

小さな子どもにあたたかい心を育む 環境の大切さ

新生児医療の現場から学ぶ

仁志田博司 東京女子医科大学名誉教授／
元東京女子医科大学母子総合医療センター所長

はじめに——出逢いと再会に感謝

みなさんこんにちは。私は北里大学から東京女子医大に涉り、妊婦さんと胎児と新生児までの周産期という医療にかれこれ40年関わって参りました。今日は素晴らしいことに、北里大学で私が一緒にお世話させていただいた「てっちゃん」のお母さんに来ていただいています。25年ぶりぐらいですか、えっ、28年ぶりですか。てっちゃんは、実はとても小さく産まれたのです。それで手足に障害が残っていますけれども、和光大学を卒業して、現在は一流企業に勤めてお仕事をされているとうかがいました。私たちのような仕事をしている者にとっては、てっちゃんのような小さな赤ちゃんが、その後どのような人生を過ごしているかというのはとても気になるところでして、今日は偶然にも、てっちゃんがこの和光大学で学び、立派な青年になったと知ることができ、とても嬉しく、いい機会を与えられたと感謝しています。

また、今日私がここに来ましたのは、次にお話される小林芳文先生とのつながりからなのですが、20数年前に、小林先生がムーブメントセラピーを実践していたのを知ったのがきっかけです。私たちのNICU（新生児集中治療室）からは、あ



仁志田先生プロフィール

1942年福島県生まれ。1968年慶応義塾大学医学部卒業。

1974～84年、北里大学医学部小児科講師(新生児室主任)。この間、神奈川県新生児救急医療システムの確立に参画。東京女子医科大学に新しい周産期医療の確立を目指した母子総合医療センターが設立されるにあたり、助教授・新生児部門長として着任。1988年同センター教授、2000年センター所長に就任。東京女子医科大学名誉教授、東海大学客員教授、慈誠会病院名誉院長。

る確率で障害のあるお子さんが別の病院に移ったり、家庭に帰ったりするのですが、そういう子どもたちがその後体力維持や機能回復のための活動に取り組みます。最初は、そのような一般的に訓練とかりハビリとか呼ばれているものと同種の活動だと思って「ムーブメントセラピー」を知ったわけですが、小林先生から直接活動を見せていただいたときの衝撃は今でも忘れられません。車椅子に乗っているお子さんで、重度の障害があり、ほとんど表情がない方が、車椅子に乗ったままトランポリンの上で、みんなに支えられながら揺られて、だんだん顔の表情が変わっていくのが分かりました。本当に心の中から人間的な感情がわき出てくるのを目の当たりにして感動しました。ですから、私らが医療の現場で問題にするような脳機能がどうの、肺の機能がどうのという理屈を超えて、やはり自然な運動を引き出す環境、多分、音楽とか言葉がけとか匂いとかまで含んだ様々な要因を含んだ環境が人間に及ぼす影響の大きさについて考えさせられました。その中の一つの具体的なアプローチが、小林先生がこの後お話しされるムーブメントであることを、私はそのとき確信しました。

——日本の子どもは幸せか

今日は、「子どもを育む『環境』の力」というテーマに沿って、新生児を専門にしたところから話をさせていただきます。

まず、「子育ての目標」について考えてみましょう。私は実は2004年から2009年まで5年間、ローマから奈良まで1万6千キロを、子どもにあたたかい心を育むことの重要さを語りながら走る「シルクロード・ランニング・ジャーニー」という旅をしたのですが、その旅で様々な国で赤ちゃんを診ながら、お母さん方に「どんな子どもに育てて欲しいですか」と聞いてみました。みんな「子どもが幸せになって欲しい」と答えます。それでは、どうしたら子どもが幸せになれるかという、「健康」であるということが最初にあがります。これは確かにそうですね。その次に頭が良くなって欲しいという希望をあげるお母さん方が今は多いのです。「どんな食べ物を食べたらIQが上がりますか、偏差値が上がりますか」という質問が多いのです。しかし、それよりも「心が優しい」子どもに育つというのが大切だと私は思います。私は40年間この仕事を続けて確信していますが、どんなに体が健康で運動が優れていても、頭が良くても、心が優しくない人は絶対に幸せになりません。心が優しいということは相手の心が分かるということです。あたたかい心というのは親切とか思いやりといったものをもっと超えています。人間の根源的なもので、共に生きるためのキーワードなのです。相手に対して、「今この人は、辛いのかな、悲しいのかな、嬉しいのかな」ということを自分のことのように考えることができる人は、必ずみんなと幸せに生きられます。みんなと幸せに生きられるということは、結局はその人自身が幸せになる

