

## 物語 の力に基づくロマンチックな科学の提案

---「生きる力」によるナラティブの発展を目指して---

竹 下 正 哲

### ナラティブで見落とされているもの

ナラティブという言葉が、さまざまな学問世界で多用されるようになってから久しい。中でも医療、福祉、人類学、民俗学など、人にかかわる分野でその重要性が認識されており、医療の世界では、従来の客観的な「数値」「統計」に根拠をおく医療 (evidence based medicine) に対し、より「対話」や「個人性」を重視するナラティブ (narrative based medicine) が確固たる地位を確立しつつある<sup>1)</sup>。臨床心理学、精神医学の世界はおそらくもっともナラティブが発達している分野であり、「話す、聴く」といった行為そのものに治療効果があると古くから気づかれ、実践されてきた。それらの学会では、抽象化された科学的理論の発表よりも、一つの事例を徹底的に追求した「事例研究」の方が歓迎されるという<sup>2)</sup>。事例という 物語 の奥に、それぞれの臨床で役立つ普遍性が秘められていることを認識しているためであろう。

一方、文化人類学や民俗学の分野では、医療・臨床とは若干違ったニュアンスでナラティブという用語が使われているようで、アプローチの方法というよりは、単にデータの種類として用いている場合が多いように見受けられる。すなわち、数値で表すことのできない「人の語り」や「観察」によるデータを「ナラティブ・データ」と呼び、それら定性データを駆使しながら、エスノグラフィーやグラウンデッド・セオリーなどの手法を開発してきた<sup>3)</sup>。また学問以外の世界でも、自分史というものが再評価され、中高年を中心に盛んに書かれるようになってきている。

このように、ナラティブというものは用語の使い方に若干のばらつきはあるものの、いまや学問領域の垣根を越えて急速に広まりつつある。ただ ナラティブ という手法を深く追求してみようとする、すぐに分かることだが、ナラティブ——すなわち物語——という言葉を用いていながらも、物語そのものに焦点を当てた事例は驚くほど少ない。医療の場合を例にとれば、ナラティブの目的は、あくまで「患者との対話」あるいは「患者が語る物語」を通して患者自身の内面を理解することであり、それによって患者と良好なコミュニケーションを保ちながら、患者の物語を望ましい方向に導いていくことを目指している<sup>4)</sup>。人類学や民俗学の場合であっても、

物語そのものを目的としたナラティブ研究は少なく、多くの場合、調査対象者を理解するための手法の一つとして物語を用いている。つまり研究者がナラティブという文脈の中で 物語 について言及するとき、それは患者（あるいは民族など）の歴史や内面を知るための道具とみなしているに過ぎず、物語 それ自体が秘めている機能や特性について注目しているケースはほとんどないといっている。そのような状況は、「物語をつくる」という視点から探求を重ねてきた立場からすると、たいへんもったいないという印象を受ける。言い換えるなら、これまで物語学や神話学などが積み上げてきた研究成果が、ナラティブ・アプローチにはほとんど活かされていないように見えるのである。物語というのは単なるお話ではなく、現代日本人が忘れてしまったさまざまな力を秘めている。その物語が持つ力や機能を積極的に取り入れていくことは、ナラティブ・アプローチのさらに発展につながっていくはずである。

物語が持つ機能に科学的なメスを入れたのは、カール・グスタフ・ユングが最初だったと思われる。1900年代初頭、ユングは個人が持つ物語や夢の奥に人類全体を貫くある種の普遍性が潜んでいることを指摘した。彼はその普遍性の出所を 集合無意識 (collective unconscious) と名づけ、さらにそのような普遍的物語に登場してくる登場人物たちを 元型 (archetype) という形で抽出してみせた<sup>5)</sup>。しかし残念ながら、この発見を真面目に受けとめた研究者は多くなかったようで、この分野のその後の進展はあまりめざましくないように見うけられる。

ただ、学問以外の分野ではユングの研究成果をしっかりと継承している世界がある。その筆頭がハリウッドで、なぜハリウッドが世界をリードする映画大国になり得たのか、その背景には、物語の普遍性への気づきがあったことは間違いない。「どうやったら世界中の人々が感動する物語をつくれるか？」そのような実際的な課題を探求していったとき、名作と呼ばれる物語には、必ずある決まったパターンが存在していることにハリウッドは気がついた<sup>6)</sup>。つまり人の心を動かす物語にはある種の型が存在しており、その型に沿っているかぎり、人は似たような話を何万回見ても飽きることはなく、そして毎回同じところで涙を流す。逆にその型を無視して物語をつくろうとすれば、たとえシェイクスピアといえども必ず失敗する。そのような普遍的な型というものが確かに存在する<sup>7)</sup>。

そのような型がどこから発祥したのかと探求していくと、実は世界中の神話とその雛形となっていることに気がつく。神話をベースとした普遍的物語には、かつてユングが指摘したように、

老賢者 (the Wise One) マジカルヘルパー (the Magical Helper) 敷居の守護者 (the Threshold Guardian) 愚か者 (the Fool) トリックスター (the Trickster) 聖母 (Woman-as-Goddess) などといった魅力的な元型が必ず登場するが、それは現在のハリウッド映画にも、まったく同じように受け継がれている<sup>8)</sup>。つまりハリウッドはユングの元型理論をさらに発展させ、商業化レベルにまで洗練させたといえる。(詳しくは竹下(2009)参照)

そのような普遍的物語というものは、現代社会では急速に失われつつある。映画、小説、漫画、ゲームなどの分野で商品としてかろうじて残っているものの、日常生活からは物語がことごとく消えていっているのが現状である。しかも、多くの人々は物語が失われていっているという事実

