

# 具体と抽象 第2章

作脳と宇脳を繋ぐ思考の技術

思考の循環を生み出す、現代の知性

思考を加速させる鍵。結論は一つです。

具体

抽象

# 具体と抽象の往復

どちらか一方に留まるのではなく、この「往復」が回り出すとき、思考は一段上に上がります。

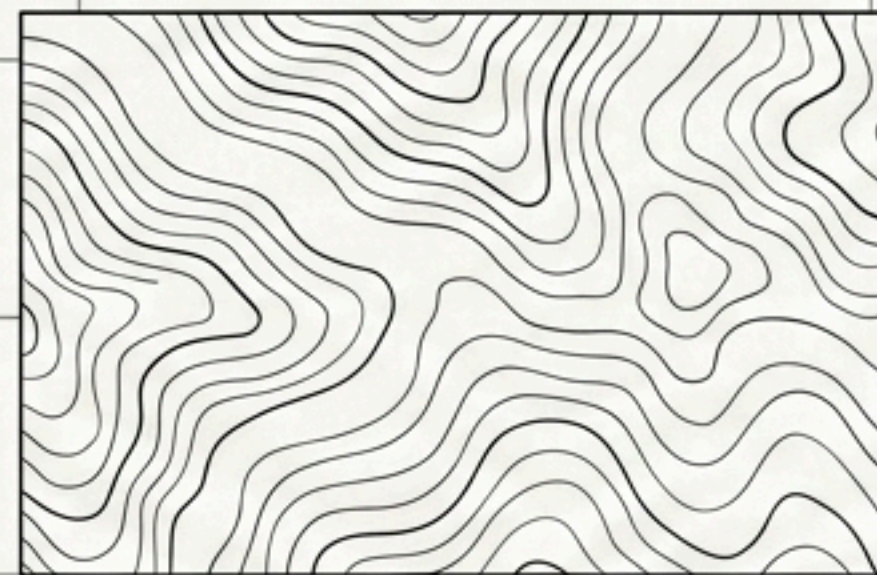
## 2つの視点の定義

### 具体 (Specific)

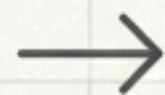


- ・ 輪郭のあるもの
- ・ 数値、事実、行動
- ・ 触れることができる情報
- ・ 例：地図における「現在地」

### 抽象 (Abstract)

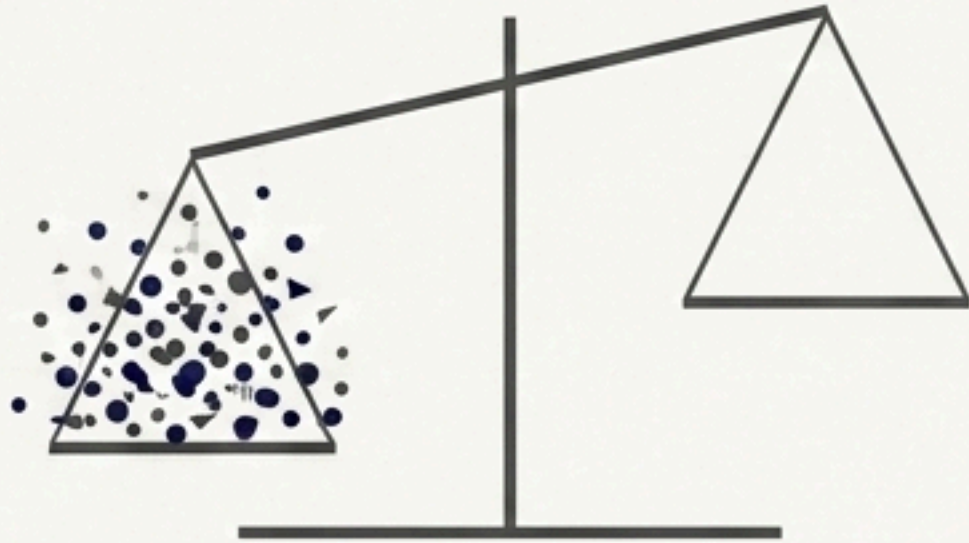


- ・ 意味、構造、関係性
- ・ 輪郭を外した本質
- ・ 例：地図における「全体地形」



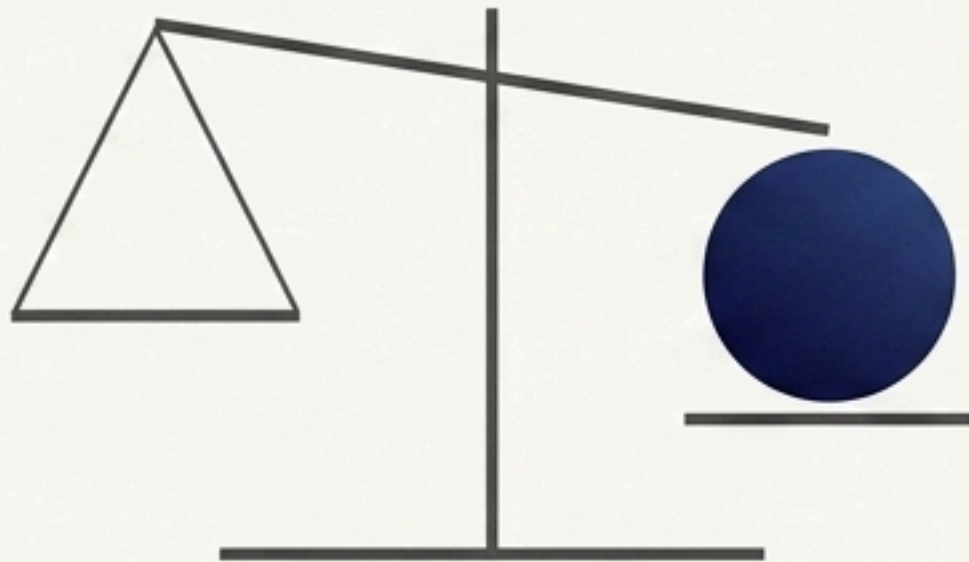
現在地だけでも、地形だけでも動けない。往復して初めて、前に進める。

# 思考が停止する「偏り」の2パターン



## ① 具体だけ

細かいが、本質が見えない。  
(現在地に縛られ、迷子になる)