ことなのです。

さて、子どもの幸せについて、身体的な健康という点で考えれば、日本の赤ちゃんは世界で一番幸せです。日本は世界で一番赤ちゃんが助かる国なのです。乳児死亡率（1000人生まれた内の1歳までに亡くなる赤ちゃんの数）で見ていくと、私は今から約70年近く前に生まれたのですけれども、その頃は約100だったのです。生まれた子どもは1歳までに1000人中100人近く亡くなったということです。それが、1988年には4.8になりました。4.8というのは5以下ですが、私たちのように子どもに携わる専門職にとっては乳児死亡率が5というのは、当時は「夢の5」だったのです。まるで、陸上競技の100メートル走で誰が10秒の壁をきるか、ということと同じようにです。乳児死亡率5の壁を破ったのはイギリスでもオランダでもスウェーデンでもなくて、日本なのです。人類史上初めてです。だからこれは本当に忘れられない出来事でした。乳児死亡の半分以上は、実は新生児死亡なのです。人が亡くなるのは産まれる時が一番多いということです。その時に「どうして日本が良いのか」とアメリカの国会議員が私たちのNICUに視察に訪れました。その様子がアメリカの新聞にも掲載され、「Japanese give babies best chance at living（日本人の乳児生存率は世界一）」という見出しで紹介されました。アメリカという国は、何でも自分たちが「世界一」だと思っているのではないかと感じますが、少なくとも赤ちゃんの事に関しては、日本の方がやるらしい、ということに公に認めたのです。この分野で働いているものにとっては、本当に嬉しい新聞記事でした。実は、国の文明や文化などのレベルを比べるのに、例えばGNPとか電話の普及率とか車の普及率とかいろいろな指標があるかもしれませんが、少なくとも「公衆衛生」というレベルから見た文化の指標として最もよく使われるものが、新生児死亡率と乳児死亡率と妊婦さんの死亡率がどれだけ低いかという見方なのです。ですから、当時、乳児死亡率、新生児死亡率において日本が世界一になったので、アメリカは驚いたわけです。ということで、健康という面に関しては、日本の赤ちゃんは恵まれているのです。

次に、渡辺京二さんが書いた『逝きし世の面影』¹⁾という本を紹介いたします。ちょっと厚いですが素晴らしい本です。鎖国をしていた日本という国は大変ユニークな国でしたから、江戸時代から明治維新にかけて、西洋人が日本に来て見聞きした珍しいことを記した書物がたくさん残っているわけです。それらをまとめて、西洋人が当時の日本をどう見ていたかという視点から考察した本です。その中に、「子どもの楽園」という章があります。西洋人は口を揃えて「日本ほど子どもを可愛がる、大切にする国はない」と書かれてあります。たくさんの記載がありますけれども、例えば、「路地裏は子どもの天国である」、「子どもが走り回っても大人がみんなそれを避けて通してあげる」といったことが書かれてある

1) 渡辺京二『逝きし世の面影』葦書房、1998年（平凡社、平凡社ライブラリー、2005年）。

のです。

それから、ピタウ大司教というのは私が親しくさせてもらっている方で、上智大学の学長をされた素晴らしい方ですが、その方はイタリア人で、もう80歳を過ぎておられます。宣教師として20代で敗戦直後の日本に来て、日本の子どもの様子からこの国は絶対に素晴らしい国だと感じ、永住することを決めたという話を聞きました。それは日本の子どもが「きちんと挨拶する、親を敬う、学校に行ってちゃんと勉強をしている」というところから、この国は絶対に素晴らしい国だと感じられたのです。

