

## 西田のスローライフ情報

### 第1号

はじめまして。「西田のスローライフ情報」の読者になっていただき、心より感謝いたします。

メルマガ第一号として、このメルマガで何を伝えるかのあらましを述べさせていただきます。

当メルマガでは、メルマガ発信者の西田篤史が日々思ったことや気づいたこと、暮らしのヒントなどを紹介していく予定です。

このメルマガのタイトルにありますように、西田のスローライフと言うことで、記事を書きたいときに書くと言う不定期のメルマガと言う形を取らせていただきたいと思います。

それでは次号の配信をお楽しみに。

### 第2号

お待たせいたしました。「西田のスローライフ情報」第2号をお送りいたします。

今は冬の真ただ中で、北国の方などは寒さ対策に余念がないと思いますが、今日はそうした寒暖と暮らしの関係についての豆知識をお送りしたいと思います。

人間の嗅覚と言うのは、温度が下がるほど鈍ると言うことはみなさんも経験則からお分かりになることだと思います。

そこで、常温ではにおい、低温ではにおわないと言う人間の嗅覚の性質を生かしたにおいにかんする僕なりの知恵をお話しさせていただきます。

糞尿など、におってほしくないものは低温下に置き、香水などにおってほしいものは常温下に置くことで、我々の暮らしにある程度役立つと思います。

また、極寒の南極や北極では太陽の入射角が小さいために寒く、逆に赤道などでは入射角が直上になるために人間は過ごし辛さを感じると思います。

その理屈を考えると、具体的な形は読者の方の良識にお任せするとして、寒い地域では

屋根における太陽の入射角を大きくして、暑い地域においては太陽の入射角を小さくすることで、ある程度のしのぎやすさが得られると思います。

確かに、極寒の地で太陽の入射角を大きくすることは難しいと思われるかも知れませんが、鏡などを使うことによって一定の成果を得られるのではないのでしょうか。

無論、それだけでアメニティが確保されるわけではなく、適切なエアコンの使用なども必要になってくると思いますが、これはこれで馬鹿にならない知恵だと思います。

お百姓さんをやったことがあるひとならお分かりでしょうが、野菜などの種を蒔くときに1～2日種を水に漬けて発芽抑制物質を洗い流すのが良いと言う話はお百姓さんの常識かと思います。

実はそれだけではなく、植物を発芽させるために意図的に種を休眠させることによって発芽しやすくすると言うことがあることをご存知でしたか。冷蔵庫などに種を保管しておくと、常温に戻したとき発芽しやすくなるのです。

今回は、寒暖にまつわる3つの知恵を紹介させていただきました。

次回は何の話になるのでしょうかね。お楽しみに。

### 第3号

先回は寒暖差による生活の工夫のお話でしたね。今回は、心理士でもある僕の得意分野の心理学のお話です。

人間がたとえば1℃上昇したら必ず「温度が上がった」と感じられるわけではありません。人間がたとえば「より暖かくなった」とか「より甘くなった」と感じられる感覚量の差のことを「弁別閾」と心理学では呼んでいます。

面白いことに、この「差が分かる」ために必要な感覚量に対する物理量の差と言うのはどの感覚でも一定であることを見つけた心理学者がいます。その方の名はE. H. ウェーバーと言い、そのような心理物理法則のことを「ウェーバーの法則」と言います。

人間と言うのは聴覚では極めて小さな周波数の差で「音が変わった」と認識できるのですが、こと味覚にかんしては物質質量で20パーセントも増減がないと「辛くなった」とか「甘くなった」と言うことが認識できないのです。

特に僕が学生時代を過ごした東北では脳卒中が多く、それに限らず全国に糖尿病患者が多いのには、人間のこのような知覚にかんする「ウェーバー比」が味覚では鈍いことに起因しています。

この話で言うと、塩を10グラムにしてあったのが、12グラムにしないと「より辛くなった」と認識できないために、累積の塩分摂取量に地域やひとによって大きく違ってくるのが脳卒中や糖尿病の原因になっていると言うことが言えると思います。

この事実を素直に受け止めて、食べ物の味の差をとやかく言わないことが健康長寿の秘訣であると言ええます。

今回は「人間の感覚のいい加減さ」のお話をさせていただきました。次回は何の話になるのかお楽しみにお待ちください。

#### 第4号

みなさん、こんにちは。西田です。

おかげさまで当メルマガ「西田のスローライフ情報」も第4号を数え、西田の気づいたこと、暮らしのヒントなどをお届けしています。

今日は、栄養生理学的なお話をさせていただきます。

読者の皆さんは肉やお魚、豆類に含まれている「トリプトファン」という物質を聞いたことがありますでしょうか。

実はこの物質は、ストレスを緩衝する作用があり、脳内のセロトニンを体内で作るときに必須の物質であり、また、睡眠ホルモンのメラトニンを作るのにも必須の物質なのです。

と言うことは、トリプトファンの欠如によって、我が国の人口の10パーセントは人生で罹患すると言われている「うつ」、そして不眠症に陥りやすくなることが分かっているのです。

しかし、ユンケルとカリポピタンとかの栄養補給液にはトリプトファンは全く入っていないことをご存知だったでしょうか。

ストレスは一般的に副腎皮質から分泌されるコルチゾールによって抑えることができ、そのためストレスの指標として血中のコルチゾールの濃度が用いられることが医学的な常

識でした。

しかし、精神のみならず肉体の疲労によってもコルチゾールは分泌されるため、正確なストレスの指標とは言えないのです。

近年の研究では、精神的なストレスをより正確に測定するために何を見たら良いかが問題になり、どうやら唾液の中に含まれる「クロモグラニンA」の濃度が精神的ストレスだけを測定できる正確な指標であることが分かってきました。

現在筆者はネット上で疲労回復と整胃作用に効果がある梅干しにストレス緩衝効果があるかについてのアンケートを取っておりますが、現在のデータ状況で見ると、「梅干しを食べるひとほどストレスが低い」わけではなくて、「ストレスが高いひとほど梅干を食べる」らしいというデータ特性を確認しております。

梅干しには周知のように、クエン酸が豊富に含まれており、これが疲労回復に役立つことは分かっておりますが、ストレスとの関係は因果関係が逆のようです。よく妊婦さんが酸っぱいものを好むと言うような話を耳にされると思いますが、それと同じような話なのかも知れません。

話を戻しますが、トリプトファンを日常的に摂取することは「うつ」や不眠症の予防につながりますので、是非とも肉・魚・豆いずれかを常食にするよう習慣づけたいものです。医者は「うつ」の患者にはフルオキシセチンと言う薬を出しますが、これは医学上の発見によるもので、投薬される以外には摂取するすべがありません。

ということで、今日は精神的な落ち込みに効く物質「トリプトファン」のお話をさせていただきました。

次号は少し目先を変えたお話をさせていただく予定です。お楽しみに。

## 第5号

こんにちは。西田です。

先号（第4号）では「目先を変える」と言いましたよね。本第5号では暮らしの知恵と言うよりも社会問題である「いじめ」について考えてみたいと思います。

僕が弘前大学教育学部中学校教員養成課程心理学科専攻課程に入学したのは、受験勉強の「じ」の字も知らない僕が2次試験で科目試験を受けたくなくて、小論文と面接しか

かった弘大心理科が都合が良かったためです。

しかし、小論文はあったわけで、その時の小論文は「いじめの原因について家庭・学校・地域社会との関係を考察して論ぜよ」と言うもので、1200字の考察を2時間で書けと言うものでした。

僕はこの出題を見たとき、「おや」と思いました。と言うのは、僕の幼少時代はともかく、青年期に入ってから地域社会と言うものを意識したことがなかったからです。そのくらい現代社会と言うのは江戸時代の百姓時代とは違って「タテ社会」なので生活上の相互扶助をご近所さんとやると言うことは考えられない社会になっているからです。

さて、そんな現代社会に見られる「いじめ」と言うのは、地域社会と言う「ヨコ社会」が衰退したために見られる現象だと言うのも確かに一理あることだと思います。

僕は殺人に「秩序型殺人」と「無秩序型殺人」があると言うFBIの分析と並行的に、いじめにも「秩序型いじめ」と「無秩序型いじめ」の2種類があると考えています。

そこで、「いじめ」の話に入る前に、FBIの言う「秩序型殺人」と「無秩序型殺人」の鑑別点について整理しておきます。

「秩序型殺人」の特徴は、犯人は証拠を残さないように死体を別の場所で遺棄するなど比較的知能が高く社会的にもしっかりとした地位にあるような者が行う殺人のことを言い、「無秩序型殺人」のそれは、犯人は衝動的に被害者を殺害しそのままにして逃走するなど比較的知能が低く社会的な地位のない者が行うような殺人のことを言います。

悲しいことに、学校現場でも同じことが言えると思います。昔は学校のドロップアウトの非行少年が主導する「無秩序型いじめ」が大勢を占めていたと思うのですが、最近はごく普通の生徒などが行う「秩序型いじめ」が急増しているのです。

「いじめ」の一番大きな要因は、成績至上主義の学校教育に由来する子どものフラストレーションの増大と、子ども時代に仲の良い友達たちと集団で遊んだような経験がなく、スマホゲームぐらいでしか遊んだことのないことに由来するフラストレーション耐性および社会的スキルの欠如にあると僕は思います。

成績至上主義によるところが「いじめ」の基本的要因であることは、クラスの優秀児がいじめられることがないことからお分かりいただけだと思います。しかもその子どもの体現している価値観においては、学校でも家庭でも「勉強しろ」と言われ続け、成績と言う一元的な価値観の下で逃げ場を失った子どもの心がフラストレーションに満ち溢れてしまい、マスコミが日々伝えるニュースが悲劇的なものばかりなのでそれを模倣する形で「いじめ」の水路付けになってしまうのも無理からぬ話だと思います。

この問題は、決して子どもの情操だけの問題ではなくて、子どものうちに体験できることを体験させず、マスコミしか生きる手がかりを与えない現代の親や社会の問題であり、病理だと思うのです。

しかし、ほとんどの親世代が「成績病」に罹患している現代では、この状況を治癒ならずとも改善でも良いのでできるのは、ご近所さんや教師など「話を聞いてくれるひと」ぐらいに限られてくるように思います。無論、世の親は自分が幼かったころを思い出して、自分の価値観に疑念を持つことはそれより遥かに必要かつ大切なことです。しかし、そうした人間は明らかに減少傾向にあります。

僕のように受験勉強など一度もしたことがなくて、親も僕に勉強しろなどと言ったことも手を挙げたことも一度もないような幸福な家庭で育った人間はもはや一握りになってしまいました。その代り、人生は本当に行き当たりばったりになりましたが。

そこで、この問題状況を解決しうる立場にいるすべてのひとに僕が示したい当座の処方箋は、「子どもをよく見て、僅かでも光るものがあつたら、それを大事に育み見守る態度」を持ってほしい、と言うことです。

僕は小学校4年生から住み慣れた名古屋市西区から自然豊かなお隣の尾張旭市に転校しました。転校生は一般にいじめられやすいものですが、いち早く僕の親友になってくれた子がクラスのリーダー的存在の子だったのでいじめられたことは一度もありません。それどころか、彼らから僕が学んだことは「誰にでも光るものがある、それを掘り出すことが大事」と言うことでした。

たとえば、今の子で言えば人気アニメのキャラクターグッズやディズニーの小物を誰よりも先に持っていると言うだけでいじめの防止になります。その子が持っている才覚だけに目を奪われてはいけません。

それが僕の尾張旭での小学生時代は、ヒラタクワガタを取ったとか石英を見つけたとか蛇を捕まえただけだったわけです。僕はクラスの先に述べた友人の影響で野球が好きになりました。野球に毎日明け暮れる日々もありました。そうすると、「西田は野球がうまいらしい」と言う噂がクラスに流れて、とうとう6年生のとき転校生にもかかわらず児童会長にまでしてくれました。

子どもには、成績以外でもいくらでも光れることがあると言うことを親をはじめ社会が認識し、そう言うものを子どもに見出すだけでなく作ってあげると言う発想がないと、子どもたちの未来をますます暗いものにしてしまうように僕は思います。

今回は「いじめ」と言うシリアスな社会問題を取り上げてみました。次号（第6号）で

は、そういう心を揺さぶるような話ではなくて、少し哲学的で恐縮ですが、「ことば（言語）」についてお話をさせていただきたいと思います。

それでは読者のみなさん、次号をお楽しみに。

## 第6号

こんにちは。西田です。

今日は人間を人間たらしめている「ことば」について考えてみたいと思います。

「ことば」については数多くの哲学者が問題にして考えてきました。特に「ことば」のひな型である「カテゴリー」については、カントが大きく取り上げて以来、ウィトゲンシュタインを創始者とする「日常言語学派」という哲学の一派が20世紀の哲学界で中心的な位置を占めるに至りました。

そして、現在も生きており、さまざまな社会問題について発言しているチョムスキーと言う言語学者が「人間は生まれ付き言語獲得装置（LAD）を持って生まれてきており、この世には普遍文法（UG）と言うべきものがあり、どの言語圏に産まれるかによってそれぞれの言語構造の関数的構造が決定されていく」と主張しています。

具体的な英語の関数構造については、読者の皆さんも訳が分からないと思いますが、以下のような関数構造を持つと彼は分析しています（wikiより転載）。

「チョムスキーの著書『文法理論の諸相』（Syntactic Structures、SS、1965年）では、アメリカ構造主義言語学のIC分析と呼ばれる文の分析方法が句構造規則によって改めて捉えなおされた。

例えば、

A girl liked a boy.