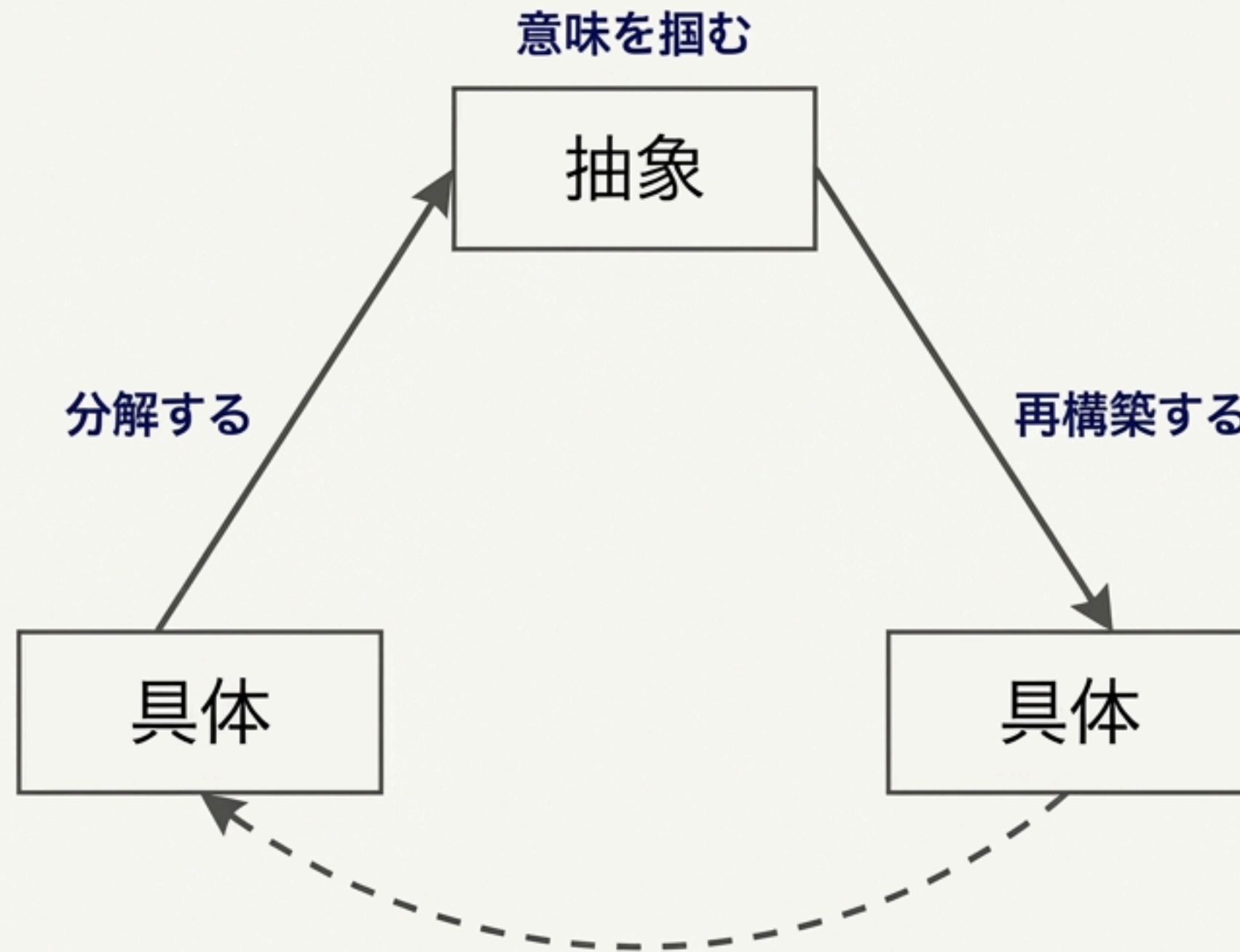


## ② 抽象だけ

語れるが、現実を動かさない。  
(空から眺めるだけで、一歩も歩かない)

