



不思議の國の人間学 三

暗闇で少女は顔を赤らめるか



いつも私が原稿を持って行く、編集者にまた「この顔をされてしまう。夢も希望もないような脳科学の解説をしてもらいたい」。今もしかられながらこの文章を書いている。人生には一つの生き方があると思う。一つは、唐詩選で有名な李白がいつも詠むように、人生は夢なのだから、夢の中で過ぎて、夢の中で終わる。一つは、夢の中で過ぎて、夢の中で終わる。

一つは私が原稿を持って行く、編集者にまた「この顔をされてしまう。夢も希望もないような脳科学の解説をしてもらいたい」。今もしかられながらこの文章を書いている。人生には一つの生き方があると思う。一つは、唐詩選で有名な李白がいつも詠むように、人生は夢なのだから、夢の中で過ぎて、夢の中で終わる。一つは、夢の中で過ぎて、夢の中で終わる。

自分の気持ち、他人にどんなに努力しても伝わらず、辛い思いをした方も多いのではないかと。近年特にその傾向は高くなっているのではないかと。一つは、暗闇で少女は顔を赤らめるか。一つは、暗闇で少女は顔を赤らめるか。一つは、暗闇で少女は顔を赤らめるか。

の研究から説明してみたい。

人の脳は、前回書いたように、外部入力系として一般若心経に出てくる**眼耳鼻舌身**を基軸としている。**意**も外部入力として考えても良いと私は思っている。人は、それらの外部入力を総動員して外界の様子を感じることになる。

眼に入力される情報はどのようなものであるか考えてみよう。もちろん皆んなが思うように、光である。人の網膜が感知できる光は、360nm～4000nmの波長範囲を持つ電磁波の一種であり、簡単に言うところである。

耳は、蝸牛とこぶしの奥にある器官で、20Hzから、個人差があるが15000Hzないし20000Hz程度の音の振動を音として感じる。この音が

鼻は嗅神経という脳神経の一種が刺激されることで、多くは化学物質が、嗅神経の受容体に結合することで臭いをかぎ分けられる。この元は約500種類ほどが知られている。

舌もまた同様に、甘味、酸味、塩味、苦味、うま味が基本としてあると考えられており、やはり化学物質が神経の受容体に結合して感じる。この元は約500種類ほどが知られている。

身は、温度覚、痛覚、触覚、振動覚、位置覚、関節の角度などに細分され、皮膚などの表面での刺激を脳に伝えて感じる。この元は約500種類ほどが知られている。

意識としての、おそろしく身体の外からやってくる刺激ではないが、過去の脳に記憶された外的刺激のことであると考えられる。

「この不思議に思う方は、私の後の文章をすでに予測しているかも知れない。つまり、相手の気持ちや、外部入力系で相手の意味を感じる器官を私達は持っているのだから。私が学生の時の解剖実習でも「この」を見つけたことができなかった。どんなに親しい人と接して話をしていても、その人が伝えたい感情や意味を感じる方法をもっとも持っていないと言っている。どんなに話を聞いても、相手から伝わってくるのは、網膜を刺激するある波長の光、ある程度輪郭も含まれるが、徐々に変調された空気の振動、空気を伝わってくる化学物質の刺激による臭いや味、皮膚の数種の受容体への刺激、温度、痛み、圧力、振動位置、だけで、感情や意味は本来伝わることはない。だから、直接的に相手の気持ちを理解することは、実は生理学的にはあり得ない。絶望的なことだ。一つは、人から感じる世界からは出ることができない。生まれてきたら一人きりで生きていくことになった。仏陀が誕生したとき、天上天下唯我独尊」といったのは、人は自らが感知できる世界からは出ることができない、生まれてきたら一人きりで生きていくことになったのではないかと。

もっと極論を述べれば、脳が何らかの手法で直接刺激されれば、様々な現実が脳と神経のネットワークの中に形成されることになる。もしかしら、今日私達が「この」も実は脳内の仮想現実かも知れないのだが、それが実際に起きているかどうか確認する手段を人は持っていない。時々妄想とまでは行かなくても、夢と現実の区別が怪しい。リアルな夢を見ることがあると思うが、脳に記憶されている、感覚器官が過去に受けた刺激や、それに伴って生じた感情が、時々間違っていて途中から外部入力系に紛れ込むことがある。そうすると、私達は、まさに記憶の中の「この」一度現実のこととして再体験してしまっている。あの「想」起された記憶があまりに強烈で不快な場合、Flash back、PTSD、うつ、再体験を余儀なくされる。この。

(続き)そうすると、私達は、まさに記憶の中のことをもう一度現実の「こと」で再体験してしまふ。あるいは、想起された記憶があまりに強烈で不快な場合、Flash backとかPTSDという再体験を余儀なくされるのである。

よく言われることであるが、特にアジア圏の農耕民族は、一カ所に定住し、狭い地域で環境も食べ物も仕事も成長過程もほぼ同じであったため、おそらく、外部入力から連想される感情がほとんど同じであったと言われる。だから、あまり自分の感情を他人に伝える努力をせずとも、外部入力に対する反応として大体同じことを考えているわけで、けっして気持ちが変わっているわけではないというのを忘れがちである。