という文には

[S[NP[D a][N girl]][VP[V liked][NP[D a][N boy]]]]

という分析が与えられ、次のような、連続し順序付けられた構成素に分析していく書き換え規則によって導出される。括弧()で括られた要素は任意要素である。'^'は範疇の結合を

表すものとする。句構造規則は順序付けがなされていない。

$S \rightarrow NP^{\wedge}VP$

$VP \rightarrow V$

$NP \rightarrow (D^{\wedge})N$

$V \rightarrow \{\text{liked, ...}\}$

$N \rightarrow \{\text{girl, boy, ...}\}$

$D \rightarrow \{\text{a, the, my, some, every, ...}\}$

個別言語は S の集合と見なされる。S は文(sentence)を示唆しており、句構造の派生の端緒となるため始発記号と呼ばれる。NP は名詞句(noun phrase)、VP は動詞句(verb phrase)、N は名詞(noun)、V は動詞(verb)である。Det は限定詞(determiner)と呼ばれ、伝統文法でいう冠詞のほか、my, some, every などの要素を含む。終端記号は'a','girl','boy','liked'のような語彙項目である。」

僕はこのようなほとんど理解不能の言語関数論を大学時代に読んで、「ことばってそんなに難しく考えないと理解できないのかな」と疑問を持ち反発を感じてきました。

それよりももっと分かりやすく「この認識論は凄い」と思った言語論がありました。

それは廣松渉氏のカント以来のカテゴリー論を見事に捉え返した「として等値化的統一」と言う人間の認識やことばについての考え方です。

それは、人間と言うのは、「所与を所識として」認識すると言うきわめて分かりやすく見事な認識論でした。たとえば、「あれを象として」とか「安倍を首相として」認識することで人間の頭脳はその働きができる、と言うとても鋭い理論でした。

僕が想像するには、このアイディアの種になっているのはソシュールと言う言語学者が指摘した、「言語はシニフィアン（指示するもの）とシニフィエ（指示されるもの）から成っている」と言う彼の言語説だと思われます。たとえば、「犬」と言う単語（シニフィアン）は「ワンワンと吠える動物」と言う意味（シニフィエ）を指示しているわけで、彼の考えはかなりことばの本質を突いたものだったと思うのです。

話を「ことばの獲得」と言う問題に戻してみると、チョムスキーの言う「言語獲得装置」なるものを人間が遺伝的に持っていると言う考えは、心理学の立場から見ると非常にクレイジーに見えます。

なぜかと言うと、人間は能動的に環境を探索しない限りことばを獲得できないし、ある時期までにことばを身に付けないと、その後ことばを学習することは不可能になると言う知見があるからです。



確かに、ことばのカテゴリー論だけでは現実に運用されていることばと言うものを概念的にはともかく具体的には理解できませんし、そのためにチョムスキーのような人物が現れたと言う論理的必然性はあると思います。

僕はそのところを、チョムスキー理論のような訳の分からない理解の仕方をするのではなくて、もっと簡単に万国の言語を分かりやすく捉える考えを持っています。

それによると、人間のことばを構成する要素はたった3つしかない、と考えます。ひとつは「対象」、ひとつは「様態」、そして残りのひとつは「関係」です。

これまで皆さんが学校で習った文法論と言うのは、言葉の分類が複雑なわりにはどのような視点からことばを捉えているのかが分からないヌエのようなものだったと思います。いわく、「名詞」、「動詞」、「形容詞」、「助動詞」、「冠詞」、「助詞」、「関係代名詞」、「副詞」、「接続詞」 etc。

しかし、僕の捉え方で言語を捉えると、そのような分類では別々に捉えられていたようなことばの要素が、もっと柔軟に捉えられるようになるのです。

たとえば、「AとB」の「と (and)」と言うのは「接続詞」、同じ意味でも「と (with)」は「助詞」と言ったように、さしたる理論的根拠もなく別々のカテゴリーとして考えられてきました。

しかし、僕の考えではそれらは従来の単語の種別にかかわらず、「関係」と言うひとつの概念で理解できることがお分かりでしょう。

同様に、「動く」と「きれい」は従来の捉え方では「動詞」、「形容詞」と別々に捉えられてきましたが、僕の考えでは「様態」と言う分類に属することが理解できるように思います。

これまでの無味乾燥な文法論でことばを捉えようとするから、ことばについての知識がこれまでの学校教育では「できる子」だけのものでした。しかし、僕のようなことばの捉え方をいまの子どもたちが覚えてくれれば、ドロップアウトの子などいなくなると思います。こう言う問題は暗記型の選良教育がはびこっている現在、学校教育の中に無数にあると僕は思っています。

どうでしたか。ことばについての理解が読者のみなさんでは一歩進んだ気がしませんか。

今回は「ことば」について考えてみました。次回は「我慢」と言うことについていろいろのことを紹介したいと思います。

それでは次回をお楽しみに。

## 第7号

読者のみなさん、こんにちは。西田です。

今回は「がまん学」とも言うべき内容を盛り込みたいと思います。

学術の世界では「がまん」のことを「自制心（セルフコントロール）」と呼んでいます。

近年発展が著しい「行動経済学」と言う心理学の新領域があることをみなさんにご存知でしょうか。そこでは、セルフコントロールのことを「目先の小さな報酬を得るかこれくらいから先のある時点で大きな報酬を得るか」についての「気長さ」の問題として扱っています。

たとえば、親戚の子どもが毎日100円のお小遣いをもらいたいのか、お正月にだけ1万円のお年玉をもらうか、どちらかを選択しなくてはいけないような状況で子どもがどちらを選ぶか、と言った問題を研究しているのです。

目先の小さな報酬が先々の大きな報酬との選択を迫られたとき、たとえば毎日100円の報酬に対して、それを思いとどまらせるのは正月の5000円で良いのか1万円で良いのか、それとも5万円必要なのかの釣り合いの取れる金額のことを「参照点」と呼び、このように現在の報酬を未来の大きな報酬と心理的に等価にしないと遅延された報酬が選択される可能性が小さくなることを「価値割引」と呼んでいます。毎日の100円に対してお正月の5000円を選んだ場合を「割引率（精神的ロス）が低い」、5万円を選んだ場合を「割引率が高い」と言います。

この「がまん（＝自制心）」についてはいろいろな知見があります。はじめに心理学的な「がまん」の要素などについて紹介し、後半で「がまんの脳生理学」について説明したいと思います。

2004年のタングニィらの研究によりますと、「がまん」の中にもいくつかの因子があって、第1の因子は自己規律、第2は熟慮した非衝動的な行動、第3は健康的な習慣、第4は仕事への倫理観、そして第5は信頼性、のそれぞれがあることが判明しました。そして、それらの因子の得点の高いひとほど高い学業成績、良好な人間関係や対応技術、高い自尊心、精神的安定や良好な感情反応が見られることを示しました。

時代をさかのぼりますが、1968年にアメリカのウォルター・ミシェルと言う研究者が4歳児を対象に行った「マシュマロ実験」と言う研究結果が残っています。

4歳児の目の前にマシュマロを置き、「15分間マシュマロを食べなかったらもう1つマシュマロをあげる」、そして「目の前のマシュマロを食べたくなったらベルを鳴らして」と告げました。

すると、すぐにベルを鳴らした子どももいれば、15分間がまんした子どももいる、と言った具合に子どもたちの反応は様々でした。1分以内にベルを鳴らした子どもは教育施設で問題行動を起こしがちな子どもたちで、15分間マシュマロをがまんした全体の4分の1の子どもたちは、マシュマロを手で隠すとかおさげの髪を撫でるとかマシュマロを動物に見立てて遊んだりしていました。

このことから、ミシェルは「がまん」を「関心を戦略的に配置する力」だと結論付け、15分間がまんできた子どもは学業成績が高く、成人してからの成功は知能よりも「がまんする力」だと言っています。

話を脳生理学的な方へと持って行きましょう。

青柳（1999）によりますと、「意識的であれ無意識的であれ、人は心に思うことをすべて実行してしまうわけではない。「新しい脳」つまり大脳新皮質による自制心が働くからである。しかし非常事態に遭遇して個体維持の必要性に迫られた時、またはマルチメディア情報に影響されて「古い脳」つまり大脳辺縁系の勢力が優る時には抑制機構が解除されてしまう。また反復刺激（リダンダンシー＝情報過剰）により感覚が麻痺して抑制機構が解除されてしまうこともある」とのことです。

先述のミシェルの研究は、研究開始以来40年になる年に、MRIを使った脳の「がまんの座」を突き止めました。それによりますと、脳の腹側線条体は「がまんできなくする」部位であることが、また、下前頭回が「衝動を制御し、望ましくない行動を抑制する」部位であることを突き止めるまでに至りました。

ミシェル氏が指摘したように「関心を戦略的に配置する力」のことが「がまん」の本質だとすると、我々人間が「がまんするコツ」は、いかにがまんする状況をそう言う状況ではないと認知する力のことだと言い換えられなくもないですね。

しかし、「がまんのストラテジー（戦略）」はそれだけでしょうか。これについては、アメリカの有名紙「ウォールストリートジャーナル」2014年12月4日号に面白い記事が残っています。その記事を要約しておきます。

フロリダ州立大学のロイ・バウマイスター教授によると、脳内のブドウ糖が難しい認知

課題を与えられたとき、顕著に低下し、認知能力の低下を招くそうです。また、オハイオ州立大学のブラッド・ブッシュマン教授が行った実験では、カップル間で怒りを覚えることがあるたびに待ち針刺しに待ち針を1本ずつ刺してもらったところ、血糖値が低いひとほど待ち針を多く刺すことが分かりました。

つまり、「がまん」の元はブドウ糖だということです。脳は体重の3パーセントしかないのに、全血糖の25パーセントを消費すると言われていています。糖尿や肥満に陥らない程度のブドウ糖の摂取はひとをがまん強くさせるようです。そう言えば、さる2月14日はバレンタインデーでしたね。チョコを食べて気長になりましょう。

今日は心理学と大脳生理学の立場から「がまん」を見てきました。

次号は何を話題にするのかを、みなさんお楽しみに。

## 第8号

こんにちは。西田です。

今回は、「面白い」と言うことの中身の種別や進化論的意義について考えてみたいと思います。

「KSK」とか「PPAP」などが世間で流行しています。流行する要素の一つに「面白い」と言うことがあると思います。

この類いの「面白さ」は、いわゆる「お笑い芸人」などのギャグなどに見るように、その理由を僕は「拍子抜け」にあると見ています。僕が今から34年前に思い付いた立ち上がる時などの「よっこいしょういち（横井庄一）」とか、有名な落語の演目の「猫の皿」のオチなどは、その良い例でしょう。

ちなみに、僕の「よっこいしょういち」と言うギャグは僕が発案者であるため、吉本興業でもこのギャグに縛りをかけることはできません。

しかし、この世で人間が感じる「面白さ」は、必ずしも笑いを狙ったものにだけ存在しているわけではありません。

例えば、研究者が研究をするのは、基本的にそこに「面白さ」を見ているからだと言うことができるでしょう。この場合の「面白さ」と言うのは、「人間にとっての意義を感じる」と言うことだと思います。

他にもあります。ひとつは「ナスカの地上絵」や「ピラミッドの作り方」や「宇宙の果てはどうなっているのか」や「信長はなぜ無防備に本能寺に行ったのか」などの未解明の謎などにも「面白さ」を感じます。これは「理解できなかったものを理解できたら面白い」と言ういわゆる「好奇心・知識欲」からくる「面白さ」だと思います。

これらの「面白さ」についてのキーワードを挙げよ、と言われたら皆さんはどうお答えになりますか。

僕は、そのキーワードは「解ける」と言う一言に集約できると思います。ギャグなどでは「緊張が解ける」、研究者は「現象のメカニズムが解ける」、ひとつひとつの謎は「疑問が解ける」と言えると思うからです。

ではなぜ人間は「面白さ」を求めるのでしょうか。

例えば、イトヨやトゲウオと言う魚のオスは、繁殖期になるとなわばりを作り、腹の赤い繁殖期の他個体に攻撃を仕掛けるのですが、自分のなわばり以外の場所の他個体のなわばりを侵犯すると「砂掘り」を行って闘争を回避するのです。また、多くの哺乳類は、威嚇や順位づけによって闘争を回避します。有名な行動生態学者のローレンツは、人間は哺乳類の中でそうした感情制御が最も脆弱化した種だと指摘し、それを補完するために多様な感情を発達させたと考えています。

そのような感情の中に「面白さ」と言うものも属するのだと僕は思います。進化論・生態学的には、人間の「面白さ」の追求の理由は大別して2つあると思います。1つは「闘争の回避」です。学者たちが議論にヒートアップしているときに、ひとりの学者がふと冗談を飛ばすと、場が和み融和的な態度に彼らを変えますよね。もう1つの理由、これが人間が「面白さ」を感じる最大の理由だと思われるのですが、それは無能な人間の乳児を見れば明らかなように、人間は「学習の動物」だと言うことです。この人間の性質のために乳児の育児で世のお母さん方が最も苦勞することのひとつに「何でも口に入れたがる」と言う問題があるわけです。

