

# 人は如何に生きるべきか（その 17）

（生きがいについて）

一般財団法人 電子科学研究所

辻 本 忠

## 1. はじめに

我々は好んで生まれてきたわけではない。また、生まれた環境によって人生が大きく変わる。さらに、いずれは死ぬべき運命を背負っている。われわれは何のために生まれて来たのだろうか、何のために生きているのだろうか。生きている目的や意味はあるのか、あるとすればそれはいかなるものか。

これを論理的、客観的に言えば「人生の目的」という事になる。しかし、精神的、主観的なとらえ方をすれば「生きがい」という事になる。これらは表裏一体の関係である。ここでは「生きがい」というとらえ方で人生を考えてみることに事にする。

「生きがい」についての考えは社会情勢によって大きく変わる。さらに、同じ社会情勢であっても、生きてきた環境及び年齢によっても変わっていく。本シリーズ「その 14」「その 15」で我々の人生を「学習期」、「発展期」、「熟成期」、「自我期」に分類し、「人生四大期」と名付けた。<sup>(1)</sup><sup>(2)</sup> この区分に従って人の「生きがい」を考えてみる。

人間の考え方、行動のすべては脳の働きによるものである。脳は古脳と新脳に分ける事が出来る。主な古脳は母親の体内にいるときに出来上がる。古脳は脳幹（爬虫類の脳）と大脳辺縁系（哺乳類の脳）に分類出来る。脳幹は生命維持のための基本的な脳で、大脳辺縁系は本能的な情動をつかさどる脳である。新脳は生まれてから出来る脳で、大脳皮質（霊長類の脳）ともいわれ、大脳外部周辺部分に位置する。この脳は学習能力を持ち環境への適応行動をとる。

動物の基本的な本能は「種の保存」である。種を保存するために「性欲」がある。「性欲」を満たすためには生きなければならない。生きるためには「食欲」が必要である、さらに休養も必要となる、そのため「性欲」、「食欲」に「睡眠欲」を加えたものを、

動物の三大本能という。これは生命維持のための脳で、主として脳幹がその役目を担う。大脳辺縁系は記憶の出し入れを行う海馬、感情を司る扁桃体と人間の意欲に動機づけを行う帯状回、やる気を決める側座核等より構成されている。新脳は学習能力を持ち環境への適応行動をとる。人間は古脳と新脳のバランスの上で物事を考え、行動をする。

人を取り巻く環境は人それぞれで、全ての人は皆同じではない。そのため、人の考え、行動は皆異なる。さらに環境は常に変化していく。老人の育った環境と現在の若者の環境は違う。そのため、老人は何時の時代になっても「最近の若い者は」と言う。年を取れば若者の考えている事がわからなくなる。そこで、若者を「新人類」と位置づける。このように、若者と老人は考え方、価値観、判断能力等が異なる。ここでは脳の働きを考えながら「生きがい」について考える事にする。

## 2. 学習期（子供時代）

学習期とは親や家族に支えられながら、次の「発展期」に備えるための知識を獲得する期間である。生まれた時より成人を迎える20歳までの期間とする。

学習期は脳が急激に発達する時期である。人の脳は生まれてから4～5歳までの間に成人の90%近くまでに成長する。その後、徐々に20歳まで成長を続け、20歳を過ぎた頃よりゆっくりと減少していく。脳は精巧な回路網より出来ているコンピュータのようなものである。脳が20歳頃を頂点にして減少していくということは、脳の回路網は20歳頃までにほぼ出来上がり、それ以降は作られない事を意味する。20歳を過ぎれば、加齢という現象で、脳はだんだんと委縮し、老化していく。脳の仕組みから見れば20歳を過ぎれば「余命」ということになる。動物時代の平均寿命は30歳前後であった。現在の人間はあまりにも長生きしすぎているのかも知れない。

そこで、脳は学習期で、ほぼ出来上がる。特に新脳はその時の環境に支配されるので、学習期の環境に適合した人間が形成される。この時代の子供は将来に対して希望がある、夢がある。しかし、現在社会で活動している親達は子供を経験不足で、未熟者として扱う、そして、常に子供扱いする。必要以上に子供達を現実路線に戻そうとする。子供達は親のいう事は良くわかるが、「ウザ

い」と思う。親はくどく同じ言葉を繰り返す。そこで親と子供の間に乖離が生じる。そのため子供達は精神的に非常に不安定な状態に陥る。家出する子供が出てくる。極端な場合、親を殺すような事態にもなる。これは古脳と新脳のバランスが極端に崩れた場合である。