そこには、日本人の育児観が関係してきます。日本の伝統では、子どもは私たちの仲間の中で一番弱く、脆く、カゲロウのようにちょっとすると死んでしまう存在と捉えてきました。例えば、「7歳までは神のうち」という言葉を知っていますか。7歳までは子どもは神様の領域に入っているということです。一つには神様のように素晴らしいということがあるのですが、もう一つには、いつ神様の方に戻っていくかもしれないという、それぐらい脆く儂い存在として捉えられていたからです。ですから、みんなで可愛がっていました。だからたくさんのお通儀礼がありますね。三日祝いとかお七夜とかお宮参りとかです。西洋人にこの話をすると「えっ、そんなにあるのですか」と驚かれます。もちろん西洋にもあるでしょうけれども、日本ほどはないのです。これはもう親の、あるいは大人たちの、子どもが成長する節目節目をどんなに喜んでいくかということの表れなのです。

——あたたかい心を育む

今から千年以上前の私たちの祖先の作った歌集である万葉集にも、日本人の子どもを大事に想う心が綴られています。「わが子羽ぐくめあまのたづむれ天の鶴群」という歌があるのですが、子どもを育てる、育むという言葉は、この歌にあるように、「羽ぐくむ」という意味から来ています。まさに日本の子育ての語源、原点は鳥がひたすら卵を抱く姿だったのです。お母さんが抱いて愛情を注ぐということです。それが日本の子育ての原点なのです。鳥は「この卵が孵った後、どこかに飛んでいって私に餌を持ってきてくれる」とか、「大きくなったら私に巣を作ってくれる」とか考えているわけではないのです。ただひたすら抱くのです。ただひたすら抱くのが日本の子育てなのです。何も西洋人の考え方を否定しているわけではないのですが、英語だと「raise a child」となり、これは飼育する、栽培するという意味から来ています。これらと比較すると、やはりあらためて、日本人の子育ての素晴らしさを感じます。

それから、私は周産期という、妊婦さんと胎児、そして赤ちゃんが産まれるまでの医療に携わってきたので、女性が子どもを産むということと母親になるとい

うことが決してイコールではないということを実感しています。現在は、自分の子どもなのに可愛がることができない、愛せない、それどころか虐待して殺してしまう、そんな話を残念ながら耳にすることがあります。それは多分お母さんだけの問題ではないのだらうとは思いますが、妊娠しても子どもを産んでも、母親になりきれない女性もいるわけです。私の先輩で内藤寿七郎という先生で、101歳で亡くなられた方がおられました、内藤先生は小児科医たるものは「代理母」という言葉を使ってはいけなとおっしゃいました。その人は妊娠したとしても「代理妊婦」なのです。子どもを産んだとしても「代理産婦」なのです。母親というのはそうではありません。母親というのは、その子どもを本当に心の底から慈しみ、育む人なのです。女性がマザリングプロセスで母性を育んで、それで母親になるのです。そして、もっと素晴らしいことは、そういうふうにも性を育んだお母さんに育てられた子どもというのは、この世の中にたった一人でも、自分のことを絶対に愛し、受け入れてくれる人がいるということの頭に中に焼き付けるのです。「羽ぐくむ」親鳥はただひたすら自分の体温を卵に与えますが、「育む」人間は抱きしめて体温を与える以上に、アガベと呼ばれる、見返りを期待しない愛情を注ぎます。そうする過程で女性は母親になり、子どもはこの世の中にたった一人でも「自分を絶対的に愛し受け入れてくれる人がいる」ことを心に刻み込みます。「あたたかい心」が芽生えます。そしてその子どもは、成長しても決して母親を悲しませることはしないと、私は確信しています。そのような子は、もしも何かの事情で世の中の道を一步踏み外そうとする時に、必ずお母さんの事を思ったら立ち直るはずで。