結論：どちらの極端も不完全。

# 思考の循環 (TAOISM)



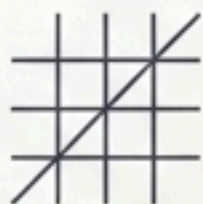
この流れが回ることで、  
以下の3つが可能になる。

1. 理解
2. 再現
3. 応用

# 循環を回す「4つの思考技術」



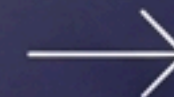
- スキル：接続
- アクション：共通点を見抜く



- スキル：構造化
- アクション：整理する



- スキル：抽象化
- アクション：圧縮する

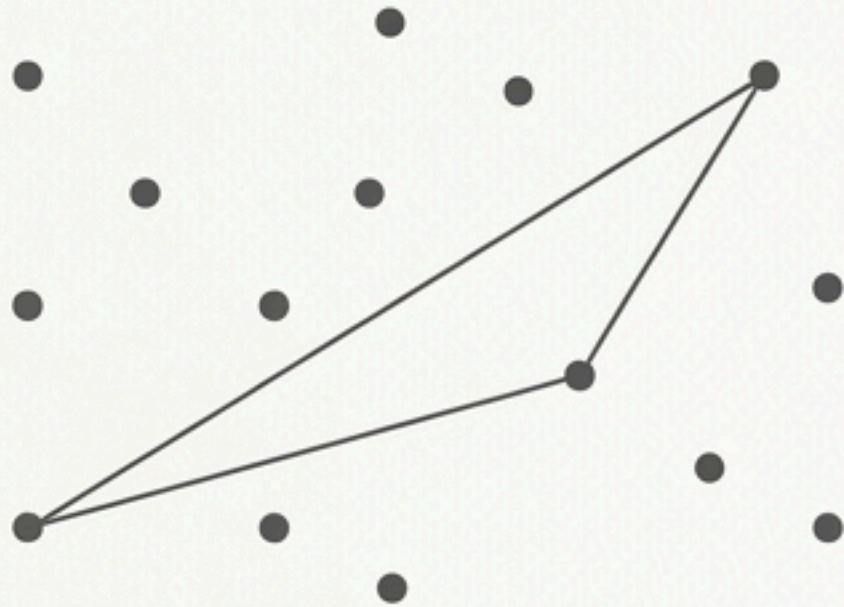


- スキル：具体化
- アクション：再現する

# 技術解説 1: 混沌から秩序を生む

## Phase 1: Connecting

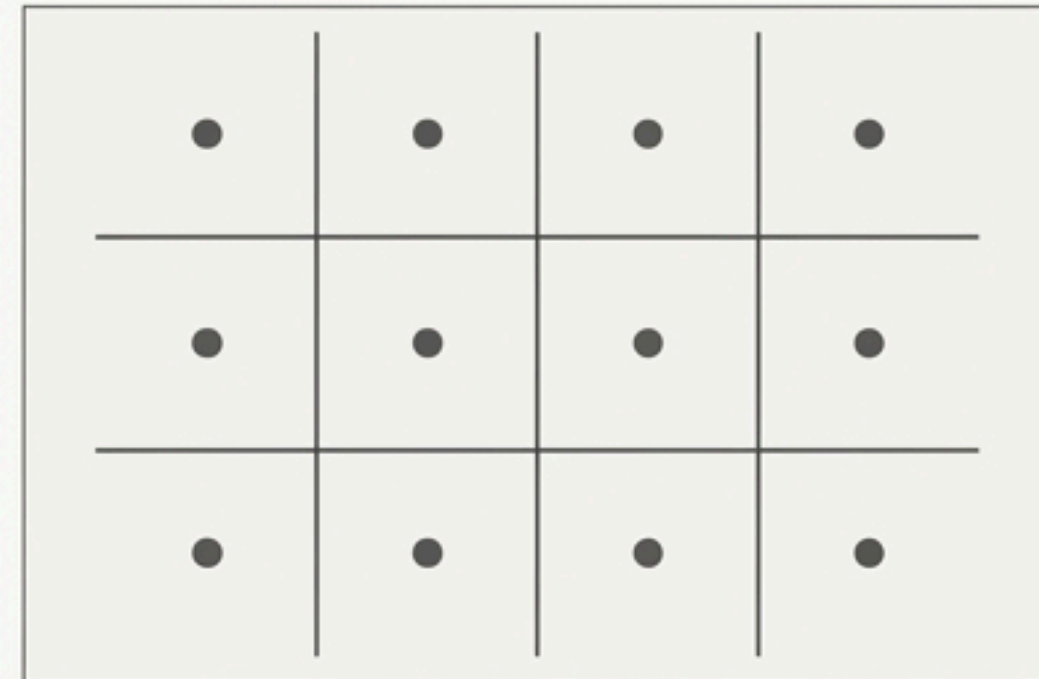