生まれた時の赤ちゃんは必死に泣く、母親の乳を必死に飲む、そして寝る。このような事を繰り返す。これらは生きるために必死に行っているだけで、まだ「生きがい」なんて考えていない。ただ、本能のままに行動しているに過ぎない。その行動には欲がない、邪心がない、複雑怪奇な、腹の探り合いの世相に生活している大人達にとって、幼児のしぐさは「かわいくて」仕方がない。その後ゆっくりと大脳辺縁系（特に大脳古皮質）が活躍する。大脳辺縁系は4歳までに70%出来上がる。この脳は感情的な脳で、「こころ豊かな人間」を育てるところである。よき人間を育てるには、4歳頃まで、母親によるスキンシップな情緒教育が必要である。ところが、現在社会は共働きが社会通念となり、女性の社会進出がアベノミクスの目玉の一つになっている。そして、待機児童、保育所問題、再就職の困難さ等が問題になっている。安倍首相は3年間の育児休暇を提唱されている。3歳までは母親がスキンシップで子供を育てられるような社会構造にして行かなければならない。そのような社会になって初めて「思いやり」のある人間が育つ。

3歳を過ぎた頃より新脳が働きはじめる。その結果自我に目覚める、「我思う、ゆえに我あり」で、自分の存在がわかるようになる。昔の子供は父親の背中を見て育った。現在はサラリーマン時代になり、父親は朝早く出勤し、夜遅く自宅に帰る。給料は振り込みである。父親の存在価値がなくなり、子供と顔を合わす機会も少なくなってきた。そこで、子供は母親の背中を見て育つようになってきた。子供は自分の周りより貪欲にいろいろなものを取り入れる。はじめは家族（母親）より取り入れていたが、そのうちに友達との交流が始まり、取り入れる量も質も変わっていく。特にその内容の変遷は著しく、その結果として、自己顕示欲、対抗意識、攻撃的、自己防衛的行動を持つようになる。学校に行くようになると思春期が訪れる。思春期とは男性は11歳頃（小学校高学年）より、女性は9歳頃（小学校中学年）より始まる。この時期より体形的にも精神的にも子供より、大人に近づく。そして「人

を愛する」ようになる。これは男も女も国籍も関係なく訪れるものである。そして、自己中心的な考えより人の事を思うようになる。

脳の回路網を作っている素子は神経細胞である。しかし、人間の脳は神経細胞だけではなく、脳の下部の部分に内分泌細胞と呼ばれている細胞が潜んでいる。<sup>(3)</sup> この細胞が思春期にホルモンを作りだし神経細胞の働きに影響を与える。そして、男らしさ、女らしさの表れた人間が出来上がる。思春期までは「自分のために生きる」ことしか考えていなかったが、思春期を過ぎた頃より思いやりの心が出来、「人のために生きる」ことを考えるようになる。

近年、成人年齢を20歳より18歳に引き下げが議論されている。

18歳はもう一人前である。しかし、老人社会の現状ではまだ子供である。他方、高学歴者社会になり、大学院を卒業する者も増えてきた。そのため、25歳～30歳近くまで学生である。20歳を過ぎれば脳（回路網）がほぼ出来上がる。出来上がってから教育しても効率は悪い。教育には時期がある。この時期を逸しないようにしなければならない。

### 3. 発展期（若年時代）

発展期とは20歳より40歳までとする。この時期は人生の中で最も充実した時期である。まず、社会人になる、社会人とは先輩達の作った組織の中に入り、社会の中で活動し、社会資本を培養していく。先輩達の作った組織のなかで、いろいろと経験を積み重ねて社会人になっていく。しかし、何時までも先人達の作った組織に甘んじているだけではいけない。新しい考えを組織の中に導入し、改革にも尽力すべきである。これが若者の特権である。失敗を恐れてはいけない。しかし、組織に忠実な会社人間も肉食時代になり会社中心よりも家庭中心に移りつつある。逆に女性は社会進出により会社人間になりつつある。最近の傾向として組織と家庭を両立させ、どちらにも「生きがい」を見つけようとする考えが出てきた。