——優しさがなければ生きていけない

私がお母さんと赤ちゃんとの医療から学んだのは、「あたたかい心」というのがいかに人間の幸せに大切かということです。そしてそれはいろいろなプロセスがありますけれども、小さい時、子どもの時に育まれるということです。優しさというのは、先ほど言いましたように、親切とか、思いやりとかを超えたもうちょっと根源的なものです。一般的な優しさという言葉で言うと、レイモンド・チャンドラーのベストセラーになった探偵小説で、モローという主人公が言う「人は強くなければ生きていけない。優しくなければ生きていく価値がない」という台詞があります。なんだか菌の浮くような、女性を口説くような言葉ですよね。でも、これは正確には正しくないと思います。ドイツのフリードリッヒ大王という人が行った、今では考えられないような実験があります。300年前のヨーロッパの大都市では、生まれた子どもの3分の2以上が捨て子であったと言われていますが、捨て子を乳児院に集めて、子どもが言葉を覚える過程についての実験を行いました。恐ろしいことに、捨て子を2つのグループに分けて、それで両方とも

あたたかい家で、あたたかい布団があって、あたたかい食べ物があって、でも片方のグループの子どもを見る保護者たちには言葉をかけてはいけないと命令したのです。赤ちゃんに言葉をかけないでいるということは心を鬼にしないとイケないくらい不自然なことだったでしょう。だから人間ではなく、もののように扱ったに違いありません。ですからもののように扱われた子ども達は、3歳までに当然言葉を習得しておらず、さらには全部死んでしまったのです。ただ言葉をかけないだけでした。それは、あたたかい心を与えなかったということでしょう。赤ちゃんはあたたかい家があっても、あたたかい布団があっても、あたたかい食べ物があっても、あたたかい心を与えないと生きられないのです。ですから「優しくなければ生きる価値がない」どころか「優しさがなければ生きていけない」のです。それぐらい人間にとってあたたかい心というのは大切なのです。特に小さい頃は。

—— あらためて今、日本の子どもは幸せか

さて、現在の日本の子どもたちは幸せか。先ほどお話しましたように、60年ぐらい前までは世界で一番子どもが幸せな国だと言われていたのですが、マザーテレサが20年ほど前に日本に来た時に「豊かさの中で日本の子どもが一番不幸」だと言いました。なんだか胸を締め付けられるような言葉ですよね。確かに私も発展途上国に行くことがありますけれども、食べ物もなくボロを着て裸足であっても、発展途上国の子どもの目の輝きの方が素晴らしいと感じました。どうして日本の子どもたちの目は輝きを失ったのか。私たちは豊かさの中で何かを失ったのです。これはもしかすると私たち自身の姿なのです。子どもは自分で幸せになることはできません。子どもは私たちが幸せにしないとイケないのです。子どもが不幸になるということは私たちの不幸を意味します。何が変わってしまったのでしょうか。もちろん、ここ数十年の間に、社会全体、国全体を含めて、社会構造が変わり、「子育て環境」が変化しました。私は福島県の田舎で生まれたのですが、私が家の周りを遊び回っている頃は、周りには人たちがみんな多くのことに関わってくれました。私の記憶の中に今も鮮明に残っているのです。もう60年以上経っていますが、駄菓子屋さんのおじいちゃんとか、大工のおやじとか、畳屋のキクさんとか。何故よく憶えているかというと、みんな子育てに関係していたのです。今はどうでしょうか。「隣は何をする人ぞ」ですね。それから家庭内の子どもも変わりました。私は7人兄弟です。お袋も親父も7人兄弟だから従兄弟がたくさんいました。しょっちゅう一緒につるんでいろいろなことをしました。子どもというのは、家庭で親からいろいろな事を学ぶと同時に、子ども同士の社会でも学ぶのです。それが今は少なくなっているわけです。それから最後の砦の親子関係も希薄になってきました。例えば、今はお父さんとお母さんと子ども達がみんなバラバラに食事をする「孤食」が多いそうです。お母さんはみんな

が出ていったあとで一人で食べて、お父さんはパッと食べて出るというふうに。私の長女も、週に1回か2回は家でみんなで食べるようにしていたら、お父さんと一緒に食事をしながら話をするという、学校の友人から「変なうちね」といわれたそうです。このような親子の関係の希薄さから、マザーテレサが日本の子どもは豊かさの中で不幸だと見抜いたのかもしれない。