にすら気づいていないため、それによって我々がどのような弊害を被っているのかもはっきりと認識してない。そのような問題意識のもと、本論文では、物語 というものが本来持っている機能について、主に 頭脳 と 心 の対比からひもとくことを目的としている。それは、今後のナラティブの進展のみならず、現代社会が抱えているさまざまな問題を根本的に解決する糸口になるものと思われる。

### 物語が失われていった歴史

現代は、人類の歴史上でもっとも物語が消えた時代といえるかもしれない。物語が消失していく歴史は、現代科学が発展していく過程と歩調を合わせている。現代人の我々は、身の回りで起きている現象のすべてを科学という視点から説明しようとするが、つい数百年（あるいは数十年）前まで、その役割を担っていたのは物語だった。

たとえば、月桂樹の葉はなぜ冬になっても葉を落とさないのだろうか？現代科学では、それは常緑樹だからと説明する。常緑樹とは通常温かい地域に生えているもので、冬になっても雪や氷にさらされる危険性もない。なので、一年中ずっと葉をつけていられる、といった具合の無機質な説明となる。

一方、古代ギリシアの人々はもっと情緒あふれる物語で説明する。予言の神アポロは妖精のダフネを好きになってしまった。しかし悲しいことに、キューピッドはダフネに愛の矢ではなく鉛の矢を射ってしまった。鉛の矢を受けたダフネはもはやどんな男も（あるいは神も）愛せなくなったので、アポロがどれだけ執拗に求愛しようとも、それに応えることができない。そしてアポロのしつこさに耐えきれなくなったダフネは、川の神ペネウスに助けを求めた。するとペネウスはダフネを月桂樹に変えてしまった。それを知ったアポロはダフネを妻にすることができなくなったことを悲しみながらも、彼女の葉で王冠をつくり、そして彼女の葉はいつまでも緑であるようにと布告した。そのため、月桂樹は冬になっても葉を落とさないのである。

このように、かつて自然現象はすべて物語によって説明されていた。雷はどこから来るのか？嵐はなぜ起こるのか？風の正体は何か？すべての現象の背後には生き生きとした物語があった。しかし、科学の発達にともなって、それらの物語は「非科学的」「でたらめ」というレッテルを貼られ、消えていった。ある小学校の教諭は、「こんなに科学が発達した時代に、桃から子供が生まれるとか、魔法によってカボチャが馬車になるなどという話をすると、子どもが現実から逃避するようになって駄目なのではないか」と真剣に訴えていたという<sup>9)</sup>。それは現代という時代をよく象徴していると思われる。

ナラティブがもっとも注目されている医療の世界にあっても、物語はテクノロジーの発達にともなって消えていっていることが分かる。歴史をひもといてみると、実は十八世紀以前の医療の世界では、診察は患者が語ること——すなわち患者の物語——に基づいて行うのが主流であり、それ以外に方法がなかったといってもいい<sup>10)</sup>。客観的な計測といえば、せいぜい脈を取るぐらい

のことで、それ以上の検査をしようと思ったら、もっぱら排泄物によるものばかりだった。中世ヨーロッパでは、mantula と呼ばれる尿を入れるフラスコが医者の特権マークだったことからそれは分かる。この時代は患者の物語こそが医療の中心であり、その証拠に当時の診療はすべて手紙による往復書簡でなされていて、病院などというものはなかった<sup>11)</sup>。

それが十八世紀になると、事態が変わっていき、次々と新しい医療機器が発明されるようになる。まず 1700 年代に体温計が発明された。次いで聴診器 (1819 年)、検眼鏡 (1850 年)、喉頭鏡 (1855 年)<sup>12)</sup>。こういった発明は、医師 - 患者の関係に革命をもたらし、患者から ナラティブ 語りを奪い取る結果につながった。つまり、当てにならない患者の話に耳を傾けるよりも、客観的に計測される数値を見た方がはるかに正確で信頼に値する、そう多くの医師が信じるようになっていったのである。

その傾向はさらに加速され、現代にまでいたっている。自身が医師でもある養老孟司氏は、初めて胃の検診にいったときの驚きをこう語っている。医師とのやりとりは、ただ「胃が悪いそうですね」、「そうです」、これだけ。あとは医師は何も言わずに、ひたすら検査の結果表を覗き込んでいる。患者の体ではなく紙を見ている。紙には CT とか MRI とか最先端の検査結果が載っている。その光景を見て、養老氏は「ああ、この紙が俺の身体なのだ」と愕然と悟ったという<sup>13)</sup>。このような歴史性を踏まえてみると、医療の分野におけるナラティブとは、実は新しい学問領域の創出ではなく、300 年前への回帰という面が多分にあることが分かるであろう。

以上のように、現代科学の進展は、その副作用として日常生活からことごとく物語というものを排除してしまったと考えられる。かつて 物語 が座っていた場所に、今は 科学 が座っている。そして物語が生活から消えていくのにもなって、物語によって育まれていた特質をも現代人は失うことになり、さらには何を失ったのかさえ分からなくなってしまった。つまり、この時代に改めて物語を探求するという行為は、我々が現代科学の名のもとに切り捨ててきたものの復権に他ならない。本論文では、その最たるものとして 心 をとりあげる。

## 心と礼儀作法

いきなり 心 などというものに言及すると、戸惑う方が多いと思われる。1600 年代、ルネ・デカルトが 心 と 体 を明確に分離して以来、科学はもっぱら客観的に数値として測定できるものばかりに注目してきた歴史がある。そのため、客観的に測定することはおろか、明確な定義づけすらできない 心 というものは、物質や肉体に比べて軽視されてきた。そういった 心 を軽視する世界観は、学問の世界のみならず、今や日常生活にまで及んでいる。

