



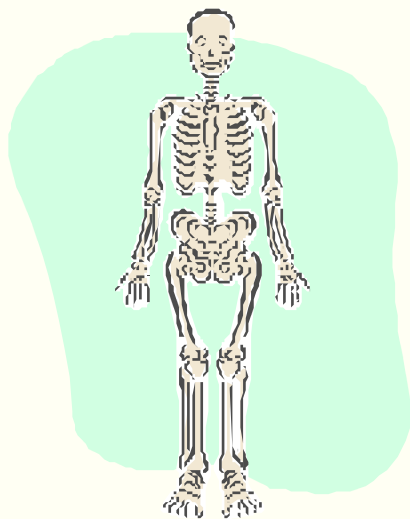
不思議の國の人間学 二

「こころ」の在処

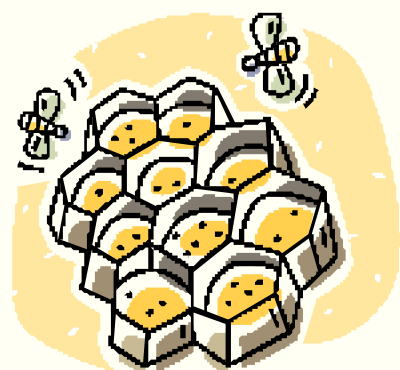


十一月号で書いたものが非常に不評であった。編集者からもほとんど却下される事態に発展してしまった。あまりにも無味乾燥な幸福論であつたかららしい。それでも私は懲りることなく、脳の科学から見た様々な世界を紹介してみたいと考えている。今回は「こころ」が何処にあるかと言うことを説明したい。

現在の医学教育の現場でも、人の心というものを勉強することはほとんどない。現代の西洋医学は19世紀に台頭した「人間機械論」に基づいて成り立っている。人は様々な部品の集大成で、病氣というのは部品の故障だから、故障した部品を修理したり、交換すれば病氣が治るのではないかと言う論理である。最近の医療制度改革で、治せる病氣を治



すところを病院というようになってきているのも、この考え方に基づいているのかも知れない。国の方針も治せなくなったらスクラップにしると言わんばかりである。医学部の授業で、解剖の実習があるが、どんなに探しても「こころ」が見つからない。存在しない部品を修理することは基本的に医学の範疇ではないのかも知れない。一方、私達は「こころ」で感じる喜怒哀楽を持ち、多くの時間それにとらわれた人生を確信的に送っている。そして、交わらぐものに出会いたいとも思っている。医学的に「こころ」とは「脳神経細胞のノイズ(雑音)」と言つてのけた生理学がいたが、それは実はあながち嘘ではない。人の脳では1000億個もの細胞が外からの刺激に対して何らかの反応を起こしている。その出力の様式の総和が「こころ」と言うものであると最近では考えられるようになった。言い換えるなら、「こころ」は体に存在するものではなく脳の状態と言うことである。脳は大きな「蜂の巣」のようなものと言えるかも知れない。蜂一匹が神経の細胞の一つであると考えてみて欲しい。一見無秩序にも思われる一匹の蜂の行動が、数万匹ともなると何か意味を持ち始める。蜂巣を突けば、何百匹が一丸となってこちらに向かつてくる。その全



体の行動様式を、例えば「怒り」と言うこともできる。花の在処をハの字ダンスをして巣の中の仲間に教えることはよく知られているが、たくさん密を集めることができておきの一群の蜂の様子を「しあわせ」と言うこともできるし、それがうまく伝わらなかつた場合、「認知障害」と言うこともできる。また、蜂には様々な役割分担ができておき、それが知られている。それら役割の異なる一群の蜂が行動を始めたとき、蜂の巣全体の持つ秩序が変化する。それが喜怒哀楽に代表される蜂の巣の「こころ」と言うことができる。脳神経もまだすべてが解明されたわけではないが、様々な役割分担があり、感覚の入力に対して様々な反応し、活性化され、その反応の総和を「こころ」と私達が感じていることは確かかなようである。細胞の反応様式は、遺伝子的に生下時にすでに決定されているが、環境、経験、身体状況によって活性化される部位や程度が変化する。だから、一人一人異なつた出力系としての「こころ」の反応に違いが出ると考えられている。脳の一部が優位性を持つて他の神経を支配しているのではないので、1000億個の細胞の反応の総和というわけである。