——子育て環境の重要性

しかしながら、私は「だから、日本のお母さんはもっと子育てに専念しなさい」というつもりはまったくありません。女性は今の世の中では、社会の重要な一員として働いて欲しいのです。大事なのはそれをサポートする体制をつくることです。例えば、赤ちゃんを母乳で育てたいお母さんの希望が叶う職場環境はどれくらいあるでしょう。多分まだまだ足りません。私は女子医大にいましたが、卒業生がみんな女性ですから女医さんが多く、また看護師さんもほとんど女性、薬剤師も女性が多いから、特に女性が多い職場でした。その女子医大でさえも24時間子どもを預かってくれる体制を設けたのは、数年前のことです。赤ちゃんはいつでもおっぱいを飲む権利があるし、お母さんは与える権利があるわけですから、その権利を無理なく施行しながら、社会の一員として働けるような環境を作っていかなければいけないのです。保育所が足りないというのも問題ですが、女性が社会に出て働くことを、社会が必要としていて、女性たちも必要としているのですから、働く母親への支援をもっともっと充実させていかねばなりません。

ちょっと見方を変えて、祖父母の育児参加の意義についても考えてみましょう。昔「お祖母ちゃん子」なんていうと、ちょっと甘やかされた子という悪い意味で使われることも多かったのですが、私はお祖母ちゃんの育児参加は非常に大切だと考えています。人間の女性は40～50歳で閉経してからその倍も生きるわけですが、生殖年齢を過ぎてからもずっと生きるのは人間だけかもしれません。それには意味があるのです。人間の子どもというのはたかさんのことを学ばなければなりません。ですから、経験豊かなお祖母ちゃんがお母さんを助けて子どもに生活の知恵を与えるというのはとても重要で、私たち人類は高い知性を持っていて、自分の経験を他者に伝えることができるということを活かさねばなりません。

また、「三つ子の魂たましい百までも」ということわざがありますが、アップリカという会社が世界88カ国で調べたら、ほとんどの国に同じようなことわざがありました。ですから「三つ子の魂百までも」というのは、人類共通の知恵なのです。なぜ三つ子かという、専門家によれば様々な論がありますが、ちょうど2、3歳の頃に「自我」が芽生えるわけです。そうすると、今まで「本当に良い子ね」とお母さんの言うとおりの、されるままだったのが、突然なんでもかんでも「嫌、嫌、嫌」と言い出して、いわゆる第一反抗期が始まります。なんでも自分でした

がります。自分でできるということを一生涯懸命示そうとする姿が反抗的に映るの
でしょう。でも、その時に子どもの気持ちを読み取って、ワンクッションを置く
余裕が必要です。無理矢理させるのではなくて、子どもが自分でやろうとするの
を見て、見守りながら本当に必要な分だけの手助けをすると、子どもは自分を本
当に見てくれる人がいるということが分かるのです。他人と自分、他人の心、他
人の痛みが分かり始める頃で、あたたかい心を育む重要な時期でもあります。

今の脳科学は、ファンクショナル MRI、光フォトグラフィー、赤外線で脳の中
の血流を見る方法とか、いろいろな方法でかなり進歩しまして、脳の機能が随
分分かるようになったのですが、「三つ子の魂百まで」すなわち「3歳までに得
たものが一生に関わる」ということの学問的証明にもつながっています。

まず一つには、神経ダーウィニズムによって多く使われているネットワークが
残り、使われないネットワークは消えていくということです。神経の発達は最初
はたくさんの可能性があって、その中から必要なものが残る、ということです。
良い刺激を与えると良いものが残ります。好きな行動をとると、ドーパミンとか
エンドルフィンとか良い気持ちになるいわゆる報酬系のネットワークが発達して
いきます。つまり、好きなことだけ偏って行くと、抑制するネットワークが働か
なくなってくるのです。

それからもう一つは、これは環境に関係することで、一卵性双生児の研究で扱
われることですが、例えば遺伝子情報が全く同じでも、片方は有名な牧師さんにな
って、もう片方がマフィアの親分になるということも起こると、「環境」が原
因と考えるのですが、では、環境がどのように遺伝子レベルに影響を与えるのか
ということについて説明しましょう。人間の遺伝子情報というのは、非常にきち
んとしているのですけれども、それはジグソーパズルみたいにパチパチパチっと
はまるようなものではないのです。もうちょっと、いわゆる絵の具と筆とキャン
パスみたいなものです。ですから、同じ遺伝子情報でもそれをどう読み取るか
によって現われるものが違うのです。遺伝子情報そのものは変わらないが、その情
報の読み出しの機構が変わるとということです。人間の遺伝子情報の発現メカニ
ズムは、専門的ですが、遺伝子情報の読み出しの機構にヒストンという蛋白が関
係して、それがメチル化するかしないかによって、同じ遺伝子でも、どの遺伝
の情報が出てくるかが変わってくるということが分かってきたのです。

