙がある。そこに地球が生成され、人

間社会がうまれ、スマホがあり、恋がある。

1917

1918

1919

1922	ネルギーの塊から生まれた。やがて無となって消えてゆく。そして
1923	再び集まって物質が生まれ、星になる。
1924	地球が生まれて 45 億年、文明を築いたのはその百万分の 1 の
1925	5000 年、物質過多の現代はその 2%に過ぎない。
1926	一人の人間が存在する 100 年は地球の年齢の 1 億分の 2 だ。まさ
1927	に一瞬である。無に近い。そして消える。有即是無だ。一方、100
1928	年の一瞬の生は発想の転換で無限になる。無即是有だ
1929	
1930	
1931	
1932	
1933	
1934	
1935	
1936	
1937	

現在の宇宙内のさまざまな有形物は、元は無形で、超々巨大なエ

1941 あとがき

- 1942 18世紀から19世紀にかけての産業革命、20世紀の電気通信
- 1943 と原子力の登場、21世紀にかけての IT・AI 革新。
- 1944 これらはいずれも科学技術の革新によるものだ。しかし、同時に
- 1945 社会構造を一新し、物中心の考えが広まった。
- 1946 3種の神器 (テレビ、洗濯機、冷蔵庫) や3C (カラーテレビ、
- 1947 クーラー、カー・車) は物がなかった昔の話。今は、物は益々多種、
- 1948 多様、多機能になり、生活は益々便利になった。
- 1949 我が国が今日あるのは、戦中・戦後を生き抜き、努力を重ねてき
- 1950 た人々による。高貴な高齢者だ。その方々の努力が実って、生活水
- 1951 準は向上し、豊かな物質文明の到来した。
- 1952 しかし、世代が変わり、行き過ぎがあり、20 世紀の終わりころ
- 1953 にはバブルが発生。それが崩壊しても、エネルギー消費と二酸化炭
- 1954 素は増大の一途。そして心の豊かさは減る一方。
- 1955 人間を幸せにする筈の物質文明は、人間の自由な行動を奪い、心
- 1956 を触んでいる。このままでは、人間を育み支える筈の地球をも滅ぼ
- 1957 しかねない。その時、人間が消える。

- 1958 本書の 6 章、各 3 節、合わせて 18 の提言が、地球と人間の再生 1959 にいささかでも参考になれば幸いである。
- 1960 いずれの提案も、エネルギーや予算を要しない。したがって再生
- 1961 エネルギーの開発も転換も要しない。地球に生きる人としての思考
- 1962 法を再生させ、本来の発想に転換することだ。

1964 筆者はここ60年にわたり、素粒子核物理研究にたずさわってい

1965 る。欧米の大学で研究や研究指導を通して多くの友人を得た。海外

1966 生活の経験や、海外の友人との研究を通して、多くのヒントを得た。

1967 妻の美也子は、60 年にわたって、海外や国内での研究生活に理

1968 解を示し、物がなくても豊かな生活を築くのに貢献している。

1969 本書の提言は、海外の科学者との会話や薄給の学者生活を支えた

1970 妻の知恵による所が多い。海外の友人と妻に深く感謝する。

1971

1963