もし人間が環境に「面白さ」を見ない動物だったら、言語をはじめとする文化と言うものの自体が成り立たないと思います。

今回は「面白さ」について考えてみました。次回をお楽しみに。

## 第9号

なぜひとは、数十億分の1の確率でしか10億円が当たらない宝くじを買い求めるのでしょうか。

またなぜひとは、2人に1人はがんに罹患して死亡する現実があるのに、「人生80年」と自分の人生を楽観できるのでしょうか。

この人間の「心の確率」と「現実の確率」になぜ大差がつくのかを今回は考えてみたいと思います。

宝くじの場合を考えてみると、確かに自分の買ったくじが数十億分の1の確率でしか当たらないのに、小さな出費と絶対にないとは言い切れない巨額の見返りの関係性を優先的に考慮するために、くじを買うのだと推測できるでしょう。

これは、パチンコなどのギャンブルなどでも同じことが言えるように思います。時分割の出費の累積がたとい大きくとも、ひとは1回の出費と大きな見返りの関係にしか目がいかない（時間展望の拡散、つまり、総出費に対する1回の出費を現実より相対的に大きく見積もる傾向）。どうやら、このレートが高いほど、ひとは好んでギャンブルなどの遊興に出費するようです。

がんの主観的評価の問題は、ギャンブルにおける「時分割感覚の心理的拡散」の問題と同様のメカニズムが働くためだと考えられるでしょう。例えば、戦場で次々に味方が倒れていくのを目の当たりにした兵士は、おそらく死を覚悟するでしょう。しかし、がんの場合はそれとは3つの意味で状況が異なっています。

1つは、がん患者は病院におり、非日常の生活を送っている所以我々からは認識しにくいでしょう。

また、1つに、たといがん患者に街で会う機会があったとしても、多くのがん患者に短期間に会うわけではありません。

最後の1つとして、具体的根拠のあるなしにかかわらず巷には「がん予防」を謳った生活習慣についての話とかサプリメントが流布されていることもあるでしょう。

この場合のがんの罹患リスクの過小認知における一番大きな要因は、2つめの時間的に拡散したがん患者との遭遇のように思われるのです。

コーエンの指摘によると、ルーレットで赤か黒かを予想させる賭け事においては、先に失敗した色を次の賭けの色に選ぶ確率がとても高いのだと言います。これは、偶然を考慮しての予想の成功の確率を上げる人間的な本性だと言えましょう。

これは宝くじの問題にもがんのリスク認知の問題にとっても示唆的に思われます。

宝くじの購買者はバラより連番を好むのはこの確率が上がりそうな選択をしているのだと考えられます。

しかし逆にひとびとは一回がん検診で引っかからなかったら、それを過剰に見積もって次のがん検診を受けない傾向にあることが分かっています。1回の検診がとても信頼性があると勘違いするのです。どうやらこれは、先に指摘した「時間展望の拡散」のメカニズムで説明できるようです。

この他の要因としては、心理学の世界で言われているテイラーの「ポジティブ幻想」やアブラムソンの言う「自分の健康の統制の座が自分にある」と言う楽観的な帰属意識が大きいひとほど健康である傾向にあるなどの知見がありますが、それほどこの問題を考える場合の大きなファクターとは言えないと思います。なぜなら、ひとびとはそんな心理学的知見など知らずに生活しているからです。

今回はひとの「心の確率」について考えてみました。

次回のテーマは何でしょうか。お楽しみに。

## 第10号

こんにちは、西田です。

今回は「知恵と俗説」をテーマに考えたいと思います。

まず僕のみなさんにお示ししたいテーマを述べます。

「科学とは知恵の検証である」

これを聞いて皆さんはどう思われますか。

広く知られた話だと思うのですが、哲学の始まりはミレトスのタレスの「万物の根源（アルケー）は水である」という主張にあるのですが、現代科学の立場から見れば笑いもののようにも見えますが、なぜそれを学問である哲学の始まりと見るのでしょうか。

それは、たとえ現代から見れば笑いものであるとしても、当時のひとびとが世界を解明

しようとし始めた証だからです。

僕のような身の丈が原始人の人間から見れば、それは思いもしないことです。僕は自分の身の丈を、「もし学校教育で過剰な科学教育を受けていなかったら」と言う仮定の下で測っているからです。

確かにエジプトにもユーフラテスにも紀元前3000年も前から文明はありました。しかし、多くの哲学者たちはそこに哲学を認めません。なぜかと言うと、文明は確かに我々凡人では及びもつかない知恵が使われてはいましたが、現象の究明に力を注いでいたわけではないからです。

その中で最も現代から見て成功を収めた2人の哲学者がいます。ピタゴラスとデモクリトスです。僕から見ればピタゴラスのやったことは、確かに天才的ですが理解がしやすいのですが、デモクリトスの原子論は、地球上にひとつしかない宝を掘り起こすほど奇跡的な物質の成り立ちについて着想したと言う意味で、もはや神の領域の考えを提出しているように見えます。しかも時代の偶然か、笑いものにされることなく真面目にひとつの主張だとギリシアのひとつびとに受け止められたことも、もうひとつの奇跡と言って良いでしょう。

なぜなら、我々はたとい植物の種や花粉の働きは時間をかけて見ていけば理解できるかもしれませんが、「原子」などと言う日常で観察もできないことにもかかわらず、彼の主張を真面目に受け止めることによって、工業製品や医薬品に欠かせない発想を与えられたからです。自分の身の丈を考えると、当時僕がギリシアの市民だったとすれば、「とんでもない考え」として真面目に受け止められなかったと思います。

だから僕は、人間と言うのは本当に不思議な生き物で、ときどき本当に稀に神の領域の考えを抱ける人間もいることを哲学史から学ぶことができたわけです。東洋の医薬品は専ら漢方で、経験則の積み重ねによって可能でしょうが、僕から見れば「とんでもない飛躍的な発想」を西洋は受容することで自然に介入するような東洋の発想からは出てこないような知識の体系を築いたと考えねばなりません。

今の時代に我々が「万物の根源は水である」と主張しても笑いものにしかならないかも知れませんが、西洋の科学教育を過剰に学校で一律に教育されていなかったとしたら、と考えると、本当にそう言う人間の考えを笑う資格が我々にあるのでしょうか。

少し目先を変えてみましょう。

江戸時代の庶民たちは、「ナマズが騒ぐと地震が来る」と信じていました。何でも確かめないと我慢ができないひとつびとが増え過ぎたおかげで、ひとつびとはナマズが騒ぐのは少なくとも地震の予兆とは限らないことを突き止めました。そのせいで、ナマズ地震説は「俗



説」扱いされることが多くなりました。ある意味では夢のない世の中になってしまいました。

他にも、僕の「専門」の心理学の名を語って、「嘘をついているひとは視線が右斜め上を向く」とか「腕組みしているのは拒絶のサイン」とかの「恋愛心理学」なるものが信じられている向きもあります。僕も本当の自分の身の丈を考えると笑えないのですが、因果なアカデミックな心理学の世界で検証された仮説ではありません。

よくよく検証するなり考えるなりすると、「嘘をついているひとは呼吸の呼気が遅くなる」と言う事実は確かに犯罪心理学では良く知られた事実で、別のアプローチをして分かったことなのですが、「腕組みをしているのは拒否のサイン」と言うのは臨床の人間は信じ、実験系の人間は信じないと言ったように、十分検証されていないのです。

僕は生理学には腕組みには次のような可能性はある、と思っています。つまり、腕組みをすることによって心臓を温め、脳血流を促進することによって考えるのに有利な体内環境を整えている、と。

そんな我流の仮説を考えてみるなど、人間と言うのは問題を解くことには長けているかも知れませんが、問題を見つけることは並の人間の良くするところではないように思います。ギリシアの格言に「はじめは万事の半ばなり」と言う言葉が残っています。おそらくそう言うことを言いたいのだと僕は解釈します。

話を戻しまして、ナマズ地震説の現在のひとびとの評価は、あまり良くありませんが、それをヒントと捉える方もいます。ヘルムート・トリブッチと言う博物学者さんです。

彼はこう言っています。「地震の前駆現象として地中から大気中に帯電エアロゾルが放出される。これを感知できる動物は行動に異変を認める」と。

そう言われると、地震予知の可能性があながち全くゼロではないようにも僕には思えます。と申しますのも、江戸時代の庶民の多くはそれを信じていて異を唱える者はいなかったわけで、そこに何の理由もなかったとも言い切れませんよね。

そんなことから、僕は今回の記事を通してこう言いたいのです。「それが知恵や科学的知見か俗説かは、僕の身の丈では判断できない」と。

歯切れの悪い結論になりましたが、最後に言っておきたいことは、「見る角度によってものごとは真のときも偽のときもある。この世の中はことの真偽だけでもなければ知恵だけでもない」と言うことです。

今回はこれで話を終わりたいと思います。

## 第11号

こんにちは、西田です。

昨年の今頃は春日井市民病院東棟411号室に10万人に1人しか手術の対象にならない国の指定難病の胸椎黄色靭帯骨化症の手術後で入院しておりました。ちょうど今頃リハビリをしていてよちよち歩きができる程度の回復具合でした。

そして、4月1日に桜が満開となり、僕も退院できました。

もうすぐ春で桜の季節も近いので、今回は「お酒の話」をさせていただきたいと思いません。

僕は弘前大学北鷹寮で大学生活を送っていましたので、当時はいまのように飲酒規制がなかったので、新歓と言うことで大量の日本酒を飲んだものです。

しかしそもそも、お酒の「適量」とはいったいどのくらいなのでしょう。

厚生労働省が定めるお酒の「適量」と言うのは、日本酒1合あるいはビール中瓶1本なんだそうです。これは実質アルコール量で言うとおよそ20グラムになり、平均的な人間が1時間に肝臓で処理できるアルコール量およそ7グラムの3倍に当たり、要するに翌朝目覚めるまでに完全にアルコールが抜けるのに必要な時間に余裕を持たせた数値であることが分かります。

しかし、「お酒に強いひと」といけば「お酒に弱いひと」もいます。いったいどうしてでしょう。

肝臓でのアルコール処理の過程は2段階に分かれます。まず、アルコールがADH（アルコール脱水素酵素）によってアセトアルデヒドに分解され、さらにアセトアルデヒドは（アセトアルデヒド脱水素酵素）によってアセテート、平たく言えば酢酸に分解され、最終的には水と炭酸にして体外に排出されます。

「お酒が強いひと」と言うのはこのアルコールの分解過程の2段階目で働くALDHが多いひとであることが医学的に証明されています。

では「お酒が弱いひと」はどうしたら良いのでしょうか。

そのためにはALDHの活性を高める「高たんぱく低脂肪、およびタウリン」を多く含む「おつまみ」を食べると良いようです。

そんな「おつまみ」として最適なものは、湯豆腐、イカ刺し、酢だこ、生牡蠣、枝豆など

の上記の栄養素を含むもののようです。「おつまみ」はアルコールによる胃粘膜の侵襲から胃腸を守る働きもしますので、空腹での飲酒は控えるべきです。

筆者も寮でのお酒での笑えない「失敗談」がありまして、どうしてお酒を飲むと酔っぱらうのかと申しますと、アルコールは脳新皮質を麻痺させ、古皮質、いわゆる「本能」だけの働いた状態にしてしまうからです。

そして、さらに笑えないのがいわゆるお酒の飲み過ぎによる「2日酔い」です。僕は寮の「階コンパ」の翌日から「3日酔い」になりひどく辛かった経験があります。これはアセトアルデヒドのいたずらと言うべきもので、頭痛、吐き気、悪酔い、胃痛、悪寒などの症状を引き起こします。

お酒には適量であればストレス解消やリラックス効果がありますので、我々はもう良い社会人ですので、こうした事実を踏まえながらお酒は楽しみたいものです。

今回は「お酒の話」でした。次回をお楽しみに。

## 第12号

こんにちは、西田です。今回は「人間性の歪曲」ということを考えてみたいと思います。

人間が平常心を失っておかしくなるのには、僕なりにまとめると4つの類型に大別できると思います。

まず1つ目は「基本的欲求の不充足」です。「衣食足りて礼節を知る」ということわざがありますが、窃盗などの犯罪の多くは、「貧すれば鈍す」のパターン、つまり「基本的欲求の不充足」が原因で起こっております。

我が国の日本国憲法には「生存権の保障」が謳われており、生活困窮者には生活保護などの対策で手は打ってはありますが、そういった制度についての無知からくる犯罪は後を絶ちません。

2つ目に、現代の社会病理の9割以上の原因である「ストレス」が挙げられます。以前このメルマガで触れた全薬工業から出ている「アロパノール」というお薬（その中身は漢方の抑肝散）やトリプトファンの摂取によってある程度は緩和できますが、長時間労働が常態化している現代の労働環境を改善することなしに、そういった小手先の対策だけでは問題の根本的かつ本質的な解消は望めないと思います。

ストレスにかんしては、DVやいじめ、虐待、セクハラ、パワハラ、ストーカー、依存

症、その他の犯罪などさまざまな問題が社会問題となっております。本質的な解決には、ご近所さんやネット上の知り合いなど、ひととひとのつながりを欠かさないことが一番の薬になると思います。