その「遺伝を超えた遺伝」という意味の「エピジェネティクス (Epigenetics)」
という言葉がこの10年、私の分野のトピックスなのですけれども、子宮の中の環
境も遺伝子情報の読み取りに影響を及ぼすのです。例えば、お腹の中で、あまり
にも良い栄養を与えられると、大きくなってからメタボになる遺伝子の方が表に
出てくるのです。ですから子宮の中で既に成人病の芽が生えてくるということが
あります。

また、次のような実験があります。ネズミの系統で、産まれて直ぐに子どもを

ペロペロ舐めて、お尻を舐めて、うんちをさせて、ものすごくまめに世話をする性格を持ったネズミの系統と、逆に産みっぱなしのネズミの系統があります。産みっぱなしの遺伝子を持っているはずのネズミが、マメなお母さんネズミに育てられると、大きくなってから、子どもを産んでまめなお母さんネズミになります。さらに、その次の世代のネズミもまめになるのです。もちろんその逆もあります。まめな遺伝子を持っているはずのネズミが産みっぱなしのお母さんネズミに育てられると、まめな子育てをしなくなってしまう、その子どもも同じになります。これがエピジェネティクスの現われの一つです。遺伝子は同じでもどういいう遺伝子を読み出すかというのは、このメカニズムの中で影響を受けています。育てられた環境が遺伝子の作用を凌駕しているのです。

もともと日本には、子育てと環境の関係について、家系（遺伝）より育児環境が重要という意味で「氏より育ち」という言葉がありますね。確かに音楽やスポーツの才能においては、遺伝情報が非常に重要な場合もありますが、人間の能力のほとんどは環境からの影響がもっと大きいということが分かってきました。ですから「氏より育ち」という日本人の知恵は正しいのです。

——共に生きるためのあたたかい心と知恵（躰）

私がいつも「あたたかい心、あたたかい心」と言うと「え、それだけでいいのですか」と聞かれます。もう一つ「あたたかい心」にプラスするとしたら、やはり社会の一員として生きていく「躰^{しつけ}」が大切です。躰というのは、社会の中のルールを身につけることなのです。私たちは生物学的には、人類の中のヒトという生き物です。ところが「人間」というのは、日本語で、先に紹介したイタリア人のピタオさんに教えてもらいました。中国の言葉だと思っていたのですが、中国語の場合は、「ジンカン」と言って、世間一般という意味になります。ですから、日本語の「人間^{にんげん}」というのは、人と人との間があって一緒に生きる生き物という意味で、良い言葉ですね、とピタオさんに言われ、はっと意表を突かれました。人間は共に生きることに喜びを見出した生き物であり、「人」から「人間」になるということは、「共に生きる」知恵を身につけるといことです。人間として生きるために「躰」を身につけなければならないと思います。

躰というのは「仕付け糸」から来ています。仕付け糸というのは、和裁で、縫い目を正しく整えるために縫いつけておくための糸のことです。田植の際に、稲の苗を縦横に正しく曲がらないように植えつけるための糸も仕付け糸と呼びます。

躰というのは、理屈で教えられるのではなく、家庭の中、生活の中で直接体験して自ら学ぶものです。私には4人子どもがいて、4人の子どものうち帰ってきて最初に何をやっていたかと言うと、仏壇の所に行ってチーンとして手を合わせていました。それから「お菓子頂戴」なんて言うていました。それはなに