たとえばラジオ体操一つとってもそのことは明らかで、体操をするとき、人は体をどう動かしたらよいかということには注意を払っているが、その動きの中で、心をどう動かしたらよいかと考えている人は皆無であろう。つまり運動について考えるとき、多くの人は体にばかりに注意を向け、心を完全に無視してしまっている。

たいていの人は毎朝顔を洗うし、歯も磨く。風呂にも入って身体をきれいに保とうと日々努めている。しかし、毎晩寝る前に心を洗おうとする人がどれだけいるだろうか。心は目に見えないし、手にとってさわることもできないが故に、現代人の多くは心というものを日常生活から切り離してしまったように思える。「心と体を一つにする」という言葉はしばしば聞かれるが、現代ではそれは観念上の問題になり果ててしまっている感がある。

だが、かつての人々——百年ほど前の日本人——は、文字通り「心と体を一つにする」といった状態がどのようなものか、はっきりと認識していたと考えられる。その証拠は、礼儀作法の中に残されている。著名な武術家である宇城憲治氏は、日本の礼儀作法——たとえば正座やお辞儀など——には、本来「目に見えない力」が隠されていると指摘している<sup>14)</sup>。どういうことかという、正しい姿勢でしっかりと正座をし、お辞儀をしたならば、たとえ上に人が乗ってもびくともしないという。それは筋力のない女性であっても同じことで、たとえ両手を床から離しても、まったくぐらつくことがない(図-1、図-2、図-3)。この現象を論理的に説明することは難しいが、実際に体験してみるとすぐに実感できる事実である。つまり、人間には本来そのような力が備わっており、日本の礼儀作法は、そういった力を効果的に引き出す(あるいは養



図-1 正しい正座と礼  
(宇城憲治『気の開発メソッド』より)



図-2 正しい正座の力  
背中に乗られても負担を感じない。身体が居ついていない(居つきについては後述)ので、両手を床から離しても平気。



図-3 間違った正座と礼  
ただ頭を下げただけの礼では、潰されてしまい、起き上がることができない。

う) ようにできていることが分かる。しかし現代では、そういった本来の意味が忘れられ、正座やお辞儀は単なる形だけの儀礼となってしまっている。

正座・お辞儀等の本来の力を発揮するには、「正しい」姿勢をすることが大切で、この場合の「正しい」とは単に肉体の姿形ではなく、心のあり方に深く関わっている。宇城氏はその心のあり方を「胸からライトを照らすようにして礼をする」と表現している<sup>15)</sup>。30年前にすでに同じことに言及していた藤平光一氏(王貞治の一本足打法を指導した武術家)は、動作の中に「心が身体を動かす」と表現している<sup>16)</sup>。このように、「心と体をつつにする」という言葉は、単なる観念上の問題ではなく、実際にそのような状態が存在するのであり、そしてその状態になることで初めて発揮される力があることが分かる。

なぜそのような力が発揮されるのか、それを現代の分析的な科学で説明することは難しい。なぜなら、現代科学は常に物事を要素という部分に分解し、それぞれの部分を細かに分析することを得意としていて、最初から全体を見るということをたいへん苦手としているからである。宇城氏は、その礼儀作法で発揮される力を一言で言えば、「心と技と身体が一つになった」ときに発揮される力と説明する。すなわち「統一体」である。藤平氏もまったく同じように「統一体」と呼んでいる。古来、東洋の武術はこの統一体の力を使うことを大前提としており、普通の筋力による力は「生の力」と呼ばれ、下の下とされてきた。そしてそのような視点で見直してみると、日本の礼儀作法というものは、箸の持ち方から湯飲みの飲み方にいたるまで、すべてこのような統一体の力を発揮するようにできていることが分かる。つまり私たち日本人は、日常生活の中にもこうした「心と体をつつにする」深い意義と秘訣を積み重ねてきたのである。

しかし、現代ではそのような統一体は完全に忘れ去られつつある。つまり統一が崩れたばらばらの状態があたりまえとなり、統一体があったという事実すら忘れられてしまった。そうなってしまった最大の原因には、人々が頭脳ばかりに頼るようになったここ数十年の傾向が挙げられると思う。なぜなら、頭脳に頼ろうとするかぎり、人は必ず部分体になってしまうからである。

## 頭脳と心

このような議論を展開するさいには、言葉の意味をしっかりと定義しておくことが必要になってくる。すなわち、心とは何か、頭脳とは何かということである。本論文では、このように考えている。フロイトが提唱したように、人の精神は自分で感知できる意識 conscious mind の部分と、まったく意識することのできない無意識 unconscious mind の部分に分けることができる(図-4)。たとえば理性的な考えたり、いろいろなことを判断したり、決断したりといった、およそ我々が自覚を持って行う活動のすべては意識が行っている。一方無意識は何をしているのかというと、心臓や内臓を適切に動かしたり、反射運動を起こしたり、怪我や病気を治したり、体を成長させたり、見たり聞いたり、といったあたりまえすぎて普段注意を向けることのないすべての活動をコントロールしている。そして本論では、意識の中でもとくに論理的思考や

理性的思考を担当する部分を 頭脳 reason と呼ぶことにする。一方、心 spirit とは快・不快などの感情も含んだやや曖昧なものであり、その本体の多くを無意識におくが、意識にも若干はみ出している。