3つ目は、「優越感（シューペリオリティ・コンプレックス）」と「劣等感（インフェリオリティ・コンプレックス）」です。

現代の学力至上主義、能率至上主義、業績至上主義、はたまた異性交際における容姿の問題など、それを埋め合わせられる（補償できる）何かを持たない人間にとっては現代はなんと世知辛いことでしょうか。「いじめ」と「学力」には正の相関が認められたと言う研究結果もあるくらいです。我々はもっと了見を広くして、いかなる人間にであろうとも光るものが見える目を養いたいものです。

要するに「人間の多様性」として未だ認められてはいない何かが、そう言った感情問題に苦しむひとびとに見られることが、また、そう言った悩みを抱える者同士が元気を付け合えるような社会の仕組みを作ることが大切です。

最後に、これが一番厄介な人間を歪ませる原因なのですが、4つ目として「自意識過剰」です。我々はこうした人間たちに歴史的にひどい目に遭わされ続けてきました。ひとたびそう言う人間が社会を主導する立場に立ったとき、必ず我々の社会には歴史の悲劇が訪れます。ヒトラーにせよスターリンにせよ東条英機にせよ、ひとりの人間の前に何人の人間の命が犠牲になったことでしょうか。

悲しいことに、歴史の偉人の中にもこのトリックにひっかかった有名人がいます。それはソクラテスです。あるひとが占い師に「この世で一番賢い人間はだれか」と問いかけました。すると占い師は、「この世にソクラテス以上に賢い人間はいない」と言いました。それを聞いたソクラテスは、ありとあらゆる職業人その他のひとびとたちに議論を挑み、彼らの「無知を暴き」、「自分も無知なことは分かっている、しかしそれを自覚しているのといないのでは大違い」だと考えました。

僕はソクラテスの話を聞いて、議論を吹っ掛けられたひとびとが気の毒でなりません。確かにソクラテスは思いあがらなかったところは人間としてまだましだとは思いますが、このソクラテスの「自意識過剰からくる知恵比べ」ほど愚かな人間の一面を見る気がいたしません。ソクラテスほどの賢人でも自意識過剰のトリックに引っかかると、ある種の「構ってちゃん」に墮落してしまうことを歴史は我々に教えています。

今日は、「なぜ人間はおかしくなるのか」について考えてみました。次回をお楽しみに。

### 第13号

こんにちは。西田です。

僕の世界一ショボい身の丈が原始人の永久機関のアイデア「ダナイド」のことは読者の皆さんは知っておられることと思いますが、あれでは大したエネルギーは得られないと思うので、現代科学の最前線で研究されている「永久機関」をご紹介します。

昔、発明王エジソンは電気を発見した時に、「直流」を提唱しました。しかし、現在の我が国の電気はすべて「交流」が規格になっています。無論その発明を輸入したアメリカにおいても事情は同じです。

この「交流電流」を発明したのが隠れた発明家ニコラ・テスラです。いまアメリカで「テスラモーター」という有名な企業がありますが、この企業はテスラの電気理論を巡って開発されたあるものの開発がご破算になった後に設立された企業です。

その「あるもの」が「EMAモーター」という「永久機関」だということをご存知の方はほとんどいないでしょう。

この「EMAモーター」と言うのは夢のような永久機関でした。何が凄いかと言うと、発電し始めたら止まらないことと、発電時にモーターが冷却されることです。

と言うことは、一番我々の身近で消費電力の大きいエアコンを、モーターが発電時に冷えるわけですから、モーターを屋外に設置すると、地球温暖化の原因である過剰な熱を放出するどころか吸収してしまうわけです。これほどエコな技術は世界広しと言えども「EMAモーター」だけでしょう。

この技術を見に日本から見学に行った科学者の一団がいました。そのひとたちは直に「EMAモーター」を見て驚愕したそうです。

しかし、この技術は一説では電気業界の脅威だったため、開発に圧力がかかってご破算になったそうです。

ファラデー熱力学の陥穽を突いたとても素晴らしい装置であったにもかかわらず、目の見なかったことは人類最大の痛恨事と言っても過言ではないでしょう。

いま我が国では見えない世界でこの「EMAモーター」の再現を求めて研究されているそうです。

一度陰で特許を取得してしまえば、どんな形態であれ世間への流布は決定的になります。こんな夢のような永久機関はテスラほどの天才でなければ思い付けないと思いますので、

黙ってそれが現れる日を待ちましょう。

今日は「報われなかった永久機関」のお話でした。次回をお楽しみに。

#### 第14号

読者の皆さん、こんにちは。西田です。

今回は、「感情」について心理学の祖ヴントの理論から僕の感情理論である「西田理論」までについて述べていきたいと思います。

中世のアラビアの諸科学を視野に入れられないことにすると、「心理学」という学問は1879年にドイツ・ライプツィヒ大学に初めて公式な心理学研究室を開設したヴントによって創設されました。

ヴントは知覚から民族性までさまざまな心理学的アイディアを持っていました。まずはそのヴントの「感情の3要素説」から説明を起こしたいと思います。

ヴントは感情と言うのは「興奮－沈静」、「快－不快」、「緊張－弛緩」の3要素からなるという説を唱えました。ただ、この説の限界として、「恥」とか「軽蔑」と言った社会的な感情が説明できないところにあります。

そして、20世紀初頭になると、有名な感情についての心理学的議論が起こりました。

それは、ウィリアム・ジェームズと言う心理学者が「感情の末梢起源説」という理論を提出したところから始まりました。「感情の末梢起源説」と言うのは、我々の感情は例えば顔面神経が笑った時にその末梢神経情報が脳に送られて感情を引き起こす、と言う常識破りな考えでした。

それを一言で説明すると、「悲しいから泣く」のではなくて「泣くから悲しい」と言うことになります。この時代にランゲと言う医学者も同じアイディアを示したことから、「感情の末梢起源説」のことを心理学では「ジェームズ＝ランゲ説」と呼んでいます。

これに反発したのがキャノンと言う生理学者たちでした。彼らはたとえば猫に麻酔をかけて末梢神経のフィードバックがなくても感情が引き起こされる事実などから、やはり「悲しいから泣く」が正解だと主張し、どうやらやはり我々の経験則は間違っていないらしいことを突き止めました。これを「キャノン＝バード説」と言います。

しかし、我々の生活を見ていると、例えばパーティーの席で軽いジョークを飛ばすと、ひとびとはリラックスしよりパーティーが楽しくなる、と言う現象に見られるように、解釈の仕方によっては一部は「ジェームズ＝ランゲ説」的な事実も一定の範囲では説得力を持っていることがお分かりでしょう。

時代は進み、またまたショッキングな感情についての新知見をシャクターと言う心理学者が発見しました。その理論の名前を「情動2要因論」と言います。

彼は被験者たちにアドレナリンを注射して覚醒水準を高め、それぞれ違うシチュエーションに置いて感情の主観的種別が必ずしも一定ではなく、ロマンチックな場面に置かれた被験者は恋愛感情を抱き、喧嘩場面に置かれた被験者は怒りをと言った具合に、生理的状态は同じなのに違った感情を抱くことを明らかにしました。

このことをシャクターはこう解釈しました。「情動（感情）が起きるための要因は2つある。ひとつは生理的覚醒と言う中立な生理状態であり、もうひとつはそれをなんのせいにするのかと言ったラベル付けの2要因である」と。

シャクターの説は確かに限界はあるのですが、なかなか面白い心理学理論だとは思いませんか。

さて、最後に僕の「感情の西田理論」について紹介してこの記事締めくくりたいと思います。

多くの心理学者は感情と言うものは「社会関係の調整機能」であると考えています。その発想の延長上で僕は以下のように感情を捉えられることを提唱しました。

「感情には2つの側面がある。ひとつは行動や思考の促進・抑制機能であり、もうひとつはそれは自分に対して機能するのか他人に対して機能するのかである」と言う「感情の2軸説（西田理論）」と言うものです。

ヴェント理論で説明が困難だった「軽蔑」とか「恥」と言った感情を僕の理論なら簡単に説明できます。「軽蔑」は「他者の特定思考・行動の抑制機能」を、「恥」は「自分の特定思考・行動の抑制機能」を持っていると説明できます。

実はこの理論は、もっと広く動物生態学的にも適用可能な理論だと僕は思っています。

今日は「感情の諸理論」を紹介させていただきました。次回をお楽しみに。

## 第15号

読者の皆さん、こんにちは。西田です。

今日は童心に帰って「生き物の捕まえ方」についてお話しさせていただきます。

僕は小学校4年生のとき、住み慣れた名古屋市西区枇杷島からお隣の尾張旭市と言う自然豊かなベッドタウンに引越しました。そこは自然の宝庫でした。

以前このメルマガで触れた親友とよく山に入っているいろいろな生き物を捕まえて遊んでいたことをよく覚えています。ヘビ、ヒキガエル、ウシガエル、カメ、カワエビ、ザリガニ、フナ、クワガタ、カブトムシ、トノサマバッタ、ショウリョウバッタ、クサキリ、キリギリス、クツワムシ…と挙げ出したらキリがありません。

そこで今回は特に僕の印象に残っているヘビ、クワガタ・カブトムシ、キリギリス・クツワムシの捕まえ方についてお話ししたいと思います。

ヘビと言うのは水辺に多く生息しています。僕の家の前は「濁池」と言う大きな池の前にありましたので、愛知用水の支流が流れる池の周辺の山に入ると、音もなく森の落ち葉の上を進むヘビによく出くわしました。

ヘビと言うのは温度には敏感ですが、その他の感覚がそれほど鋭くはなく、従って人間がよほど目立つようなところに現れない限り、人間の存在に気付きません。そのため、気配を悟られないように後を追いつつヘビの首をつまみあげると簡単に捕まえることができます。

で、捕まえた後どうするのかと言うと、濁池の水面に投げ入れてやるわけです。ヘビは泳ぎがとても得意なので、水面をクネクネしながら上手に泳げます。それを見て楽しんでいた、と言うわけです。

クワガタとカブトムシを捕まえるのには一般的に木の幹に蜜を塗ると良いとよく子供向けの話には書いてあります。しかし、それはクワガタやカブトムシの習性を知らないひとの言うことです。僕たちはその習性を知っていたので、たくさんのクワガタとカブトムシをいつも捕まえていました。

その習性とは、クワガタやカブトムシと言うのは夜行性なので、昼間どうしているのかにその答えがあります。クワガタやカブトムシは、実は昼間はクヌギの木の根元の土の中で眠っているのです。ですから、昼間の夏山に行ったらクヌギの木の根元を掘ればいくらでもクワガタやカブトムシが捕まえられると言うわけです。オスもメスもそれは同じです。

最後に、キリギリスやクツワムシの捕獲のポイントをお話しさせていただきます。



キリギリスもクツワムシも、鳥に狙われないようにそれぞれ独特の環境下で暮らしています。キリギリスは枝葉の入り組んだお茶の木の中に、クツワムシは他の虫が嫌がるドクダミの茂みに隠れているのです。それはそれで彼らの適応戦略なわけです。

しかし僕たちはそれを知っていましたので、いつもお茶の木の中のキリギリスを、ドクダミの茂みの中のクツワムシを捕まえていたわけです。クツワムシは夜行性のためかあまり警戒心がなく、比較的簡単に捕まえられます。しかし、キリギリスと言うのは昼行性なのでとても警戒心が強く、少しでも人間が物音を立てるとすぐに鳴き止んで息を殺して警戒します。

ただ、お茶の木をキリギリスは安全基地だとしているので、そこから退くと言うことはありません。できるだけ音をたてないようにして、そっと手をお茶の木の中に入れて捕まえるわけです。

そのときひとつ注意点があります。背中をつまんで捕まえないと強力なアゴに噛まれて血まみれになってしまうのです。これは、オニヤンマやギンヤンマなどの巨大トンボの場合も同じことです。

今日は僕の子ども時代の生き物の捕獲法についてお話させていただきました。これから季節は夏に向かっていきます。読者の方のお子さんやお孫さんに教えてあげると楽しい夏休みを送れると思いますので、ぜひ教えて差し上げてください。

では次回をお楽しみに。

## 第16号

読者の皆さん、こんにちは。西田です。

今回は、「日本初もの尽くし～衣食住編～」と言う話題を取り上げようと思います。

皆さんは一度は「水戸黄門」と言う時代劇をテレビで観たことがおありだと思います。

本当のところは、彼は旅などせず59歳で鬼籍に入ったのですが、あの時代劇では諸国漫遊し、あるとき黄門様を演じる東野英治郎が歳を訊かれて「わしか、わしは62になる」と言っていました。あれはテレビ局の時代考証に誤りがあることを示しています。

しかし一方で、徳川光圀というひとは「大日本史」を編纂するなど彼の功績がいまに伝

わっています。

あまり知られてはいませんが、徳川光圀というひとは、「日本で初めて」と言う体験をいろいろとしているのです。

彼は日本で初めて1659年、朱舜水の所持品リストに載っていたラーメンを実際に作らせ、ラーメンを食べたのです。他にはチーズ、餃子、ワインを日本で初めて飲食したことが知られています。

ラーメンと言うのは日本三大人気メニューのひとつですよ。では他のそれであるカレーとハンバーグではどうだったのでしょうか。

カレーを日本で初めて食べたひとと言うのは、1863年に幕府のフランス使節として派遣された三宅秀清だったことが分かっています。ではハンバーグはどうかと申しますと、これは紀元前4000年ごろの縄文時代から我が国では食べられていたようです。長野県大町市の大崎遺跡からハンバーグの化石が発見されたことから分かったのです。