も仏壇に行ってチーンしないとお菓子をあげないよ、と言ったわけではありません。私と家内を見て学習したのです。日常生活の中で周囲より自ら学ぶ、理屈を教えるものです。私は、教育と学習は違うと考えています。そして、躰の大部分は教育ではなく学習によって養われるのです。もちろん、こうしてはダメよ、というふうに教えることがあるけれども、ほとんどは大人の背中を見て真似て学び、遊びの中で年上の子どもたちを見て学びます。理屈抜きに体験して身につけるものなのです。面白いことに、躰は学習によると私は言いましたが、人類が何故これだけ進歩したかと言うと、それはやはり教育の成果なのです。先人の知恵を次の人に教えるから、それが次に伝わってこれだけ発展したのです。動物の世界では教育はありません。天才チンパンジーのアイちゃんにはアユム君という子どもがいますが、アイちゃんは自分でコンピュータをいじってお菓子を手に入れることができますが、それをアユム君がそばに居ても教えません。それをアユム君は見ていて憶えるのです。野生の世界でも、ゴリラがアブラヤシという椰子を、下に石を置いて上から石で叩いて割って中身を取るのですが、子どものゴリラはそれを見ていて割ろうとすると難しいのでなかなか割れませんが、お母さんは絶対に教えないそうです。子どもはじっと見ていてお母さんがいなくなった後に一生懸命やって憶えるのです。ですから動物の世界には教育はないそうです。

このように教育と学習について考えていくと、教育により人類は確かに様々な進歩を手にししましたが、私が唱えている「あたたかい心」というのは、理屈でなくて自然にわき出るもので、学習の要素が重要になってきます。お父さん、お母さん、大人たちみんながあたたかい心で接すると、その子どももあたたかい心を持った子どもになります。

躰という言葉と必ずしも一致しませんが、よく似た言葉をノーベル賞作家の大江健三郎とゆかりさんが書いた『恢復する家族』²⁾ という本に見つけました。大江さんとゆかりさんには光君という重症の障害の息子さんがいます。その2人の光君を育てる育児日記のようなものがこの本なのですけれども、とても良い本です。その中に優情^{めうじょう}という言葉が書いてあります。優情という言葉はなんか実際にありそうですが、これは作家の堀田善衛の造語です。それは、べたべたした優しさではなくて、人間が生きる上での厳しさに根ざした優しさ、だと書いてあります。そして友情^{うじょう}の重なったものだということです。有情^{うじょう}というのは無情の反対で生き物が、生きとし生けるものがみんな根源的に持っている、共に生きる優しさの情です。ところが友情^{うじょう}というのは、友達とのものが友情ですが、友情は作り上げるものです。いつも約束を破る人、借りたお金を返さない、約束を破るような人とは友情は結べません。友情^{うじょう}というのはお互いにきちんとした関係で信頼する。そうした尊敬することに根ざした「やっぱりあの人は素晴らしい」と思

2) 大江健三郎・文、大江ゆかり・画『恢復する家族』講談社、1995年（講談社文庫、1998年）。

えることです。ですから、堀田善衛が言う優情というのは有情と友情の合わさったものです。多分、大江健三郎とゆかりさんはそういうものを生きる上で最も大切だと考え、光君に与えようと思ったのでしょう。

このように考えてみると、人間は、共に生きるためにあたたかい心（有情）と共に生きる社会のルール（友情・絆）を合わせて「相手の痛みや悲しみを感じ取る心」を得たと言えるでしょう。これは、最も弱い生き物である人類が200万年程の進化の結果かち得た英知であるのです。つまり、私たちの祖先は、自分たちよりも強い生き物のなかで生きていました。人類は、走れば遅いし、力だってもりないのです。寒ければすぐに凍えるし、暑ければすぐにのびてしまう。最も弱い生き物の一つであった私たちの祖先が何とかこの厳しい環境を生きぬくためにはどうしたらいいかを、何万年もかけて学んだのです。それが「共に生きる」ことであり、そのための「あたたかい心」なのです。「共に生きるあたたかい心」というのは相手のことを本当に自分のことのように思うことによって初めて生まれるのです。ライオンとかシマウマは群れをつくって共に生きていますよね。でもライオンは餌を獲るためと生殖のためですし、シマウマは身を守るためにみんなと一緒にいるわけです。皆さんは食べ物を得るためとか、セックスのためとか身を守るためだけに一緒にいるのですか。違いますよね。音楽やスポーツの仲間や親友と一緒にいるのは、相手を尊敬し、信頼し、一緒にいることが素晴らしいからなのです。