大切なのは、この 意識 と 無意識 という二つの層は、人間の体内でまったく異なる二つの

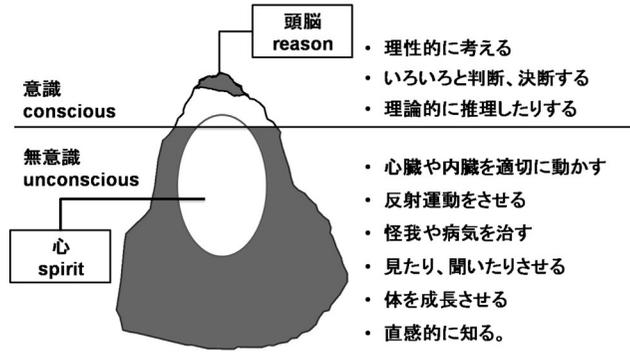


図-4 人の精神の概念図

回路を形成しているということである。あくびを例にとってみると、それが分かりやすい。あくびとはいったい何なのだろうか。ラマチャンドランが解説しているように、卒中を経験した者の多くは、損傷を受けた脳と反対側の半身が麻痺する。麻痺した半身の随意運動は永久的に失われる。だがこうした患者も、あくびをするときには、無意識に両腕を伸ばす。その瞬間、なんと驚いたことに、麻痺した腕が急によみがえるとい<sup>17)</sup>。この事実は、とても重要なことを教えてくれている。腕を上げるという単純な行為をとってみても、実は二種類の回路が存在しているということで、一つは意識的に腕を上げようとする回路。もう一つは、あくびのときのように無意識に腕が上がる回路。そしてこの 意識 と 無意識 という二つの回路は、進化から見れば、生まれた時代がまったく違う、別次元の回路と考えられる。

1800年代後半チャールズ・ダーウィンはすでにこのことに気づいていた。"The Expression of the Emotions in Man and Animals" という著書の中で、彼は人間の中に存在する 無意識の回路 について、数多くの事例を挙げている<sup>18)</sup>。ダーウィンが心にとめたのは、怒りや喜びの表情が人種や文化的遺産とは無関係に世界中どこでも似通っているという事実だった。それらの表情は生まれながら盲目の人にも同様に存在していることから、学習によって身につけたものではなく、生得的ないし遺伝的なものであると結論づけた<sup>19)</sup> (図-5)。つまり人の表情の多くは、進

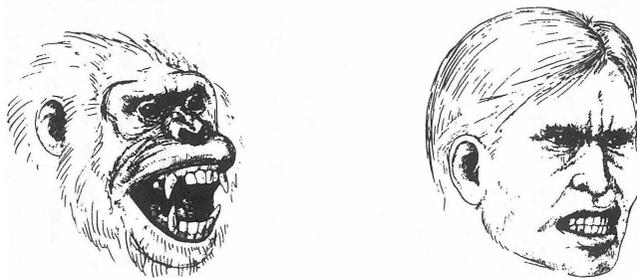


図-5 動物と人間の情動表出の共通性

チンパンジー、人間ともに、怒りの表情ではまっすぐに凝視し、唇を縦にあげて歯が見るように口をいくぶん開いている。(ルドゥー『エモーショナル・ブレイン』より)

化の過程で遺伝子の中に組み込まれているのである<sup>20)</sup>。(詳細については竹下(2008)を参照.)

ひどく怖い目にあったとき、おしっこが漏れそうになった経験がないだろうか。実はそれは人間だけに見られる反応ではない。多くの動物は、極端な危険に出会うと同じように排尿し脱糞する。またその際犬、ライオン、馬、猫など多くのほ乳類は毛を逆立てるが、人間の体毛も同じように逆立つ。ダーウィンはさらにこう続けている。「小さい子どもと長くつきあった人は、彼らが怒ったときに歯をカチカチ鳴らすのを目にしたことがあるに違いない。それは、卵から孵ったばかりのワニが小さい顎をパチパチ鳴らすのと同じで、本能的な行為なのである。」<sup>21)</sup>

ダーウィンが言う本能的な行為とは、意識しない行為であり、すなわち無意識に出てくる行為のことである。このように人間の中には意識と無意識の2つの回路が明らかに存在している。笑おうと意識したときの笑いと、無意識に出てくる笑みを区別するのはいともたやすい。進化的視点から見れば、無意識の歴史は古く、意識は比較的新しい発明品だといえる。理性的に考えたり、将来の行動計画を立てたりするといった頭脳 reason は、おそらく人間だけに備わった精神の機能だと思われる。もしかするとイルカやゾウなどもそういった頭脳を持っているかもしれないが、魚やカエルたちにはたぶんそのような理性的な頭脳はないであろう。逆に魚やカエルたちにも、心臓や自律神経を適切に機能させているのであるから、無意識を持っていることは確実と思われる。そもそも脊椎動物の脳というのは、小脳、中脳、間脳、松果体といったような基本設計は、すでに4億年前の古代魚の時代に完成している<sup>22)</sup>。人間はそれらの設計をしっかりと引き継ぎ、大脳など一部のパーツの大きさを変更しただけに過ぎない。つまり、人間が備えている無意識の多くは、魚類やカエルの時代からすでにその原形が形づくられ、数億年の時を越えて脈々と受け継がれているものだと考えられる。本論では、その進化的に古い無意識の中で、自分という認識を生む部分を、とくに心 spirit と呼んでいる。