ここまでは食べ物の話でした。次に「住」にまつわる日本初を見ていきましょう。

私たちは暮らしの中で暑さと寒さに長い間苦しめられてきました。そこで冷暖房の日本初を調べてみました。

一番歴史的に古い温度調節に用いられてきた「コタツ」は、どうやら室町時代まで歴史を遡ることができるようです。現代の暖房として一般的なストーブは江戸時代にイギリスから「カッフェル・オーフェン」という名で伝わって来たようです。ちなみに、現代普及している「エアコン」は、我が国では1950年ごろまで存在しなかったようです。

あと「住」で言いますと、我々にすっかり馴染みが深くなった洋式便所は終戦直後に日本で初めて紹介されました。公衆便所は江戸時代から百姓の肥を集めるための手段として長屋にあったそうです。

「住」の最後として、ハンガーの歴史を振り返ってみると、何と平安時代にまで遡れることが分かりました。それは衣桁（いこう）と呼ばれるものだったそうです。

最後に「衣」について見てみましょう。

少し奇妙なお話なのですが、パンティーを初めて着た日本人と言うのは豊臣秀吉であることが分かっています。ちょうどその頃、フランシスコ・ザビエルが日本に宣教にやってくる、周防国の守護大名である大内義隆に「眼鏡」を伝えたこと史書には書いてあります。

靴下を最初に履いた日本人は、初めてもの好きな徳川光圀でした。では靴はどうだったのでしょうか。どうやら、蹴鞠をしていた平安貴族まで遡れるようです。

女性がいまでは誰でも付けているブラジャーは、塚本幸一が1948年に会ったと言われています。タイツ（ストッキング）は1968年にアツギの創業者の堀禄助が知ったと言われています。

他には帽子は1865年ごろに我が国に入って来たらしく、現代の我々が常識的に履くジーンズは1945年に白洲次郎が日本で初めて履いたと言われています。

どうでしたか。調べてみると面白いものですね。それでは次回をお楽しみに。

## 第17号

読者の皆様こんにちは、西田です。

今回は「日本初もの尽くし～衣食住編～」でした。今号は引き続き「日本初もの尽くし～インフラ編～」をお送りいたします。

まずは交通インフラの我が国における嚆矢を紹介しましょう。

日本で最初の鉄道は多くのひとは「新橋－横浜」間だと思いだと思えます。実はそうではありません。

ではいつどこでわが国最初の鉄道が走ったかと申しますと、1865年に長崎で「長崎電気軌道」と言う鉄道が作られ、走行したのが初めてなものでした。

そして、それに先駆けて1863年に日本で最初の舗装道路が出現しました。「長崎グラバー邸」にそれは作られました。実は鉄道を走らせた主もこのグラバーと言う人物でした。

では、いわゆる「ライフライン」と呼ばれる電気・水道・ガスはいつ我が国に出現したのでしょうか。

日本で最初に電気が灯ったのは1878年に工部大学校（現東京大学工学部）における「アーク灯」と言う街路灯でした。街路灯の嚆矢は電気ではなく横浜海岸通りの石油灯で、1870年のことでした。

日本で最初の水道は、上下水道で若干時代が異なります。上水道の嚆矢は、戦国時代の北条氏康の作った「小田原早川上水」で、下水道は豊臣秀吉が1583年に作った「太閤下水」でした。

ガスは1872年に横浜でフランス人アンリ・プレグランの指導下で高島嘉右衛門が作ったのが始まりです。

最後に、通信・防災・福祉・警察の嚆矢について言及します。

日本で最初の通信手段である電話は、赤坂溜池葵町の工部省と宮内省赤坂御所の間に1877年にできました。庶民が情報を得る手段としての「瓦版」は戦国時代に出現したようです。

防災の要である消防は、1629年幕府の命により「奉書火消」が組織されたのが始まりだとされています。

福祉の中心施設としての病院は、1557年に大分にできた「アルメイダ病院」が我が国における嚆矢であり、治安の要である警察は江戸時代に創設されたいわゆる「町奉行」がそうでした。

今日は「日本初もの尽くし～インフラ編～」についてお話をさせていただきました。

それでは皆さん、次号をお楽しみに。

## 第18号

こんにちは、西田です。今日は「いまさらながらの科学論」について述べてみたいと思います。

僕はあまり西洋流の合理主義と言うものが好きではないので、学生時代「科学哲学」はやってはいましたが、その思い出話くらいの気持ちでこの記事をお読みいただければ、と思います。

まず、僕が合理主義にどこか違和感を感じる理由についてお話いたしますか。

合理主義と言うのは、効率と利便を追求する現代の多くの国家の屋台骨を支える思想だと言えるでしょう。それは僕が父方から引いた「西田」の百姓の血がそう感じる事だと思っておりますが、明確に言えばそれは一種の工場主義的世界観だと思うのです。

寂しいことながら、少なくとも江戸期あたりの百姓が生活において相互扶助してお互いの精神的靱帯を維持していた僕の言う「ヨコ社会」のように時間がゆっくりお日様のペースで過ぎ行くような世界観に代わって、明治期から急速に「職階」を中心思想とした西洋流の「タテ社会」に変質してしまいました。

その結果、現代では教育制度も農耕も漁撈も都市社会を支える工場的発想の下僕と考えられるようになってしまいました。形式的には「第1次～第3次産業」と言う分類がなされてはいますが、現代は同じ百姓でももはや「工業」の一種と考えられていると言うべきでしょう。

その屋台骨にあるのは何かと考えて行くと「科学」と言う一種の世界観がそこには横たわっていて、それでひとびとのヨコの精神的靱帯を分断する「成績至上主義」が産まれて、我が国においては急速な「タテ社会」化が進んだ結果、種々の非人間的社会病理がいたるところに見られるようになってしまいました。

では、「科学」とは何でしょうか。

カントは、科学と言うのは数学的基礎を持つ学問のことだと考えました。コントは科学を実証主義的学問のことだと考えました。

かたや僕の行きがかりで学んだ「心理学」は、科学になるべく物理学の心版のようなものを目指して1879年にヴィルヘルム・ヴントがさまざまな感覚の研究などをして、現在ではすっかり科学だと考えられるようになりました。

僕も学生時代はクーンやファイヤーベント、ファイグルと言った名だたる科学哲学者の科学論を読み、さまざまな科学の定義があることを知りました。しかし、考え抜いてみたら、彼らの科学の定義ほど科学と言うのは難しい考え方をしないと理解できないものではないことに気付きました。

では、「科学」とは何でしょうか。

僕の答えは単純です。「科学とは物事の仕組みの理解と発見」だと考えます。いわゆる「論理実証主義」の論客たちに言わせると些か意外な答えに見えるかも知れません。彼らからすれば、物事に仮説を立て、その仮説を検証することが科学に見えて仕方ないように思われるからです。

しかしそう言う考え方をすると、数学や医学や社会学は科学たりえないという答えになるでしょう。しかし僕の科学観をご理解いただければ、それらも立派な科学だと言うことになるのではないのでしょうか。

では「歴史学」はどうでしょうか。僕の憶測では恐らく科学だと言うひととそうではないというひとに分かれるであろうと思います。歴史と言うものは一回起的なもので、そこに法則（つまり、仕組み）を見つけることは難しいと言うひとと、いやいや「ファシズム研究」に見るようにひとを極端な社会に向かわしめる何らかの法則を見つけることは無理とまでは言えない、と言うひとに分かれることであろうと言うことです。

よく科学哲学では「パシモニティ（節約性）」と言うことが叫ばれます。「理論」なるものは少ない言葉で多くの現象を説明するためにあるのだとまで言うひともあります。

ここに、合理主義と同じものの見方や考え方を見るのは僕だけでしょうか。だから我が国も含めたいわゆる近代国家は、科学でひとびとを統制しようとしているのだと僕は見ているのです。

イマジネーションを少しでも広げて見ることができるとすれば、たとえば「いのち」論を抜きにした人工培養肉の製品化とか、アメリカ国軍の幻聴兵器とか、およそ人間離れした世界の心ない貧しい発想に人間はとらわれるようになり、ひとの心さえも機械で統制して能事足れりとするそら恐ろしい未来が我々に待っているだけなのではないでしょうか。

ですから科学至上主義のもたらす世界は、ひと世代前までは考えられていたバラ色の世界などではなく、えらく心の貧相なひとびとの支配する地獄絵図の世界になるだけだと、僕は思います。

なぜかと申しますと、僕の見るところ、「科学」の濫觴と言うのは子どもの遊びやイタズラ、からかい、つまり「ガキの遊び」にあるように思うからです。

人間は文明を持った時からそれまでは考えもしなかったありがたい世界とひどい世界を作り上げました。何でもそうですが、ことのほか科学と言うものは心次第では「諸刃の剣」だと言う自覚を我々に強く刻まない限り、恐らく人類はもう持たない、と僕は感じています。

実はこれを執筆している本日、僕は52歳の学生として中京大学心理学部で講義を聴いて帰ってきたところです。しばらくは学業のため、このメールマガジンもこれから変則的な配信になると思いますのでそのところご容赦ください。

では。

第19号

皆さんこんにちは。西田です。変則配信になっている無礼をお許してください。

今日このメールマガジンが皆さんに届いている頃には僕は中京大学に向かっていると思います。

さて、今回は「お金」について考えてみたいと思います。

そう言われると、皆さんが真っ先に思いそうなことは、「何をいまさら、お金は価値に対して支払われるに決まっている」と言うことでしょうか。

では、「価値」とは何でしょうか。これが従来言われている「経済学の常識」ではうまく説明できないのです。

一般に経済学では「価値」と言うのは「希少性」に対して生じる、とされています。

しかしもしそれが本当ならば、道端に落ちている石にどれひとつを取っても2つと同じものではなく、「すべての石は希少性を持つ」ことになり、すべての石には「価値がある」と言うことになってしまいます。

そこで僕は考え直してみました。

結論から先に言うと、「価値」と言うのは「希少性」によるのではなくて、「プラスの社会的限定感」によっていると言えらると思います。

たとえば、親も子も同じものを作ったとします。そうすると、親から子どもの作ったものを見ると、「よくやったな」と親は思うでしょう。しかし、子どもは親の作ったものを見てもあまり感動しないでしょう。

この「価値についての認識の違い」を生じさせているのが「プラスの社会的限定性」なのだと思えます。

世界に限らず、我が国にも貧困問題は大きな社会的課題として存在します。どうしたらいいのでしょうか。

2週間ほど前に、眠れずにまどろんでいたら、天からある着想が僕の心にじわじわと湧いてきました。最近やけに目にかけていただいている気がするのでたぶん神様の仕業だと思います。

それは、「お金」と言うのは「心の苦しみや心の豊かさ」に対して払われるべきだと言う

ことでした。

もしそうなれば、お金はたとえば心の貧しい悪党には回らなくなり、社会を良くすることに貢献できます。

このように少し目先を変えるだけで社会は良くなると僕は思っています。

ともあれ、当座「お金」と言うものを考えた場合、それは「ありがたみの計量値」だと言う僕の「サンクスメータ説」でお金は考えられると思います。

今日のお話はここまでです。次回をお楽しみに。

## 第20号

こんにちは、西田です。

今日は「僕の職業観」についてお話させていただきます。

僕は中学校・高等学校職業指導科1種教員免許を所持する身であり、本来であれば、職業指南をするべき人間として公に認められてはいます。

しかし、僕の現在に至る仕事の変遷と言う経緯や現在僕は病気療養中の身であることなどから、僕は一般人とは異なる職業観を持っています。

それは、「職業と言うのは自分の夢を叶えるためになるものではなく、自分の夢を犯すものになることである」と言うものです。

多少偏見がかっている、と皆さんもお思いでしょう。そこで、自分の体験的な理由をお話いたします。

僕は30代のときに、春日井市のお隣にある小牧市の日本ガイシのトイレ清掃員の仕事をしていたことがあります。

何をするのかと言うと、便器を洗浄することと、女子トイレの汚物ポットから生理用ナプキンなどを回収するのです（今なら通念上それは女性のする仕事だと考えられると思います）。

くだらない発見がそこにはありました。



女性でタンポンを入れているひとと言うのは、女性が千人いたら1人いれば良い方だ、と言うことです。

そんな戯言はさておき、僕はいつもトイレ掃除をするときに、便器に大量の洗剤を注いでブラシでゴシゴシと汚れを落とし、それを水で流すのがルーティンワークでした。

僕は実はそれが嫌だったのです。

なぜかと言うと、人間の大小便を洗い流すたびに「これは一種の自然破壊行為ではないか？」と言う疑念がいつも湧いてきて、大変な罪悪感を味わい、苦痛に感じていたからです。