### ① 共通点を見抜く力（接続）



- バラバラのものを繋げる。
- 無関係に見えるものに線を引く。
- 【結論】これが「発想力」の正体。

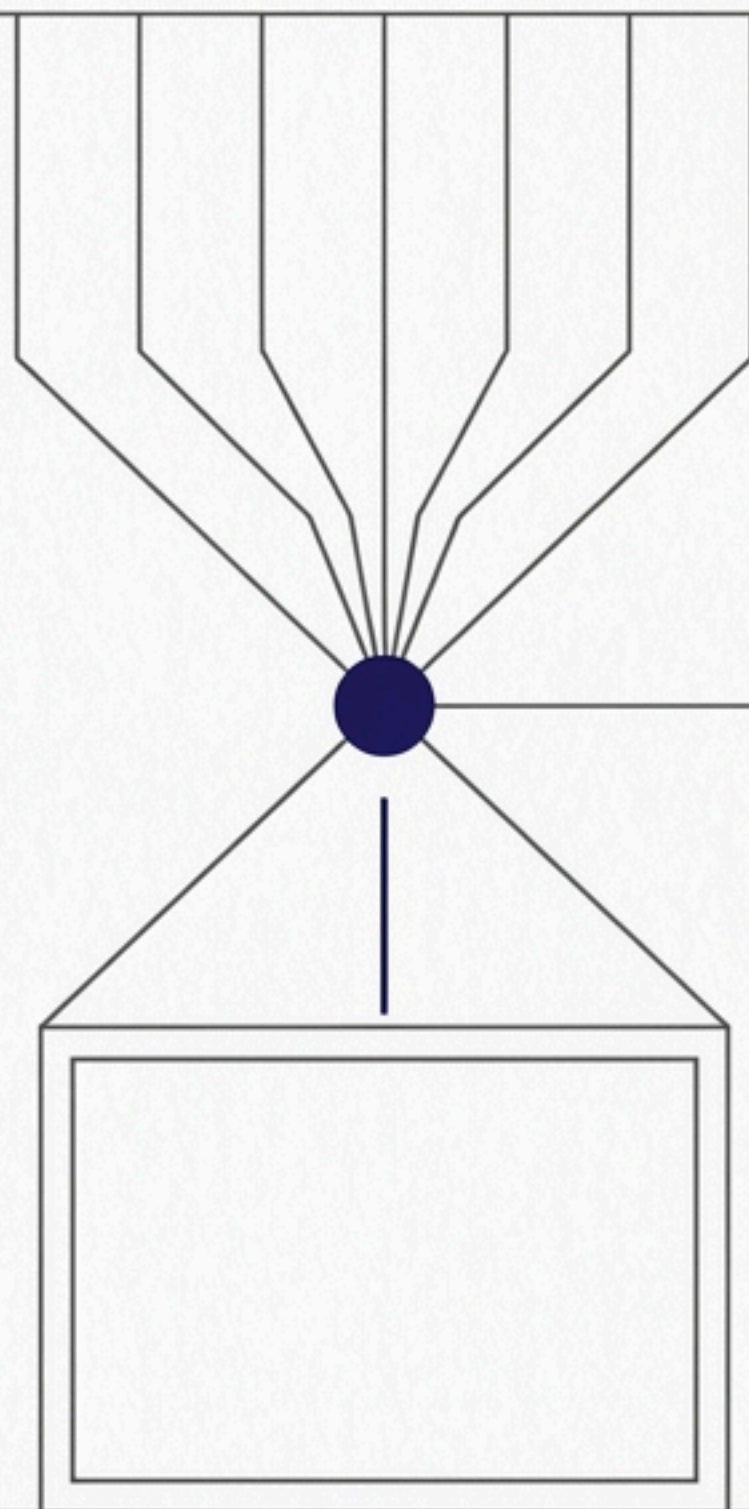
## Phase 2: Structuring

### ② 整理する力（構造化）



- 情報はそのままと使えない。
- 分類する、分ける、位置を決める。
- 【結論】これだけで思考はクリアになる。

## 技術解説 2：本質を抜き出し、移植する



### ③ 圧縮する力（抽象化）

- 長い話を一言にする。
- 「つまり何か？」を瞬時に出す。
- この抽出速度が、知的強さの指標。

### ④ 再現する力（具体化）

- 成功は偶然ではなく、構造がある。
- 「なぜ当たったのか」「どこを抜き出すか」を見極める。
- 【結論】見抜いた構造を、別の場面に移植する。