正座やお辞儀による統一体の力に話を戻すと、頭脳を使っているかぎり、統一体になることはできない。なぜなら、頭脳とは処理できる情報量が極端に小さく、そのため常に部分体にしかなり得ないからである。心理学とコミュニケーション理論の分野では、1950年以降、意識の容量を情報の単位であるビットで計測する手法が発達してきた。その結果分かったことは、意識が処理できる情報量は驚くほど小さいということであった。数字にすれば、せいぜい毎秒40ビットにすぎない<sup>23)</sup>。そのことは人間は何も経験していないということを意味してはおらず、単に意識にのぼらないことを表している。

人の五感からは毎秒何百万ビットという情報がつねに流れ込んできており、無意識はその膨大な情報を消化している。しかし、意識にまでのぼってきてくるのはその百万分の一に過ぎない。意識はほとんど何の情報も持っていない。たとえて言うなら、意識とはスポットライトのようなものといえる<sup>24)</sup>。人の精神を真っ暗な部屋にみたてた場合、人が意識できるのはスポットライトが当たる小さな円の中だけにすぎない。円の外には膨大な暗闇が存在しているが、意識はそのことに気付いていない。暗闇を司っているのは意識ではなく、無意識だ

からである。

この処理能力の小ささ故に、意識は身体の全体を司ることはできない。それは日々の体験からも実感できることであろう。頭というのは、一度に一つのことしか考えることができない。同時に二つの物事に集中することは決してできない。そう断言すると、いや、そんなことはない」と反論があるかもしれない。10個の楽器をいっぺんに演奏する大道芸人がいるのではないかとという指摘があるかもしれないが、それは意識ではなく、無意識で演奏しているのである。我々は運転をしながらお喋りをしたり、料理をしながら会話をしたりするが、その際は必ずどちらの行動は無意識で行われている。意識はスポットライトであるから、注意力を向けられる対象は、一度に一つしかない。つまり、必ず部分ということになってしまう。

一方無意識は処理できる情報量が何百万ビットと桁違いに大きい。それ故に、無意識の回路でしかできないことが実はたくさんある。意思決定研究の専門家であるギャリー・クレインは、ある消防士をインタビューしたときの模様をこう語っている<sup>25)</sup>。

そのとき、一階建ての民家のキッチンから火は出ていた。消防士たちは玄関を打ち破り、ホースをかついでキッチンになだれこんだ。そしてホースを全開にして火に水を浴びせかけた。普通なら、それで火が弱まるはずなのに、そのときはなぜか火の勢いが止まらない。消防士たちは、廊下を通過して居間まで退却した。そのとき、リーダーは奇妙な胸騒ぎを覚えて、部下たちに「今すぐこの家を出ろ」と命令した。全員が家をでた次の瞬間、床が崩れ落ちたという。火は地下室で燃えていたのだ。そのリーダーは、なぜ「今すぐこの家を出ろ」と命令したのか、自分では分かっていたとクレインは指摘している。それは無意識の機能をよく表した事例といえる。

1997年自然科学の世界最高峰誌 *Science* に、興味深いギャンブルの実験が載った。その実験とは次のようなものだった<sup>26)</sup>。被験者の前に、4組のトランプが置かれている。2組のトランプは赤く、もう2組は青い。被験者は4組のトランプのどれから引いてもよいことになっているが、一枚一枚のトランプには、あらかじめ勝敗が決められている。引いた一枚が勝ちならばお金がもらえ、負けならばお金が取られるという仕組みになっている。被験者がするべきことは、一枚ずつトランプを引きながら、ギャンブルに勝ち、お金をできるだけたくさん稼ぐこと。そして、このとき被験者は知らされていないのだが、実は赤い組は地雷原となっている。勝てば稼ぎは大きい、負けるとそれ以上の損失になる。一方、青い組はそれほど稼ぎは大きくはないが、負けることはほとんどない。つまりコンスタントに勝つためには、被験者は青いトランプから引く必要がある。問題は、被験者がその法則性にいつ気づくかということである。

結果としては、被験者はだいたい50枚引いたところで、いったい何が起きているのか、直感めいたものを感じ始めるということが分かった。そして80枚引くと、ほとんどの被験者は赤いトランプは危険だということをはっきり認識する。この結果は我々の体験からも納得できるであ

ろう。ただこの実験のおもしろいところは、すべての被験者は手のひらの発汗を計測する機器につながれていたということにある。手のひらの発汗は、温度以外にもナーバスになったりといった精神状態の変化でも増加することが知られている。そしてこの実験から分かったことは、多くの被験者は、10枚を引いた時点ですでに赤いランプに触れたときに発汗するようになっていたという。それはなんとなく直感めいたものを自覚する40枚も前ということになる。つまり無意識は、10枚目の時点で、赤いランプは危険だということに気づいていたのである。

この実験は単純ではあるが、意識の回路と無意識の回路の違いを浮き彫りにしている。

意識の回路とは、我々現代人が使い慣れた回路であり、まず情報を集め、学習し、そこから最終的に答えを導き出す。それはとても合理的で確実な手法に見える。しかし、答えにたどりつくまでに80枚かかる。つまり意識の回路は遅く、たくさんの情報を必要とする。一方、無意識の回路はもっと速く、必要な情報量も極端に小さい。たった10枚で結論にたどりつく。この即座に結論にたどりつくという能力は、心理学の世界ではadaptive unconscious（適応性無意識）と呼ばれている<sup>27)</sup>。それは、人が生物として自然界を生き抜いていくために、必要不可欠な能力であったのであろう。たとえば道を歩いているときに、いきなりトラックが横転してきて潰されそうになったとしたら、いったいどうするだろうか。情報を収集して、とれる選択肢を分析し、最善の行動を合理的に導き出している時間があるだろうか。もちろんない。このような危機を乗り切るための唯一の方法は、無意識の回路を使って瞬時に行動するしかない。

