

こころ、からだ、いのち

中野 重行

大分大学名誉教授
大分大学医学部 創薬育薬医療コミュニケーション講座 教授

●ごく自然に誕生した連載タイトル

本シリーズのタイトルは「こころ、からだ、いのち」です。「こころ、からだ、いのち」と題することにした経緯については、いつか、どこかで書き留めておきたいと思っていました。本シリーズも回を重ね、33回目を迎えることになりましたので、この点についても、そろそろ触れておくのがよい時期が来たのではないかと思います。当初、メディカル・パブリケーションズの編集部から執筆依頼を受けたタイトルは、真正面から「創薬」に関連したタイトルでした。しかし、そのときの自分の気持ちを優先させていただいたため、それとは全く異なったタイトルを筆者から提案することになったのです。

端的に言ってしまうと、当時、筆者の頭の中でとても大切にしていたキーワードをただ並べてみただけなのです。まず、キーワードになりそうな言葉を思い浮かべて、それを三つに絞り込み、さらに自分が落ち着く順序に並べてみたのです。この作業を行うには、さほど時間は要しませんでした。ごく自然に誕生したのです。大切なキーワードというだけでなく、多分、筆者の心の底には、このようなタイトルにしておけば、

なかの・しげゆき 岡山大学医学部卒業。スタンフォード大学医学部臨床薬理学部門に留学。大分医科大学臨床薬理学教授、大分大学医学部附属病院長、大分大学学長補佐などを歴任。大分大学名誉教授、大分大学医学部創薬育薬医学教授、国際医療福祉大学大学院教授を経て現職。日本臨床薬理学会名誉会員（元理事長）・専門医・指導医、日本臨床精神神経薬理学会名誉会員（元会長）、日本心身医学会功労会員・認定医・指導医、日本内科学会認定医、臨床試験支援財団理事長、響き合いネットワーク連絡協議会理事長として、医療コミュニケーションを学ぶ全国的なワークショップ（大分、岡山、東京、長崎、山形、湯布院）の企画・運営に携わっている。
http://www.med.oita-u.ac.jp/pharmaceutical_medicine/index.html



そのときどきに、徒然なるがまま、何を書いてもよいのではないかと、という下心も働いていたのだと思います。つまり、構えて連載を始めると、原稿締め切りのプレッシャーなどが生まれても困るので、タイトルは幅広いものにしておきたかったのかもしれない。

このようにして何を書いてもよいという気楽さを確保したのですが、「こころ」「からだ」「いのち」というキーワードは、いずれも人間にとってとても大切な概念の言葉です。人間にとって大切とは、つまり「医療」の中でも私どもが大切にしなければならないということでもあるのです。本来、医療は「こころ、からだ、いのち」を守るためにある、といってもよいと思います。

●「こころ」と「からだ」は一つ

昔の人は、「こころ」は心臓、腹部、あるいは胸腹部にあると考えていました。わが国には、「はらを割って話し合う」「はら黒い」「はらが座っている」など、「こころ」がお腹にあると思っていた人が多かった名残りの言葉が沢山あります。現在では、「こころ」は脳神経細胞の作るネットワークが生み出す働きだと、多くの人は理解しています。約40億年前、生命が地球上に誕生して、約700万年前にヒトとサルが分岐し、その後現在の人間にまで進化するという長い過程の中で、神経系や脳が生まれ、脳が他の哺乳類と比較できないほど大きくなってきました。脳の中でも、特に大脳皮質の前頭葉が発達し、情動と密接に関連した大脳辺縁系との間でネットワークを形成し、その機能として「こころ」が生まれたものと考えられています。

「こころ」は抽象的な概念ですが、人間の精神作用そのものや精神作用のもとになるもの、知識、感情、

連載③

なぜ、「こころ、からだ、いのち」なのか？

人間にとって、したがって医療にとっても、とても大切なこと

意志、気持ち、思惑、思いやり、情けなどを含み、私どもが何かを語る際には、文脈に応じて多義的に使われている言葉です。また、「こころ」とは、人間を人間らしく振る舞わせることを可能にしているものともいえるかと思えます。

「こころ」と題する夏目漱石の長編小説があります。学生時代に読んで、「こころ」について深く考えさせられた小説です。友情と恋愛の板ばさみになりながら、友人よりも恋人をとったために心の深いところに生まれた葛藤と罪悪感を抱きながら生きて行くことになった主人公の「こころ」が、主題になっています。「こころ」が深く掘り下げられ、最後には主人公の遺書という形で語られています。「こころ」は、いまからちょうど100年前の1914年（大正時代の初め）に、『朝日新聞』紙上に連載されました。

「こころ」は、約60兆個の細胞からなる私どもの「からだ」の一部である「脳」の機能として生まれます。「こころ」は「脳」という「からだ」なくしては生まれません。古来、「こころ」と「からだ」は一つであった、分離できないものとされてきました。しかし、17世紀のフランスの哲学者であり、「我思う、ゆえに我あり！」という名言を残したことで有名なルネ・デカルト（1596～1650年）が、「こころ」と「からだ」を完全に分離する「心身二元論」を展開しました。以来、サイエンスの方法論に馴染む「からだ」に関する医学研究は飛躍的に進んだのですが、サイエンスの土俵に乗り難い「こころ」に関する医学研究は、「こころ」をまともに取り扱う臨床心理学の領域は別にしても、遅れをとる結果となってしまいました。つまり、目に見えるもの、測定できるもの、客観的に捉えることにより「からだ」に関する医学研究は進んだのですが、目に見え難い、測定し難い、本来主観的な現象である「こころ」に関する医学研究のほうは、遅れを

とってしまったのです。

医療の世界で「こころ」が置き去りにされ勝ちになる傾向は、歴史的な必然でもあったのでしょうか、その反省として、「こころ」と「からだ」の関係性を明らかにする学問領域である「心身医学」「心療内科」や、患者に対して全人的にアプローチする「統合医療」が20世紀の後半に誕生してきました。「こころ」と「からだ」を別々に取り上げるのは、医学研究を進めていく際の便宜上の手段ではあっても、本来、患者さんの心身は密接に関連し合っているため、医療の中で「こころ」と「からだ」を分離させて対処することには無理があるのです。国民の多くの方々々が望んでいる「安心と満足のできる医療」を実践しようとする際には、「こころ」と「からだ」の両面からのアプローチが必須となります。

●生きとし生けるものの源となる「いのち」

さて、最後の「いのち」です。「いのち」がなければ、「からだ」も「こころ」も存在することができません。「いのち」は、人間をはじめとして、生きとし生けるものの源となる力です。「いのち」の「い」は、「生く」「息吹く」の「い」であり、「息」を意味するといわれています。「ち」は「霊（ち）」を意味しています。つまり、私どもが生きている根源となる霊力（あるいはエネルギー）を意味しているというわけです。したがって、「いのち」は、すべての生物に認められる「生命現象」そのものでもありません。

この世に「いのち」を与えられていることに感謝しつつ、決して永遠ではあり得ない「こころ、からだ、いのち」を大切に、生きていきたいものです。