# 作脳と宇脳の役割（核心）

人の思考には、二つのモードがある。  
これは単なる左右の話ではなく、発信・受信・処理・意思決定の「循環の質」そのもの。

## 宇脳（受け取る脳）

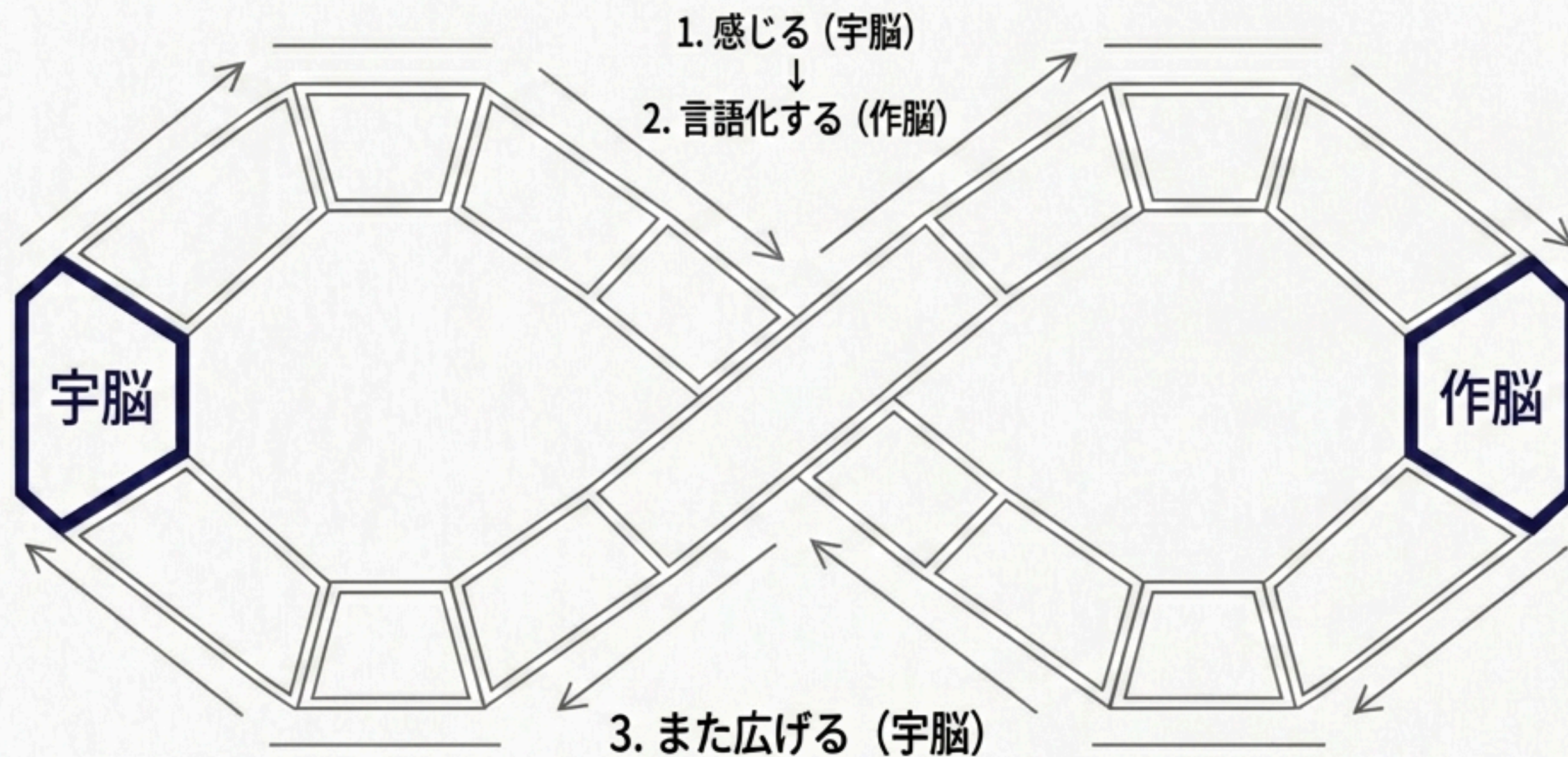
- ・感じる
- ・広げる
- ・全体を捉える
- ・可能性を見る

## 作脳（作る脳）

- ・整える
- ・言語化する
- ・形にする
- ・決断する

# 知性のエンジン（本質的な流れ）

宇脳 → 作脳 → 宇脳



この絶え間ない循環こそが、知性のエンジンとして駆動する。

# なぜ今、この循環が重要か

これから価値が下がるもの（AIの領域）

- 計算
- 整理
- 論理処理

人間に残るもの（人間の領域）

- 視点
- 意味
- 仮説

結論：宇脳 × 作脳 の連携こそが、これからの時代における「人間の価値」になる。

# 日常での鍛え方（特別な訓練は不要）

「好き」を分解する  
↓  
→ どこが？なぜ？

店を観察する  
↓  
→ なぜ流行る？

今日を一言でまとめる  
↓  
→ 本質は何か？

売上を想像する  
↓  
→ 客数 × 単価の構造は？

# 訓練の先にある「変化」

**正解がなくても  
動けるようになる。**

Step 1:  
視点が変わる

Step 2:  
判断が速くなる

Step 3:  
迷いが減る

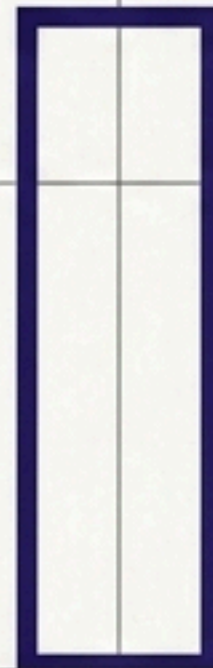
# TAOISMの結論

TAOISMは「整える」思想。思考もまた、整える。

作脳を整える



宇脳を整える



往復を整える



この三つが整った状態こそが、現代における知性である。

最後に。

あなたは今、  
細部に埋もれていますか。  
全体だけを見えていますか。

それとも、行き来できていますか。

**この一歩が、思考を変えます。**