ある日から僕はひそかに、便器を洗剤ではなく自分の手で直接掃除するようになっていきました。

しかし、清掃員仲間がこれに気付き、「職務不履行」として僕は辞職に追い込まれました。

仕事と言うのは決められた作業を決められたルールでこなさないと、サラリーが得られないわけです。たといそれが自分の信念や疑念に相反していたとしても。

そんなわけなので、この世で一番幸せな仕事は、もしそれが心からの叫びで真面目にそう思っている範囲では、坊さんじゃないかな、と思っている次第です。

今日もくだらないお話で申し訳ありませんでした。

最後に、どんな職業生活をするにせよ人生を歩むにせよ、僕が痛感しているのは、「目線は低い方が見えるものは多いだろう」と言うことです。

次回をお楽しみに。

## 第21号

こんにちは、西田です。

今日は「右翼の心理学」についてお話しようと思います。

豊田真由子議員の暴言・暴力問題が伝えられておりますが、永田町に詳しいジャーナリストはみんな「あんなの普通だよ」と言う。

法律はできの良い官僚か誰が考えるのかは知らないが、要するにそう言う「鼻高爺さん」や「鼻高婆さん」が国会の場でせめて見てくれは良い法案を提出して可決しているのかと思うと、僕はアホらしくてもととの厭世主義がますます強まり、かねてからの持論である、コミュニティ重層的代表主義制にでもせんことには（これは僕の本心ですが、現実には無理のようなので老人の茶飲み話と受け取っていただきたい）こう言うひとの心の分からないアホに政治を任せていたら、国は腐る一方だわなあ、と長嘆息を禁じ得ない。

こういうとろくっさーい（名古屋弁丸出しですいません）奴等が跳梁跋扈できるのも、学歴でひとびとを分断した上にできたタテ社会の必然かと思うと、たぶん「国民」のレベルもこれに負けず劣らずとろくっさーいんだなあ、と透けて見えて、こんなくならないひとびとのことを真剣に考えるのもアホらしい気がして真面目に政治を考える気持ちも失せようと言うものである。と言うのも、こんな極端な「タテ社会」の世の中では「国民」は「効率と利便の駒か奴隷」で、決して「人間」の名に値するものにもなれないからである。

どんな職業にも言えることではあろうが、そりゃ人間性の王道から考えて、毎日「先生、先生」と言われるような人間がどこかで誰かから気安く呼ばれれば心の底で「無礼者」とつぶやくようになることは日を見るより明らかである。だから安倍自民党には必然的に論語崇拝のカス野郎が群れ集っているわけなのであろう。与野党問わずよく政治家は「是々非々」と言う。もし論語の世界に世の中を変えられたら、それが不可能になることくらいは幼稚園児でも想像がつくだろう。彼らの視線を政治に一番必要な低さに置いておくためにはそう言う悪習をやめたほうが民草にとっても政治家にとっても幸せなのかもしれない。

大体、安倍首相からしてが歌舞伎がかった大ホラ吹きだと言う厳然とした事実がある。彼は「子孫にツケを回さない」と言いながら原発再稼働を次々と推し進め、僕の第2のふるさと弘前のある青森県六ヶ所村に法外な量のプルトニウムを集め続けている。あまつさえ、ここで原発をすべて止めたとしてもこれまでに出了法外な量のプルトニウムの子守を我々の子孫は押し付けられ、そのツケは半減期が2万4千年と言う想像を絶する長さなので、放射能を現在の4分の1にするだけでもおよそ5万年と言う、恐らく人類が絶滅して後数万年はプルトニウムの放射能で地球は「死の星」になるのは確実だと思われる。

ただ現状で法外に十分「子孫にツケを回している」ではないか。ひとの親御さんは考えられて見られたい、「大きくなったらプルトニウムの見張りになるんだ」と言う夢を語る子どもがどこにしようかと。

安倍首相がもしこの冷酷な現状を踏まえて「子孫にツケを回さない」などと言う空々しい嘘を虚空に訴えているのだとすれば、彼はもはや大ホラ吹きでは済まず、その心がもは

や気違いの領域に住んでいるとしか思えない「権力」という名の中身は空っぽのレゾンデールだけで正当化されているだけの大犯罪者だと言える。プルトニウムは言論ではどうしようもない世界最悪の科学の落とし子なのに、それをおずおずと見ているだけのお偉いさんのどこが「国民の生命と財産を守っている」のか。

たぶん彼の頭の中はこうなのだ。明治時代みたいに御名御璽で天皇の威光を笠に着れば暴力団潰しなんてたやすいだろう、孔孟の思想を国民に強要してその親の顔色を窺ってさえいけば、グレル子どもの言い分は無視して簡単に処理できるだろう、意に反する言動は強権で抑えられるだろう、上に逆らわない人間を増やせば軍隊は強くなり国は治まるだろう etc…。哲学筋の話を引き張るならば、まさにその思考法は廣松渉氏の言う「人間の物象化」である。

要するに、なぜ社会のありようを連綿と続く民草の知恵によって、たとえば暴力団に所属する人間の多くは突然にヨコ社会が決定的に欠如した成績至上主義ゆえ出てしまうのでコミュニティを復権して根本的にどんな人間でも生き心地の良い環境を整えるような人間的かつ根本的な解決ではなくて、一度それで痛い目に遭っているにもかかわらず何でもまた御名御璽の名のもとに天皇の側近たる政治家の優越感充足しまくりのやりたい放題でそんなに片付けたがるのか、隣国にすでに反面教師の「国」があって我々は日々肝を冷やしていると言うのに…。

もしそうになって今度天皇が槍玉に挙げられたなら、天皇の首をギロチンに差し出せば済むとでも思っているのではないだろうか。そうでないとしたら、多分彼らは「真剣に信じる事・奉じる事」は人間にとって最高の免罪符だと勘違いしているのであろう。まさにいま、北朝鮮の民草たちの心はそう言う状況にある。こう言う精神風土から我が国では過去に「人間魚雷・神風特攻隊」などと言う人間性にとって何のプラスにもならないとろくさい汚点を我々は見ている。そう考えれば、単に地位が違うだけで豊田真由子と金正恩の心は同じなのではないだろうか。

加えて安倍と言う男は、極めて狡賢い政治手法を取って、「経済」と「憲法」のギブアンドテークを大多数の国民がそうであるような労働のために考える余裕を失ったサラリーマンの心に迫っています。彼は多くの票を期待できるのはサラリーマンだと言うことを熟知しているので、経済政策でサラリーマンの心を驚掴みにし、その余裕のない心に「改憲」を流し込もうとしているわけです。

特に右翼は戦前から一貫して気に入らない政治家を見るとすぐにカッと頭に血が上り、殺してしまうと言う「突発性殺人症候群」と言う病気にかかり続けている。これでは真に民草を思う政治家がせっかく出ても、その餌食になるリスクは高い。きちっと精神医療の現場でこう言う連中も一種の「反社会性パーソナリティ障害」と診断の上措置入院させないと、政治家はいくつ命があっても足らず犬死にする運命を免れ得ないので、精神科医は真剣に社会疫学の問題として取り組むべきだと言える。筆者も安倍首相は大嫌いで、どう

にかなってほしいとは思いますが、モラルと制度の問題として殺したいとは思わない。要するに、「首相」から「ただのオジサン」になってほしいだけである。

こう言う社会病理につける薬は、それとは何の関係も罪もない隣人が傍迷惑を被っていることを地道かつ公にひとびとにインフォームし、民草の常識を勝利に導く、ただそれだけだと思われる。

まあ、残念ながら週刊誌とか雑誌の類も、掘れば出るわ出るわなんだろうから、しばらくは大儲けし続けられるんじゃないのかな。たぶんジャーナリストなんかは「こんなの常日頃」と思って神経が麻痺しているのだろうから、ジャンジャン新卒を入れないと自分の目線が誤っていることにも気付けないんじゃないかな。

昔、「噂の真相」と言う雑誌をよく読んでいて、それくらいがゴシップだと思い込んでいたけれども、民草の目線で見ると、実は「話されない問題」のオンパレードが政治の世界にはありそうだ。特に地方と農村部なんかは自民党の贈答・賄賂天国の状態が今も続いている。そこらへんをしっかりと取材すれば、マスコミは大富豪になれるように思われる。地方や農村部の有権者と自民党は「ずぶずぶの関係」なんか遥か通り越しているから。

今日のお話はこんなところですよ。

## 第22号

こんにちは、西田です。

今日は、僕のブログの記事を加筆・訂正した「AI（人工知能）の限界」についてお話したいと思います。

いま巷では、人工知能が大きな話題となっており、その万能性を盛んにアピールしています。

心理学徒として、ひとつ「人工知能では絶対測りえないもの」として「訴求力」を挙げておこうと思います。

テレビコマーシャルの受けとか人間の魅力、政治的アピールの影響、新学説、芸術など、いわゆる「訴求力」だけはどれだけの経験値があっても測れないと僕は思います。

人間の魅力のひとつである容姿を取ってみればそれは明白でしょう。目の位置が僅かずれただけでも、また、パーツひとつひとつがどんなに綺麗でも並びが悪ければ、凡人が美

人になりもすれば、美人が凡人になりもします。

要するにそれは、新しいタレントがブレイクするように、人間にとっての「訴求力」とは、いつも未知数だからである、ということです。

それから、たぶん人工知能が創造することにも限界があると思います。

たとえば、どれだけ自然の摂理をコンピューターにインプットしても、幼稚園児にでも思い付けそうな僕の「ダナイド」を答えとしてアウトプットできないでしょう。

人工知能を支えている基本的な発想を認知心理学では「プロダクション・システム」と言います。

それには、1. データ（素材）、2. ルール（規則）、3. インタープリタ（解析法）の3つの要素が仮定されています。

過日、藤井聡太四段が敗北した将棋の世界では、1. 駒、2. 許容された特定の駒の動き、3. 差し手の判断の3つのシステムから成るプロダクション・システムから成っていると考えられるでしょう。

こうした「プロダクション・システム」を「訴求力」とか「創造性」では明確に定義できません。

もうひとつ情報科学の応用的理論として「活性化拡散モデル」と言うアイデアがあります。

これは、意味的関連度と処理過程を仮定したロフトスとタルヴィングと言う認知心理学者の理論で、手っ取り早く言えば、「意味的関連度の高い概念同士の脳内活性化は早い」と言う考え方です。

この発想が使われているのが、銀行の静脈認証や警察の空港など不特定多数の人間の集まる場所での顔検知システムなどです。

もちろん、コンピューターは単なる記号から成るシステムなので、「意味を理解」して解を出しているわけではなく、無味乾燥な記号に人間が恣意的に意味付けを割り当てているに過ぎません。

このように、コンピューターは言語と同じで、単なる記号のシステムに過ぎないわけですが、いつだったか僕が紹介したソシュールの「シニフィエ（意味）」を人間はそこから読み取りますが、コンピューターは機械なので、あくまでバーチャルにあたかも意味を持

っているかのような機械に人間が仕立てているに過ぎません。

今日のお話はここまでです。次回をお楽しみに。

## 第23号

こんにちは、西田です。

今回は、「心理学で紐解く経済現象」をテーマにお話させていただきます。

いつだったか、僕は「お金」を「サンクスメータ（ありがたみの指標）」だと言ったことを覚えていますか。それは、経済を心理的にミクロに見た場合のお話でした。

今日は、「社会現象としての経済」と言う視点から、マクロに経済現象を見る視点について考察してみたいと思います。

「お金」と言うのは、無理なく暮らしを立てるためとか楽にするために考え出された人間の知恵のひとつであることは言を俟たないことだと思います。

しかし、「お金のはたらき」と言うのは社会構造やそこにいる人間の感じ方・認識の仕方によって異なってきます。

たとえば、江戸期の庶民が物故した百姓を木桶に納めて墓に埋葬していた頃には、葬式は経済的意味を持つものではありませんでした。また、お隣さん同士だと「これ、家で取れた野菜なんですけどよろしかったらどうぞ」とお金を介さずに施し合いを今でもしますが、都会のお隣さんの顔も見えないところで暮らす個人にとっては、「野菜はスーパーで買うもの」と認識しているでしょう。

それらの「差」が生じる元とは、いったい何なのでしょう。

こうした人間の認識面から「お金」を捉えなおしてみると、「サンクスメータ」の実体が見えてきます。それは、「訴求を限定すること」なのです。

ストリートミュージシャンと人気ミュージシャンの実質的な「差」は、その音楽が「限定した訴求」なのか否かの差だと言うことです。

たとえば政治的主張が「限定された訴求」だったとしたら、その政治家はその訴えの聴

ける媒体だけで有料で行うことでしょう。しかしそれでは、一部の根強いファンが限定された有料の媒体を喜んで購入するかも知れませんが、政治的訴求の体をなしません。なぜなら、政治的訴求と言うのは、限られたひとに聴いてもらうべき性質のものではなく、国民に開かれていることが国家存立の根本なのですから。

もうひとつ、もし政治家がその主張を売り物にしたとしても、読者が「聴いて得をしたと思う」のでなければ、買い手はいなくなってしまう。これは概念的には「訴求力の問題」と考えて良いでしょう。もしその主張が非常に訴求力の強いものだったとしたら、音楽や小説の世界の「ミリオンセラー」のように爆発的に売れることでしょう。

つまり、ある商品を消費者が購入するか否かは、その商品に「限ってでも売る価値のある訴求力があるか」にかかっているわけです。

しかし、それだけが商品開発の動機づけになるわけでもありません。それは、「訴求力の一般性」と言う条件をクリアしていなければならないからです。そうでなければ、1人しか買わない商品をいかに素晴らしくても開発しても、開発者は破産してしまうでしょう。つまり、何か「売り物」になるか否かは、一定の消費のパイがあって、なおかつ限定して披露するだけの訴求力があるかどうかにかかっているわけです。その良い例は鉄道事業です。広域的に利益が出るのでもなければ、ローカル線は存続できません。

