



# 動的平衡 : ゆらぎ

Dynamic Equilibrium

永田円了

生き年生けるもの全てのいのちは、毎分毎秒刷新を繰り返している。たとえ静止状態にあるようなものでも、その内部ではダイナミックなエネルギーの躍動が起こっている。この新陳代謝は、例えば、人の細胞（原子）を例にあげれば、その98%は1年で入れ替わる。

## “平衡系”の日常構造

平衡系とは、動きがなく固まった状態のことを言う。今までの自分に揺さぶりをかけてくと判断するものには、全て見ざる、聞かざる、言わざる、で対処する。その日常には、感動したり、驚いたりすることなど何もない、ヨレヨレの退屈な毎日があるだけ。そんな日々をモソモソ生きて年をとる。

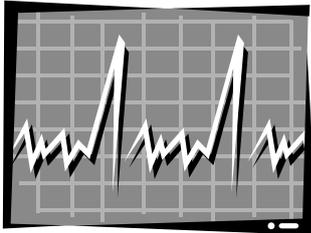
## “非平衡系”（動的平衡）の日常構造

エネルギー値の高い人、自分にとって魅力的な人と行動を共にすることによって、自分の中に“動的平衡”状態をつくる。素直な驚き、素直な疑問、自分独自の仮説、過去の出来事にクヨクヨしない不退転のスタンス、自分の身边に起きる出来事への深い関心、予測不可能なことがらを楽しんで受け入れる心の強さ、をもった日常を生きる。



## “ゆらぎ”

性能がよく、ただ正確な時計は外からの衝撃に弱い。まじめで成績もよく、ただ優秀さのみを目指したひとに“うつ”が多い。ここに面白い実験がある。健康な人の心電図は、一見規則的に見える。しかし、よくみると、そこには少なからず不規則な“ゆらぎ”が存在する。逆に自律神経失調症の人の心電図は、全くこの“ゆらぎ”はなく、ただ正確な波長が刻まれている、との結果である。



ゆらいでいるから、外から内に入ってくる衝撃をうまく受け入れることができる。“ゆらぎ”は、このクッションの役割をしていると言える。

### <事例>

イリヤ・ブリゴジン(1917-2003年); ノーベル化学賞、平衡系 vs. 非平衡系  
 ブルック・シールズ; 自らのうつを語る Actor's Studio より  
 宮崎あおい; 現場の空気で作作り  
 『ゆらぎ』、健康な人の心電図にはゆらぎが、自律神経失調症の人は規則的で正確  
 映画「コンタクト」より、アロウェイ博士が、平衡系から非平衡系に変わる  
 田中泯; 動きだけで、踊りにならない、踊りを固定しない  
 ジョン・健・ヌツオ; ピアニシモ(弱)の中にもエネルギーの躍動がある  
 『分岐』; アリの実験、ソメイヨシノは分岐から生まれた  
 宇崎竜童語る、殻を破り続けてきた  
 矢沢永吉語る、人生は揺さぶり、棺桶に入ったとき静かになる  
 福岡伸一; 人は何故学ぶことが必要なのか、『動的平衡』 木楽舎 2009年  
 クローズアップ現代「食がいのちを救う」 - 崩壊する日本人の食  
 料理家・辰巳芳子語る、食べることは、いのちの仕組みに組み込まれていること  
 アンリ・ベルグソン; 我々は大部分の時間『外から動かされている』と言える  
 森進一; 「川の流れのように」、曲がりくねった道、地図さえない、これもまた人生