この無意識の回路というのは、人が地球上の種の一つとして生き残っていくために、必要に迫られて発達させてきた機能だと考えられる。もっというならば、この無意識の回路は人がつくったものではなく、それ以前の霊長類、ほ乳類、は虫類、両生類、魚類などから脈々と受け継いできた進化の遺産だと考えられる。一言で言うならば、それは厳しい環境の中で「生き抜くための力」である。そしておそらくは、統一体になることで発揮される正座やお辞儀などの力も、この進化的に古い無意識の回路に根ざした力だと思われる。火事の中、老人がタンクを持ち上げて運んだという逸話をよく耳にするが、その力の源も同じであろう。

現代日本では、この「生きる力」の喪失が叫ばれている。今どきの若者たちは、それほどのことと思わないのにすぐ自殺したり、無気力で、将来に対して夢や希望を持てなかつたりする。少しのことで傷ついたり、引きこもったりしてしまう。そのような問題意識を受けて、平成16年度の文部科学白書は『「生きる力」を支える心と体』というタイトルを掲げるにいたっている。この「生きる力」が弱まった理由として、現代日本があまりに頭脳優先になってしまったことがあると思うのである。

日本では大学を出た人、つまり頭脳に秀でた人が組織のリーダーとなる。東大の医学部に入れば偉い、と人は言う。ビジネススクールでは、批判的思考 戦略的意志決定 といった用語が声高に叫ばれる。「物事をよく分析してから、行動しろ」と人は説教する。確かに頭脳を駆使した方がよい場面は多いだろう。しかし頭脳を使うかぎり、それは常に部分体であり、意識の回路にたよることになる。逆に「生きる力」とは、統一体 すなわち 無意識 の回路に根ざ

していると考えられる。すなわち、頭脳を使って問題解決をしようとすればするほどに、むしろ「生きる力」は弱まっていくことになってしまう。そういった意味では、頭脳に頼るかぎり、人は弱くなって当然といえるかもしれない。「生きる力」を取り戻すためには、無意識の回路、すなわち心 を育てる作業が欠かせない。そして、従来 心 の成長というものは、主に物語が担ってきたものであった。

## 物語と心の成長

神話学者のジョセフ・キャンベルは「物語とは、生活の知恵を授けてくれるものである」と述べている<sup>28)</sup>。それに対し、「現在の学校教育はすべて細分化してしまっていて、基本的にそこで教わることは、情報に過ぎない」と指摘している。

名作と呼ばれる物語には、必ず神話を核とした普遍的 型 が存在すると先ほど指摘した。その型を深く探求してみると、実は未開と呼ばれる社会が保持しているイニシエーションなどの儀式とまったく同じ構造であることに気がつく。詳細は省くが、神話の型の主人公は、およそ calling (異世界からの呼び出し) separation (異世界への旅立ち) initiation (新しいルールの学習) symbolical death (象徴的な死) rebirth (生まれ変わり) というステップを踏むことになる<sup>29)</sup>。そしてこれらの試練を乗り越えていく中で、主人公はまったく別人へと変貌を遂げ、成長する (transformation)。それは、昆虫がイモムシからサナギとなり羽化する過程とよく似ており、このような変身物語の展開は、実は若者の歯を折ったり、割礼をしたりといったイニシエーション儀式的展開とまったく同じなのである。

これらの共通性を認識した上で、キャンベルはこう問題を投げかけている。現代社会は、そのような儀式をことごとく廃止してしまったせいで、若者たちは成長できなくなってしまっているのではないかと。歯を折ったり、割礼をしたり、あるいは刺青をしたりといった成人の儀式は、現代社会では野蛮で意味のない行為と決めつけられ、社会から排除されてしまっている。しかし、実はそれらの儀式があって、初めて人は子どもから大人へと変身できるのではないだろうか。

物語の型が教えてくれるところによると、人は子どもから大人になるためには、一度死ぬ必要がある (象徴的な死)。子どもが子どもであるうちは、子どものように喋り、子どもがするように行動をし、子どものように考える。しかし、イニシエーションを迎えることで、そんな子ども時代は終わる。儀式の中で、子どもたちは歯を折られたり、刺青をされたりといった痛みと恐怖を体験する。もちろんそれは単なる痛みではなく、人を成長させるために用意周到に設計された試練である。そしてその試練を乗り越えたとき、その者はもはや子どもではなくなる。子ども時代の考え方や行動は完全に過去のものとなり、大人の一員としての、新たな誕生を迎える。その日から、大人のように話し、大人が考えるように考え、大人のように行動するようになる。重要なポイントは、そのような儀式を経験すると、子ども時代に逆戻りすることが絶対にないということである。なぜなら、もはや戻るべき子ども時代は、消滅してしまっているからである。

ところが、現代はどうだろうか。子どもと大人の間に明確な境目は存在しない。成人式などというものは、本当に名ばかりのお祭りになり果てている。そのために、頭に詰め込まれた知識は膨大であっても、心 がまったく成長できていない若者が溢れかえっている。いや、若者だけではない。中年と呼ばれる人であっても、逆境に遭遇すると、すぐに子どもに舞い戻ってしまう人がどれほど多いことか。知識や体力ではなく、心 の成長度合いで比較するなら、おそらく日本の大人たちよりも、アフガニスタンなど戦場の子どもたちの方がはるかに成長していると思われる。