ですので、僕のような難病の治療法の確立は、一般的な病の治療法の確立よりも遅れて出てくるわけです。しかし、医学者であれば一定の収入があるから難病の治療法の研究もできるので、青息吐息で何とかなっていると言うことなのです。あるいは、ある商品の開発者が極めてパイの小さい消費者に売り物を提供できたとしたら、それは余興かサイドビジネスとしてできているに過ぎません。

で、ここからが本題です。

現代社会のように、需要にも供給にもバラバラの開発者と消費者が入り混じった複雑な社会において、その経済現象を適切に捉えるにはどう言う視点で見るのが良いのでしょうか。

その事の起こりを「売春」を事例として考え始めてみようと思います。

たとえば、その社会のすべての成員がすべての成員と知り合いの社会、たとえばご近所さんとかクラスルーム単体では売春は自然的に抑制され生じません。売春はギリシア時代のポリスの時代にまで遡りますが、ポリスと言うのは大多数が大多数を知らない社会でした。後ろ指を指されることと儲けが出ることを天秤にかけてみて後者の方が売春婦にとって重要であれば、彼女は売春に出るでしょう。しかし、そう言った事態は顔の見えないポリスだからこそ現れるわけです。良くクラスで「あの女子生徒はやりマンだ」などと言う

噂が出たりしますが、それは彼女にとってクラスだけが生活の場ではないということの意味します。

ことの良しあしは措いておくとして、なぜ売春が成立するのかと言えば、あまり知られずに性欲のみなぎった男がその社会で売春婦と情交できるから、そしてそれをできるだけのお金を持っているからなのです。言葉の使い方は適切ではないという指摘も予想はしますが、それは売春婦にとっては儲かるから、男にとっては性欲を満たせるから、つまり両者にとってそれは「救済」になっているからなのです。

この「一定の消費のパイのある限る意味のある強力な訴求力」こそが発生的には「お金が産まれたわけ」だと言うことがもう皆さんにはお分かりでしょう。無論、先述のようにそれを基盤として事細かなスペックに応えることも可能になっていくわけです。

「救済」というキーワードで我々の日常生活で「一定の消費のパイのある限定する意味のある強力な訴求力」を探すことや見つけることが利潤の原動力だと言うことはご理解いただけたと思います。

しかし僕は思います。「ものごとは何でもほどほどにしておかないと、いずれ叩かれるときがくる」と。特に我が国は外国と違って優秀な水道技術のおかげで限りなく無料で近いかたちで水が飲めるのは、我が国にとっては本当に幸せなことです。もし大気汚染がひどくなって空気を買わないと吸えない時代が来たら、大半の庶民は死ぬでしょう。限りある資源は末代まで大事にすべきだと思います。

いずれにせよ、マクロの経済現象を心理学的に考えるためには、ひとびとの「何を求めているのか」とか感性とかひとびとの出会いの在り方を状況的かつ実体的に把握し、熟知し知り尽くしていることが最低の条件になろうかと思っています。それは一言で言うと、ひとびとの心や感性の錯綜を紐解けると言うことになろうかと思っています。

問題の検出能の高い誰かが、そう遠くない将来に「心理学に基づく経済学」を発展していただける日を僕は楽しみに待ちたいと思います。それには社会の感性の錯綜を実体的に知り尽くす必要があるでしょう。

今日は「マクロの経済の心理学」を入口の所だけお話しました。ではまた次回をお楽しみに。



## 第24号

### 「記憶の心理学」

こんにちは、西田です。今日は、まだ常識程度の知識しかない「記憶の心理学」についてお話させていただきます。

記憶が心理学のテーマになったのはエビングハウスによる「忘却曲線」の実験からで、心理学の中では最も初期からのテーマでした。

記憶と切っても切れない関係にあるのは学習と言うテーマです。

心理学における学習概念は現在心理学者たちの中で「経験による比較的永続的な行動の変容」と定義されております。

そう考えると、記憶というものは、一種の学習であることはご理解いただけると思いません。

記憶についての理論は近年盛んに議論されている心理学のテーマです。古くは記憶を短期記憶と長期記憶に区分する理論、ミラーと言う心理学者が見いだした「マジカルナンバー7±2」、「系列位置効果」などがありました。

特に近年では認知心理学の隆盛とともに多くの記憶理論が提出されています。と申しますのは、認知と言うものは、「それが何であるのかを知る」と言う「対象の同定」だからです。もし記憶が正常に存在しなければ、認知そのものが損なわれます。その典型例は認知症です。

記憶は、記銘（覚えること）、保持（維持すること）、再生（思い出すこと）の3側面から成り立っていると考えられてきました。実験的検討によると、記憶というものが忘れ去られていく（忘却）のは、記憶が弱まるため（衰減説）ではなく、新規記憶が上書き（干渉）されるためだと言うことが分かっています。

簡単にいくつかの最近の記憶理論について振り返ってみましょう。

初めのうち記憶というものは「閾値説」と言う考えで想定されておりました。これは多くの記憶実験で「再生」よりも「再認」の方が成績がよいことを論拠にしておりました。要するに「再生閾」は「再認閾」よりもハードルが高いので再認の方が容易だという理論です。

ところが、意味的に高構造リストと低構造リストを用いた記憶実験では、再生だけでしか差が確認されませんでした。キンチュはこのことから、「再生」には「探索」と「照合」が必要だけれども「再認」には「照合」しか必要ないためにそう言う結果になるのだと説

明しました。

しかし、キンチュの考えにも記憶のすべてを説明するのに矛盾した現象が報告されました。それは、場合によっては「再認」より「再生」の方が成績がよい現象が見られることでした。

そこで、タルヴィングとトムソンはさらに実験的検討を行って、記憶における決定的な規定因は「符号化特定性」にあることを明らかにしました。つまり、我々がどのように情報をコーディングしているかによって記憶強度が規定されると主張したのです。

記憶の強度については、これらの知見を元にタルヴィングとロフタスが「活性化拡散モデル」と言う記憶の構造にかんする理論を提出しました。「意味的関連度の強いアイテムほど情報は活性化されやすい、つまり思い出されやすい」と言う理論です。そして、記憶の定着にはそれにまつわる情報を付加する「精緻化」が重要だと言っています。

かつて主張されていたアトキンソンとシフリンの「記憶の二重貯蔵モデル（記憶には短期記憶と長期記憶があるというアイデア）」も見直されてきました。バドリーと言う心理学者によると、もし記憶が短期記憶だの長期記憶だのとスタティック（静的）なものだとすればどうして記憶されるのかが説明されていないと考え、作業記憶（ワーキングメモリ）と言うものを仮定すべだと言い、実験的に検証しています。

ところで、心は論理的である、と言う主張をよく見かけますが、たとえば我々は無理矢理つじつまを合わせたような夢を良く見ます。以上に見てきた記憶理論でこのような事象が説明できるでしょうか。

記憶には積極的に情報を取りに行くような「アクティヴ・メモリー」と、なぜか覚えてしまうと似たような「パッシヴ・メモリー」の2種類があるように思います。このうち「アクティヴ・メモリー」は夢とか無意識的過程くらいでしか見られない特異なものだと思います。

恐らく、従来の記憶理論には我々の日常における記憶を説明するにはまだまだ足りないところが多いのではないかと僕は思っています。

僕は記憶というのはロックが言い出したような「連合（アソシエーション）」が大事なのではなくて、「脈絡（コヒアランス）」こそが大事だと考えています。

「脈絡」には「梁（主題）」と「壁面（内容）」と言う側面があると思います。たとえば、我々が子どもの頃に親に遊園地に連れて行ってもらった思い出があるとすれば、遊園地という「壁面」には親という「梁」が通っていると思うのです。

しかしこれまでの記憶の心理学が扱ってきたのはそのほとんどが「意味記憶」にかんするもので、「エピソード記憶」は考慮されてはいませんでした。このように、これからの記憶の心理学は、「トピックの経験的・概念的関係性」も含めて記憶というものを考えねばならない段階に入ったと僕は思います。

今日のお話はここまでです。次回をお楽しみに。

## 第25号

こんにちは、西田です。今回は「名古屋生まれの僕の名古屋弁講座」をお話しさせていただきます。

僕は子ども時代を名古屋市西区で過ごしたので、もともとはベタベタの名古屋弁を喋っていました。

しかし、大学時代を弘前で過ごしていると、僕も含めた名古屋圏出身者は関西出身者とは全く違って名古屋弁を話すことはありませんでした。

どこの地方の方でも同じことだと思うのですが、放送などはすべて標準語で流されますので、自分の育った地域を離れると、ほとんどの地域のひとは標準語で話せるわけです。

たぶん、関西出身の方は、関西弁を標準語だと認識しているので、どこの地方に行っても関西弁を話すのだらうと思います。事実、国内のどこでも関西弁は理解されます。

しかし、名古屋弁は少し事情が違って、名古屋弁の話し手以外には理解できないボキャブラリーがたくさんあります。

たとえば、次の文を標準語話者には理解できるでしょうか？

「おみゃーきのうぼっさいケッタに乗ってえらかったんじゃにゃーか？わし、見とったわ。鍵かっときゃーよ。ほんとはよ、ゆんべこっすい奴にちよろまかされておうじょこいたわ。でえりゃとろくさい目に遭って大損こいてまった。おみゃーもあんばようちいと氣い付けやーよ」。

たぶん、名古屋人以外だとほとんどミスリードしてしまうだらうと思います。

名古屋弁も昔よりは認知されてきてはいるので「おみゃー（あんた）」とか「でえりゃ（すごく）」は分かるかも知れません。

この一文には意図的に多用される名古屋弁を織り込んであります。「逐語」をこれから解説させていただきます。

「ぼっさい」と言うのは「オンボロな」、「ケッタ」と言うのは「自転車」、「えらい」は「疲れた」、「かっときゃーよ（かう）」は「かけときなよ（かける）」、「ゆんべ」は「タベ」、「こっすい」は「ずるい」、「ちょろまかす」は「騙す・誤魔化す」、「おうじょこいた」は「ひどい目に遭った」、「こいて」は「して」、「あんばよう」は「上手に」、「ちいと」は「少し」という意味です。

名古屋弁にはこのような独特な言い回しが非常に「ぎょうさん（たくさん）」あります。3つだけ例を挙げると「もうやっこ」は「共同で使う」、「やっとかめ」は「お久しぶり」、「かしわ」は「鶏肉」と言った具合です。

僕が子どもの頃までは使われていたのが、最近はほとんど聞かなくなった名古屋言葉もあります。

その代表格が「いこいとる」と「すたこく」です。「いこいとる」と言うのは「恋している」、「すたこく」と言うのは「急ぐ」です。

実は名古屋弁は名古屋だけで話されている言葉ではありません。「方言同心円存在仮説」という仮説があります。昔、都は京でした。京都の中心から名古屋ほど離れたところに京丹後市と言う地域があります。そこに住んでいる方々は名古屋弁を話し、理解できるのです。

今日は軽い名古屋弁講座をお話させていただきました。

本当に不定期で申し訳ありませんが、次回をお楽しみに。

## 第26号

こんにちは、西田です。

今日は「生産性の規定因研究がなぜ不毛に終わったのか」についてお話させていただきます。

「生産性の規定因」を研究したアメリカのウェスタンエレクトリック社のホーソン工場  
で1924年から1932までの8年間にわたって行われた「ホーソン研究」では、メイ  
ヨーやレスリスバーガーらの心理学者が労働環境における物理的条件とか人間関係的条件  
を生産の規定因として仮定してさまざまに条件を変えて生産性との関係を検討しまし  
たが、明確な答えは得られませんでした。

その後、ハーズバーグの「動機付け－衛生要因」理論とかマクレガーの「X理論Y理論」  
説とかアージリスの「パーソナリティの成熟・未成熟」説が提唱されましたが、決定打に  
はなり得ませんでした。

それはなぜか、と言うことを僕なりに考えると、心理学者は「心理」に過剰に注目し  
すぎるのが、「社会の中の企業」と言う視点を欠落させていることにつながってしまっ  
ているからではないか、と思うのです。

他にもシャインと言う社会心理学者は、人間を「複雑人」と捉えないとこの問題の答え  
は出ないだろう、と言っています。

しかし、本当にそうなのでしょうか。

環境要因に心理学者が注目するとき、物理的要因とか人間関係的な要因とか人格的要因  
とか課題達成的要因とか、どうも是が非でも「環境心理学的要因」探しに陥りがちだと  
は皆さんは感じにならないでしょうか。

それらは、きわめてミクロな視点に立って「ひとの心」を見ているだけでしょう。結局、  
「ホーソン研究」以降のハーズバーグにせよマクレガーにせよアージリスにせよ、「人間  
の心理的成長」と言うこれまた心理学者的な発想しか出てこなかったのが、決定打になり  
得なかったのではないのでしょうか。

常識的に考えたら、たとえばアマゾンのコマーシャルのような訴求力のあるコマーシャル  
の制作者とか、ヒット商品の開発者は、それが社会の財産になっていることを感じるの  
でますます頑張ろうと思うはずですよ。それは「社会の中の企業」と言う発想がありさ  
えすれば誰にでも考えられることだと思うのです。

たとえばストレス研究にしてもそうですね。人間のそう言う面というのはストレス低減  
にも大きな役割を果たしているはずが、どうしても心理学者のスコープには映らないよう  
です。