このように「共に生きることがいかに大切か」を人類が学んできたことを、私は、冒険家の関野吉晴さんという方の話を聞いて確信しました。関野さんは、人類が歩んだ一番長い道を自らの腕力と脚力だけを頼りに逆のルートで辿った方です。南米最南端のチリのフェゴ島から、人類が誕生したと言われるアフリカのタンザニアまで10年かけて約5万キロを旅しました。そのドキュメンタリーが『グレートジャーニー』³⁾という本やDVDになっていますからご存知の方もいらっしゃると思います。その旅で、極寒のアラスカで暮らすイヌイットに、厳しい自然の中で生きる上で大切と思っているものは何かと関野さんが尋ねたら、彼らは弓矢とか犬ぞりとかではなく、「共に生きるあたたかい心」だと答えたというのです。ですから、私たちが200万年かけて勝ち取った、共に生きるための大切なキーワードがあたたかい心なのです。そしてそれが脳の中に組み込まれているのです。

——私たちはみんなつながっている

私の講演で、治療した小さい未熟児の写真を見せると、小児科のドクターや看

3) 関野吉晴の『グレートジャーニー』シリーズは、「人類5万キロの旅」「人類400万年の旅」などのシリーズがあり、1995～2010年に小峰書店、毎日新聞社、ちくま新書、角川文庫などから発行されている。

護師からも「仁志田先生、あんなに小さい子を助けて良いのですか」と質問されることがあります。なぜそんな質問をするかという、「強いものが生き残って、強い子孫を残す自然選択によって生物は進化してきたのだから、弱い赤ちゃんを助けることは正しくない」と考えているからです。それは正しくはありません。それは社会ダーウィニズムと呼ばれる考え方ですが、ダーウィンはそんなことを言っていないのです。これはよく本を読んでいただければ分かりますが、ダーウィンが唱えたのは、自然選択における「多様性」なのです。環境に適応していろいろな種類の生き物が生まれてくるからこそ、生き残り繁栄してきたのです。何も強いものが弱いものを蹴散らして、強いものだけが残るということではないのです。私たちはみんなかつては弱い赤ちゃんだったし、その赤ちゃんが1ヶ月早く生まれれば未熟児なのです。そのことに気づけば「小さな赤ちゃんを助ける必要がない」とは言わないと思うのです。同じように、よたよた歩くお年寄りを「うざい」という若者がいたとしたら、お年寄りが自分の未来の姿であるということに気づいていないのでしょうか。そして、障害者もそうです。私たちはみんなどこかに不自由なところやある程度の障害があるのです。さらに私たちは、いつ「障害者」になるかもしれないのです。そう考えると、みんなつながっているということに気づきます。みんなつながっていると考えれば、相手に対する思いやりが自然と生まれるのです。それが私たちの祖先が200万年かけて勝ち得た人類の知恵、「あたたかい心」なのです。共に生きるためのキーワードなのです。相手のことを自分のことのように思う力です。

さて、人類は22世紀まで生き残れるかどうか、様々な問題から懸念されています。あちこちでテロが起こっていますが、それは憎しみの連鎖なのです。それは原子核の連鎖反応と同じように、臨界を超えると止まらなくなるのです。原子核の連鎖反応は原子炉の制御棒によって中性子を吸収してコントロールしますが、憎しみの連鎖は、政治力でも軍事力でも、さらに宗教でさえも止められないことが明らかになりました。憎しみを受け止めるのはあたたかい心なのです。先ほどういいましたように、私たちの祖先が200万年の歩みの英知として「あたたかい心」を勝ち得ましたので、赤ちゃんはみんなそれを持って産まれてきます。大人たちもかつて確かに持っていましたが、生きていく間に失ってしまうのです。産まれたばかりの赤ちゃんを見たことがありますか。その純粹無垢の目は、禪の坊主が一生懸命修業してなりたいと願う目なのです。赤ちゃんの脳の中には「あたたかい心」が組み込まれているのです。それを大事に育て上げる環境が必要で、あたたかい心を育むことは一人一人の赤ちゃんが幸せになるとともに、私たちの地球を平和にするキーワードだと思います。

ご静聴ありがとうございました。

[にしだ ひろし]