暴走族などギャングと呼ばれる若者たちは、なぜ反社会的行為を繰り返すのか、その原因は社会から物語や儀式が失われたことと無関係ではない、とキャンベルは指摘している<sup>30</sup>。若者たちは本能的に成長を求めている。しかし現代社会では、その成長の道標となるはずの物語も儀式もはや存在しない。社会にイニシエーションがないのであれば、自分たちで生みだすしか方法がない。自分たちでおきてを作り、自分たちで成長段階を作り、そして自分たちだけのイニシエーションをつくりあげる他ない。ある意味では、彼らは現代社会のひずみを、誰よりも敏感に感じとっているのである。

以上見てきたことを踏まえるならば、現代社会から物語が失われてしまったこと、その問題の根がいかにか深いかということが、おぼろげながら感じられてくるであろう。物語は 心 と結びついており、それは 無意識 の回路、および 統一体 の力などと分けがたく関連しあっている。現代人はそれらのすべてを失いつつあるばかりか、何を失ったのかすら分からなくなってしまっている。その結果、精神疾患は増加し、「生きる力」を失った人々があふれ、社会全体が活力を失っている。そして、そのような状況になってしまった最大の原因として、あまりにも 頭脳 偏重になってしまったここ数十年の傾向が考えられるのである。

### 理論で人は変わらない

一つ確かなことは、頭脳 による学習では、人は変わることができないということである。真の意味で成長することもできない。なぜなら、頭脳 による学習というのは、嘘をつくからである。

その事実を確かめたいのなら、人にナイフを突きつけてみれば、すぐに分かる。人は頭脳で考えているうちは、強い自分を想像することできる。「ナイフなんて怖くない」とうそぶくことだってできる。しかし、実際にナイフを突きつけられてみると、人は必ずびびる。「びびらないぞ」と思っている、必ずびびる。なぜなら、人の体は刃物の怖さを知っているからである。このように、体は嘘をつけないが、頭脳は嘘をつける。むしろ、嘘ばかりついているといった方が正確かもしれない。

頭脳というのは、前述したように処理できる情報量が毎秒数十ビットと極端に小さい。それゆえに、頭脳が何か一つのことにとらわれると、もう他のことには注意が回らなくなる。頭脳が何

かに執着してしまっていたら、たとえ 2.0 の視力があっても何も見えなくなる。どれだけよい耳があっても、何も聞こえなくなる。武術の世界では、そのような状態を「居つき」と呼び、最大のタブーとしてきた。武術の世界にあっては、一瞬でも居つけば、即座に斬られて命を失ってしまう。なので、いかに居つかずに、精神を融通無碍に自由にしておけるかが最重要視されてきた。それは、必然的に 頭脳 を使わず、無意識 の回路に身を任すことにつながっていく。

現代教育はその逆で、頭脳 に知識を詰め込むことばかりに躍起になっている。しかし、知識に裏付けされた行動というのは、覚悟が 頭脳 になってしまっているので、いざというときに役に立たない。困難に遭遇したとき、頭脳 で解決しようとすれば、必ず気持ちが居つき、視野が狭くなり、統一性が崩れてばらばらになり、頑張りがきかなくなってしまう。そのため、口ではえらそうなことを言いながらも、いざというときに逃げたり、裏切ったりといった人が増えてしまう。

大切なことは、頭脳 や理屈で人は変わらない、成長できないという事実をしっかりと認識することだと考える。現代社会は、学校においても、職場においても、家庭においても、頭脳 や理屈で教えようとする教育がほとんどとなっている。理屈を教えれば、それで務めは果たしたと思込んでいる親や指導者が多い。理屈を説明すれば、それで相手はできるようになるはずだと思込んでいる。もしできなければ、その相手が無能なのだと決めつけてしまう傾向が強い。しかし実際は逆で、頭脳にばかり訴えている上司や指導者、親たちが悪いのではないだろうか。

理屈だけによる理解では、本当は分かっているのに、分かったと思込込む落とし穴に陥りやすい。図-1, 2, 3 にて紹介した正座に秘められた力一つとってみても、いくら理屈を分析し、それを頭で理解しても意味はない。身体を通し、それを体現することが肝要であり、理屈はむしろそれを妨げる場合が多い。頭脳 に働きかける教育だけでは、言動と行動がともなわない、口先だけの人を育てることにつながってしまいかねない。

たとえば愛とは、どこから生まれてくるのであろうか。正確に答えることは不可能かもしれないが、少なくとも知識や頭脳から生まれてくるものでないことは、誰もが実感として感じることであろう。愛を知識で教育しようとしているのが、現代である。それはある意味では、カボチャが馬車になること以上に深刻な嘘だといってもよいと思われるが、それに気づいている人は少ない。

いくら変わりたいと願っても、頭脳や理屈では人は変わらない。しかし、感動は人を変えることができる。そして 物語 とは、感動を生むためにつくられているといっても間違いではないのかもしれない。多くの人には、自分の人生を変えた物語というものを持っているであろう。

物語 というものが、いつどのようにして生まれたものなのかという道を進んでいくと、それは現代では音楽、詩、ダンス、祈りと呼ばれているものと同じ源を持っていることが分かる<sup>31)</sup>。そして、ほとんど知られていない事実だが、それらの 物語 には実践的にきわめて重要な力がある。『レナードの朝』の著者でもある脳神経学者オリバー・サックスは、物語の力について、いくつかの貴重な報告をしている<sup>32)</sup>。たとえば、パーキンソン病やチック症などで体がどうしよ