90歳の人と30歳の人があるとしてよつ。この60年の社会文化、風土の変化は著しく、例えばお盆だねと話をしたとき、90歳の方は、先祖を迎えることとして、8月7日にお墓の掃除に行ったり、キュウリやなすで乗り物を作ったり、提灯を用意したり、迎え火を焚いたり大変な儀式とも言える行事をしなければならぬと考えているが、30歳の方は、休みだから旅行でも行くとかと考えている。そこには残念ながら共通の感情は想起されていないのである。しかし、200年前に90歳だった人と30歳だった人では、風土や文化はさほど変わっていない。お盆だねと考えることはほぼ同じであったと考えられる。現代は、めまぐるしく変化し便利にはなってきたが、人と人の断絶の溝は知らないうちには深まってきた。言葉などの外部入力により想起される意味が同じではなくなりました。

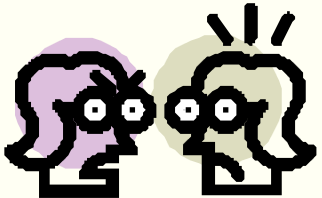
再度確認すると、人と人は生理学的観点からは、意味や感情を伝え合うことはもともとできず、私達は手探りの中で人間関係を維持していることになる。このように考えてみると、私達が相手を理解すると言っているのは、実は、自分の感覚を知り得た情報から、神経細胞の活動により自分の脳の中にその人を作り上げ、自分の脳の中のその人と対面しているというだけなのである。まさに私達の外側の世界を理解すると言っているのは、私達の脳の中だけで生ずる「想像」として活動に他なら

ない。相手が持っているものがこちらには伝わってこない。気持ちを、より近似的に想像することができれば、より相手の気持ちを理解できるというようになるのである。この想像力を磨くことが、相手の気持ちをより理解する訓練に他ならない。確か維摩経という大乘仏教の経典の中だと思つたが、釈迦は釈迦の言葉で法を説き、衆生は衆生の言葉で法を聞くと言つたことが書かれていたように思う。まさに「これは、今回説明した脳の機能を言い当てているように思う」。

傾聴と言つたことが、医療の現場でも良く耳にするようになった。カウンセリングの場面でも重要なことであると教えられる。ただ、相手の言つたことにつなずきながら聴いていくと言つたことは、空気の振動につなずいていくと同じである。本来、聞く側は相手の話を聞いて最大限想像力を働かせ、自分は何のよう理解したかを話し手にfeedbackしなければ「傾聴」にはならないように思う。聞き出す力すなわち想像力のない人にいくら話しをしても伝わらない。

私は4年ほどカナダの大学で仕事をしていた。カナダはまさに移民の国で、多民族国家である。だから、一人一人が、例え同じ状況に置かれていても、一生命命自分の気持ちを表現しないと、相手が何を考えているか全くわからずじまいになってしまう。脳の生理学的に言つたら、そんなに頑張つても相手に自分の気持ちが解つてもらえるはずがないし、私もどんなに頑張つても相手の気持ちを理解することができないようにできている。しかも共通の文化的基盤もないので、完璧に理解することはできないだけではない。一生命命相手に

「意味を理解してもらえない」という自然な人間関係であった。例えば、「この言葉にはこんな意味があり、こんな反応が期待され、とついたらいいかを説明し合うのである。あまり解つてもらえなくても、怒ったり、恨んだり、捻くれたりするともあまり自立できなかった。日本人は議論が下手だと、私がかナ



ダで仕事をしていたときに「へへへへ」思った。自分の思いを冷静に伝える努力をせずに、相手に自分の気持ちを理解することを半ば強要してしまっている。だから、いくら会議をやっても意見が収束していかぬ。自分の思つたように議論が進まない。だれも自分のことを理解せず、自分の意見を否定されているように思つてしまつた。孤独になり、相手の言っていることを逆に想像できなくなつて、挙げ句の果ては今やりの「切れてしまふ」状態になるようだ。

人がこの世に出現してから、相手の気持ちを受け取り、自分の感情を人に伝えて人々は安らぎのある人生を送ってきた。それは実は、感覚の鋭さばかりではなく、想像力の豊かさにも依存していたのである。相手から送られてくる意味を持たない音や光などを受け取つて、それどんな意味があるか、私達は相手の気持ちを想像している。想像力が豊かな人が、相手の気持ちを良く理解できる人であった。想像力とは純粋に、人の脳内で起こる観念で、多くの知識と多くの経験と多くの感情を操作できる人ほど豊かとも言える。相手が自分の気持ちをくんでくれないときには、それは相手の想像力が乏しいと思えばいい。本来この想像力は、経験と知識の量に依存する。高齢になれば、自ずと経験と知識が増え、人の気持ちが多様に想像できるようになる。会社などの組織で問題発生のおおは、相互理解の不足から来ていると言われている。それは、脳を考へるに当たり前、自分を表現する努力をしない人が、相手に自分を理解することを求めるのだから無理に決まっている。つまり、相手の想像力の範囲を超えているときに問題が生じている。

当診療所が掲げている「近い人」を思いやることとは、すなわち、人の気持ちを様々な角度や次元から想像できることである。日々そのことを自覚して仕事をしたいと思つ。優しさは想像力であると思つ。想像力が乏しいとき人は優しさを持つことができない。患者さん本人の気持ちばかりではなく、私達が出会う家族や周囲の人たちに対しても、あるいは職員同士でも人の気持ちを想像する力を養っていきたく思っています。