(裏面へ続く)

(続き)

「こころ」を作り出す入力系とは、般若心経にも出てくる、六根すなわち「眼・耳・鼻・舌・身・意」である。眼・耳・鼻・舌・身はいわゆる五感であるが、外からそれら五つの感覚器官を刺激して脳に信号を送り、最終的に様々な反応例えば「きれいな色」「心地よい音」「良いにおい」「おいしいもの」「癒される肌触り」などの感情を、神経細胞の総和として生み出す。「意」については諸説あると思うが、私は「意」というのは、感情を伴った記憶であると思っている。脳にしまわれた記憶を思い出す行為が様々な神経細胞の刺激となり、五感が平穏であっても、思い出す内容によって、喜怒哀楽の追体験をしていることになる。

新しい記憶は多くの細胞の反応を引き起こすが、だんだん時を経るに従い、思い出しても、感情を生ずる神経細胞の一群の反応を伴わなくなる。だから、いつか人生の様々な出来事を、事実として受容することができるようになるのである。ここでのキーワードは時間である。本

当に人の「こころ」すなわち神経細胞の興奮の閾値を上げるもの、あるいは、神経細胞が平穏な秩序を取り戻すための特



効薬は時間と言っても過言ではない。印度哲学の中で、輪廻すなわち、地獄道（じごくどう）、餓鬼道（がきどう）、畜生道（ちくしようどう）、修羅道（しゆらどう）、人間道（にんげんどう）、天道（てんどう）、天道、天界道とも）の六つのいずれかに転生し、これら六道で生死を繰り返す（六道輪廻）と言われているが、私は、実際に前世や来世があると言うことではなく、人は人生の中で出来事を通して、このような六つの「こころ」の状態が脳に生じ、人生の出来事を感情を伴わない事実として受容できるまでに、何度も何度も思い出しては怒ったり、許したり、一度は許そうと思ってもまた怒りがわいてきたりの繰り返しをしている間に、いつか時間がたち感情の反応を伴わない事実として思い出せるようになることだと思っている。つまり、思い出しても、感情を司る神経細胞群があまり反応しなくなるまでの過程を輪廻というのだと思う。

人生の過程で悲しいことが起こったときでも、私達の「こころ」がいつか変わると言うことは、事実もろとも忘れてしまうことではなく、感情の想起を伴わない記憶となることだと思う。その特効薬は時間なのである。そのためには、仕事の忙しさに紛れるのもよし、人と話をするのもよし、旅行に行くのも、巡礼（四国四十八カ所巡りは1、2ヶ月かかる）に行くのもよし、思い出されるまま思い出すのもよし、忘れるまま忘れていくのもよしである。そのうち、神経細胞の活動は均衡を取り戻すものなのである。安定剤も、



飲んだって事実が変わるわけではない、感情の極端な興奮を抑えているだけであるが、そのうちに神経細胞が自然にいつもの活性に戻る要になるまでの時間稼ぎとも言えなくはない。あるいは、五感から脳細胞の異常興奮を抑える刺激を入れてやることも通常の神経の働きを取り戻す良いきっかけになると言われている。まれに、ある日突然、低くたれ込めていた雲が晴れるかのように、執着心がなくなってしまうこともある。悟りというのは、脳の特異な状態ではなく、多くの神経細胞が一番安らかになった状態なのかもしれない。

話題が少しずつ変わってしまったが、「こころ」というものとしては存在しない脳の状態が、私達の毎日毎日を強く支配していることは不思議なことである。ちよつと時間があつたら、ふつと一〇〇〇億の神経細胞が奏でる雑音に耳を傾けてみるのも良いかも知れない。心地よい眠りに落ちればしめたものである。

草翁