うもなく震えてしまう人も、ダンスを踊っているときには、完全に病から解放され、健常の人と変わらなくなる。脳の障害で記憶が二分以上もたない人も、祈りの間だけは、集中力をずっと維持することができる。知能指数が二十以下で、ぎこちない動きしかできない子であっても、音楽や踊りとなると、そのぎこちなさは突然消えてしまう。音楽があると、どう動けばよいか分かるのである。論理的な思考ができない知的障害の子も、物語として話されるならば、難解な象徴の意味まで理解することができるようになる。知的障害の子の中には、絵や音楽、あるいは数学などでたくいまれな能力を発揮する子がいる。このように、現代科学では治せないとされている病なども、物語 では症状が改善されることが報告されている。断言することはできないが、そこには 無意識 の回路に根ざした「生きる力」や 統一体 による力などが大きく関わっている可能性が高いと思われる。

歴史的に見ると、物語 と科学は互いに排斥しあうような関係を迎えてきたことは事実である。しかし、両者は決して相容れないものではないと思われる。つまり学問の中に 物語 や 心 といったものを取り込み、融合していくことは十分に可能である。それはかつて、A. R. ルリアが ロマンチックな科学 と呼んでいた道であり<sup>33)</sup>、そしてそれを達成できるともっとも期待される分野こそが、ナラティブだと思われる。そのためにも、ナラティブを単なる患者との対話のための道具にとどめず、より物語の力を掘り下げ、その機能を積極的に取り込んでいくことが、未来への希望につながっていくと思うのである。

#### 引用文献

- 1) グリーンハル, T., ハーウィッツ, B., 『ナラティブ・ベイスト・メディスン』金剛出版, 1998. pp. 3-28.
- 2) 河合隼雄, 『物語と人間』河合隼雄著作集 7, 岩波書店, 2003. pp. 218-219.
- 3) Anastas, J. W. *Research Design for Social Work and Human Service*. Columbia University Press, 1999. pp. 411-413.
- 4) 河合隼雄, *ibid.*, 2003. pp. 218-220.
- 5) Wolf, F. A., *The Dreaming Universe*. Touchstone, 1994. pp. 42-63.
- 6) Frey, J. N., *The Key. How to Write Damn Good Fiction using the Power of Myth*. St. Martin's Griffin, 2000. pp. 1-40.
- 7) 竹下正哲, 「遺伝子に組み込まれた 物語 , その起源と機能」『アリーナ』風媒社, 2009. Vol. 7. (発行予定)
- 8) Campbell, J., *Hero with a Thousand Faces*. Princeton University Press, 1948. pp. 1-58.
- 9) 河合隼雄, 『物語と現実』河合隼雄著作集 8, 岩波書店, 2003. pp. 170-171.
- 10) Nicholson M., The art of diagnosis. In: Bynum WF, Porter R. eds. *The companion encyclopedia to the history of medicine*, Vol. 2. London: Routledge, 1993. pp. 801-825.
- 11) Nicholson M., The art of diagnosis: medicine and the five senses. In: Porter R. eds. *Patient's progress: doctors and doctoring in eighteenth-century England*, Cambridge: Polity Press, 1989. pp. 72-78.
- 12) Reiser, S.J., *Medicine and reign of technology*. Cambridge University Press, 1978. pp. 118-119.
- 13) 養老孟司, 『まともバカ』大和書房, 2006. pp. 180-183.
- 14) 宇城憲治, 『気の開発メソッド』合気ニュース, 2008. pp. 14-41.

- 15) 宇城憲治, 『武道の心で日常を生きる』サンマーク出版, 2005. pp. 111-140.
- 16) 藤平光一, 『気を出す 実践ガイド』日刊工業新聞社, 1996. pp. 18-27.
- 17) ラマチャンドラン, V. S., サンドラ・ブレイクスリー, 『脳のなかの幽霊』角川書店, 1999. pp. 40-46.
- 18) Darwin, C., *The Expression of the Emotions in Man and Animals*. Filiquarian Publishing, LLC, 2007 (original 1872). pp. 31-114.
- 19) ルドゥー, J. 『エモーションナル・ブレイン』松本元他訳. 東京大学出版会. pp. 127-164.
- 20) 竹下正哲, 「生物進化からみるシャーマニズム ネパール・タマン族を事例として」『アリーナ』風媒社, 2008. Vol. 6, pp. 270-281.
- 21) Darwin, C., *ibid.*, pp. 65-194.
- 22) 藤田哲也, 『心を生んだ脳の38億年』岩波書店, 1997. pp. 66-68.
- 23) Norretranders, T., *The User Illusion. Cutting Consciousness down to size*. Penguin Books, 1991. pp. 124-156.
- 24) Norretranders, T., *ibid.*, pp. 126-127.
- 25) Klein, G., "The Power of Intuition." *Sources of Power: How People Make Decisions*. MIT Press, 1999. pp. 31-42.
- 26) Bechara, A., et al., "Deciding Advantageously Before Knowing the Advantageous Strategy." *Science*. 1997. Vol. 275: pp. 1293-1295.
- 27) Gladwell, M., *Blink*. Back Bay Books, 2005. pp. 8-17.
- 28) Cambell, J., *The Power of Myth*. Anchor Books, 1988. pp. 1-16.
- 29) Egri, L., *The Art of Dramatic Writing*. Touchstone, 2004 (original 1942). pp. 31-61.
- 30) Cambell, J., *ibid.*, 1988. pp. 86-112.
- 31) 竹下正哲, *ibid.*, 2009. (発行予定)
- 32) オリバー・サックス 『妻を帽子とまちがえた男』晶文社, 1985. pp. 303-364.
- 33) Luria, A. R., *The Mind of a Mnemonist: A Little Book about a Vast Memory*. Harvard University Press. 1987. pp. 3-15.