要するに、我々が「生産性の規定因研究の不毛性」について考えるとき、結論として「生  
産性」と言う非常に社会的な問題に対して、どうして心理学者たちは社会、もっと言うと

「社会の中の企業」という視点を持ち得ないのかと言えば、そもそもの「ホーソン研究」自体からしてが我々の生きている現実社会と言う前提を排除していたからだ、と考えざるを得ません。

「ホーソン研究」の残像が心理学者たちの注目を一定の規定因の想定にしか導かないことが、心理学者たちの視野狭窄を招いているように僕には見えます。

どんなことでもそうですが、問題を考えるときには「無知は知の扉」であり、無前提の状態から問題を見ていかないことは、問題の本質から我々を遠ざけてしまいます。

我々はくれぐれも「学問馬鹿」にならないように広い了見を持ちたいものです。

本日は、「生産性研究における心理学者のピットフォール（落とし穴）」について考えてみました。

それでは次号をお楽しみに。

## 第27号

こんにちは、西田です。

今日は「最近見かけなくなったタイプの政治家」の昔話にお付き合いよろしくお願いたします。

昔は「社会主義か資本主義か」というある意味「作られたイデオロギー」で日本の政治も花盛りでした。

僕は生まれが名古屋なので、民社党の春日一幸代議士などがよくテレビなんかに出ていて、政治談義をしていたのをよく覚えています。

僕の記憶に残っている当時の政治家たちを今振り返ってみると、現在の「政策論争」一辺倒ではない迷いの深い重厚長大な政治信条を持つ政治家が多かった、と思います。

今日は端的に、春日さんだけのお話をしてみようと思います。

テレビの中で彼が言っていたのは、たとえば「ニーチェの言葉の中に“認識せざるは存在せざるなり”という言葉があります」と言って訓詁注釈していたことです。

これひとつ取ってもひとびとに考えさせる政治家だな、と僕なんかは感じたものです。

“認識せざるは存在せざるなり”という言葉をいま僕なりに読み解いてみると、なかなか奥が深い指摘だと思うのです。

と申しますのは、いま昔の高麗だった某国は、我々に盛んに挑発を繰り返していますね。

で、我々がそれを認識していると恐怖だとか軽蔑だとかさまざまな感情を持ってしまうわけです。

しかしもし、昔大ヒットした「おら東京さ行くだ（吉幾三）」みたいな、「テレビもねえ、電気もねえ」みたいな村落が我が国に存在するとしたとき、彼らは某国が挑発を繰り返していることなんか知りようがないわけです。

で、問題は自分を取り囲んでいる事実を知っていて現実にミサイルで滅ぼされるのが幸せなのか、何も知らないうちにミサイルの犠牲になるのが幸せなのか、という哲学的なお話になってくるわけです。

ひと昔前の政治家にはこう言った重厚長大な政治家が何人もいたわけです。

ところが最近はこのようなタイプの政治家はめっきり見かけなくなりました。

現在は「問題ぶら下がり型」の政治家ばかりになってしまったような気がします。

あるひとは、最近のひとびとは「平和ボケしている」と言います。しかし、本当にそうなのでしょうか。

ひとというのはいつの時代でも健康で生活に困らなくなっても、「貧乏暇なし」を強いられていて、企業活動や生計のやりくりなどでただ戦の形態が変化しただけだと僕は思います。

それをよく象徴しているのが「24時間戦えますか」というテレビコマーシャルです。

そうなのです。ひとびとは昔の合戦よりも遥かにシビアな神経戦を強いられているのが本当のところなのではないでしょうか。

社会は学校なら「いじめ」、企業なら「リストラ」、国政なら「腐敗」と、さまざまなところで昔より遥かにストレスの蓄積する戦による心の荒廃が進んで行ってしまっている、と見るのが妥当なのではないでしょうか。

それゆえ、昔のように心に余裕があってよく考えるひとが政治家として活躍できる余地

がなくなってしまったと考える方が遥かに正確なことの見立てであるように思います。

社会がそんな状態なので、春日さんのような「古いタイプの政治家」が駆逐されていく命運を辿ってしまっているのではないのでしょうか。

僕はそんな風に思います。

今日は「最近見かけなくなったタイプの政治家」のお話でした。

それでは皆さん、次号をお楽しみに。

## 第28号

こんにちは、西田です。

今回は「幸せの本質」についてのお話をいたします。

僕の親戚に重度の脳性麻痺の子がいます。

いつもその子がしていることは、雑誌をめくりながら時を過ごすこと、「ブー、オォーッ」と呻くこと、虚ろに空を見上げていることぐらいです。

他にも僕の友人や知人の中にはこれに準ずるひと、たとえば遺伝性の糖尿病で毎日自分で一日6回インシュリン注射をしなければならないひと、細菌性の末梢血管栓塞症で両足を切断したひと、さまざまおります。

僕自身右足が自由とは言えず、ある種の障害者です。

なので、「障害者にとっての幸せとは何か」について悶絶しながら考え続けて参りました。

人間にとっての幸せのかたちはひとによって、また幸せの形態もひとによって違うだろうと思います。

しかし、人生のどん底を何度も見てきた僕として、自分は現在とても幸せだと感じていて、ひとつ思い至った人生の真実があります。

それは、障害者健常者の別なく人間の幸せとは「甲斐があること」だと言う結論です。



それはいわゆる「生き甲斐」とか「働き甲斐」と言った限定詞のついたそれとは少し違うように思います。

非常に単純な結論かも知れませんが、それはこのメルマガの読者諸氏にでも経験的に思い当たるところのある事実なのではと思います。

人生の当為論（ゾルレン＝「ひと何をなすべきや」）を抜きにして考えてみると、たとえばサラリーマンは自分の積み上げた仕事にサラリーが出ることはひとつの幸せではあるでしょう。

ではたとえば、重度の脳性麻痺の子に幸せはあり得ないのでしょうか？

僕はそうは思いません。人間ならどんなに障害があっても、それぞれなりの幸せは必ず存在すると思っています。

僕のイマジネーションの貧困でいまの時点で言えることと言うか考えられることと言うのは、たとえば先の子のように「ブー、オオーツ」と呻くと、あるいは本をめくっていると、またあるいは虚ろに空を見上げていると必ず「良いこと」が起こるように工夫してあげれば良いだけだと僕は思います。

問題は、それがその子に自分がどうしたから「良いことが起こった」と言う認識を持つようにしてあげることなのだろう、と思うわけです。

社会心理学ではそういう経験的な認識の問題のことを「統制の座」とか「原因帰属」と言って、人間には良いことにはその理由を自分の能力に、悪いことは運などの外的要因に理由を求める「自己奉仕バイアス」と言う心理学的機制がはたらくことが知られております。

したがって障害者の幸せを考えるときに「甲斐を感じる」と言うことが介護側の人間がそれほど心配しなくても道は開けているだろう、と言うことです。

最近「津久井やまゆり園」における大量殺人事件や認知症医院における老人たちの不可解な死など思慮の欠けた事件が多発しており、それはいつでも援助者側の勝手な憶測がもとで起きています。

しかし、医術の進歩や思いもよらぬ着眼点や人間性の豊かさがちょっとあるだけで、患者側も援助側も「甲斐がある」、つまり幸せな社会をつくるのがそんなに困難なことではない、と言うことを我々に勇気づけてくれる、と感じています。

ただこのお話で僕が読者の皆様に願うことは、人間の幸せというものはひとつひとつがすべて個別具体的なので、地に足を着けて自分で考え抜いてそれぞれの場面で最適に振る舞えることが何よりも重要だと思うのです。

今日は立て続けに2本のメルマガを配信し、ご多忙な読者の方に迷惑になっていないことを祈るばかりです。

今回は「障害者、ひいては人間の幸せとは何か」のお話でした。

次号をお楽しみに。

## 第29号

こんにちは、西田です。

今日は多くの哲学者の頭を悩ませてきた「心身問題」についてのお話です。

心理学の常識では「心は脳の中にある」と考えられています。

これはそもそも、デカルトの身体という「物質」と心という「非物質」を分けるという彼の哲学にそのルーツがありました。

その後の哲学者のほとんどはその学説に20世紀まで明確には倣っていたのが王道でした。

ところが、20世紀に入ると僕から見て2人の分析性の優れた哲学者がその学説に異を唱え始めました。

一人はイギリス人で、もう一人は日本人です。

一人目からのお話をしますと、ギルバート・ライルと言うイギリスの「日常言語学者(僕は哲学者とは見解が違って、心理哲学者だと見ています)」と言う学派のひとりが著した「心の概念」と言う本に大変面白い彼一流の心身二元論への批判が載っていました。

それは、デカルトの考えは「機械の中の幽霊のドグマ」だと言うお話で、心身を並列に並べるのは「カテゴリー・ミステイク」だと言う主張でした。

で、二人目のお話をいたしますと廣松渉と言う哲学者は、デカルトの考えを「カメラモ

デルの世界観」だとし、この世の森羅万象は「こと」としてしか現れはせず、「もの」と言う観念はいわゆる「物象化して」できた作話だと退けていました。

ところが、彼らの主張には自然科学系の多くの学者さんは納得できず、チャーマーズなどの論客は「永遠に解けない問題」だと考えています。

で、問題は僕がこの問題をどう見ているのか、のお話になります。

心身医学の実務の世界では、いわゆる「心身相関」と言うことがたびたび指摘されています。

たとえば「うつ病」では「だるさ・食欲減退・頭痛・不眠」などの症状が見られますし、投薬によって心身疾患が改善することも周知の事実です。

こんなことから「心身一元論」と言うアイデアも提起されたりはしております。

一応一心理士として「うつ病」の病態の本質についての僕なりの見解をお示ししておきますと、最近のひとびとはお日様に当たる機会が激減してしまったので、メラトニンの生成不足で発症するのではないかと考えております（統合失調症の病態については僕のブログの記事を参照してください）。

<https://blogs.yahoo.co.jp/tottsan0912/34072137.html>

しかし、そうした現象面を眺めているとどうしても理解しきれない歯切れの悪さがあることもまた事実です。

では、どう考えるべきなのでしょう。

僕はこの問題は哲学的にも医学的にも解決できる問題などではなくて、詩的理解すべき問題だと思っています。

具体的には、「体は海で心は波」と言ったような理解をしておくのが適切ではないか、と思うのです。

そうすると、心身疾患などの理解もできれば心身二元論がどうして生まれるのかの理解もできるような気がするのです。

今日は、「心身問題」のお話でした。

次号をお楽しみに。

### 第30号

こんにちは、西田です。

今日は「てんかん」と「食物アレルギー」および「がん」の病態仮説のお話をさせていただきます。

「てんかん」の病態的本質は「交感・副交感神経作動時における主として大脳側頭葉の緊張と弛緩のメカニズムにおける過剰な電位賦活障害」だと考えています。

「てんかん」の主な症状には、「ミオクロニー発作（突然起こる短時間の衝撃様の筋収縮）」と「カタレプシー（強硬症）」があり、現在のところ一般的な治療薬はバルプロ酸と言うことになっています。

バルプロ酸によって「てんかん」患者の6～7割が現在のところ治療可能です。それができないときは、さまざまな神経作用薬がもちいられます。

もし、「てんかん」の病態が僕の考えるようなものだとしたら、交感および副交感神経の活動時の過剰な賦活電位（アセチルコリン作動性ニューロン過活動）を抑えることで治療は可能かも知れません。

また、瞬きを通常より意識的に増やすとそのような活動は一定程度抑制できるのでそれも僅かかも知れませんが有効かも知れません。

ひょっとすると、「体内の糖分の代謝および脳内の受容系の障害」と言えるかも知れません。

ただ、根治するためには、僕が述べた「てんかん」の病態的本質をヒントとしてさまざまな知見を蓄積し、総合的に判断する必要があるように思います。

要するに、まだ治療において解明されていない多くの謎があるということです。

さて、お話変わりました「食物アレルギー」へと目を向けてみたいと思います。

「食欲アレルギー」の原因として僕が着目しているのは意外に聞こえるかも知れませんが「人間関係の好き嫌い」のそのひとなりの心理予感的な覆履（見込み違い＝人間関係における閉塞感）あるいは人間環境的な貧しさからくる現実ではないか、ということです。

したがって、見る目のある側付きの周囲のひとがなんらかの配慮をしてあげないと治らない心身疾患の一種ではないかと思えます。

食品添加物などによる生体防御機構の障害だと見るひが多いですが、発現因子のひとつに過ぎないと思います。

他にも、確かに母乳保育などの免疫要因にかかわるさまざまなファクターが関係しているかも知れません。

最後に「がん」についての道半ばの筆者なりの病態生理についてのなんとなくの見通しといたしましては、ピロリ菌、放射線、喫煙、活性酸素、食品添加物などオーバーオールに考えてみると、おそらく疫学的な酸素代謝の異常による形成不全細胞が「がん」の本質的生態ではないかと思います。

ただ、どうすれば治療ができるのかは不明です。発酵大豆食品就中味噌が良いというひともいますし、もしかしたら正常な酸素代謝に資する菌類の発見が「がん」の根治療法になるのかも知れません。

今日はまだまだ完全に発症メカニズムが解明されていない「てんかん」と「食物アレルギー」および「がん」についての僕なりのヒントをお話させていただきました。

では次号をお楽しみに（しばらく開店休業になります）。