最近、STAP細胞で有名になった小保方ユニットリーダーは論文不正問題で今や火中の人になっている。他人の論文をコピーして貼り付けた、事に対して「ねつぞう」「改ざん」と言われて大騒ぎになっている。霊長類などの高等動物にはミラーニューロンという細胞がある。この細胞は他人のしていることを見て自分が同じ

行動をとっているように（鏡のような）反応する、日本の諺に「ひとのふりみてわがふりなおせ」があるように、人間は他人をお手本にして知識を増やしていく。気にいった文章や言葉があれば、暗唱し、ノートに書き留めておく。そして、必要な時には自分の文章の中に取り入れる。このようなことは昔の人は常に行ってきたことである。現在はパソコンで簡単に人の論文をコピーしてコンピュータに保存しておくことが出来る。そして、必要な時には貼り付けて使用する。これは単なる「パクリ」になる。一度自分の脳に刻み込んでから使用するようにすべきである。小保方ユニットリーダーは全体の形態を良くするために、他人の文章及び写真をコピーして貼り付けた。そして、これらの行為を悪いとは思ってはいなかった。結果が正しければよい、形式にとらわれない。これが新人類の考え方である。しかし、先人達は長年の経験がある。形式が整っていなければ、結果もあやしいと思う。これも経験から生まれた正しい考え方である。小保方ユニットリーダーよ実験には「コツ」があると言わないで、一日も早く STAP 細胞が第三者の再現実験で成功するように努力すべきである。いままでの体制を破り、新しい体制を作っていかなければならない。それは若者にしかできない特権である。小保方ユニットリーダーよ、今回のことで挫けないで、再起をしてほしい。30 歳はまだ若い、再起の機会はいくらでもある。小保方ユニットリーダーさんよ失敗を恐れるな。

さらにこの時期の人生にとって、もう一つの大きな事柄に結婚、出産、育児がある。特に女性にとって一大事業である。動物は本能的に子孫を残すために交尾を繰り返すが、人間は、新脳の働きにより美化され、そこにはロマンチックな会話があり、すてきな恋愛が生まれる。そして愛情が芽生え、「あなたこそわが命」という感情になり、結婚という儀式が行われる。この時期の「生きがい」は非常に複雑で結婚当時は伴侶（はんりょ）（彼氏、彼女）の「愛こそ生きがい」であったが、子供が出来ると「子供のために生きる」事によって変わっていく。子供を産み、育てることは人間の本能の一つである。しかし、昨今の親、特に母親は何時までも「子供のために」生きようとする。子供の卒業式は勿論の事、入社式にまで親が付き添う。親の子離れが必要かも知れない。それには子供以外の生きがいを見つけなければならない。

一方、生後 9 カ月と 2 歳の子供を見知らぬベビーシッターに預

け、2歳の子供が死亡するという事件が起きた。自分の大事な子供を見知らぬベビーシッターに預けるという事は考えられない。この母親は幼年の頃、母親のスキンシップによる情緒教育がなかったのかも知れない。彼女はシングルマザーである。このような女性が増えてきた。その上、女性の社会進出により結婚年齢は高くなっていく一方である。さらに、結婚しない者も多くなってきた。その結果として子供が生まれにくい。少子化になっていく。これは由々しき問題である。動物の根本的な本能の「種の保存」が危ぶまれることになる。人類の滅亡が近づきつつあるのかも知れない。

### 3. 成熟期（成人時代）

成熟期は40歳より定年の60歳までの期間で、会社で指導的な立場に立ち、社会の未来を考えながら活動を行う時期である。会社ではいろいろな人達がいる、これらの人達と上手にコミュニケーションをとりまとめていかなければならない。新人類の新社員を育てていかなければならない。どうしても会社人間になる。「生きがい」については「社会のために生きる」事になる。

他方、個人として考えれば、子供から手が離れ、心身にすこしゆとりが出来る時期である。そこで、いろいろな事を考えるようになる。将来のために預金もしなければならぬ、家も作らなければならぬ、このまま老いて行くわけにはいかず、不安と焦りを覚えるようになる。まさにこの頃より自分の生きがいについて真剣に考えるようになる。若い時の希望と夢を再現させる時代でもある。

安倍晋三総理大臣は家庭の幸福の秘訣は「妻への降伏（幸福）」であると言われた。安倍総理は日夜日本国のためにご尽力されている。生きがいはおそらく「よき日本を作る」ことであると思う。しかし、家に帰れば生きがいを家庭に切り替え夫婦で団らんを求められている。生きがいは「日本国のために」であるが、家に帰れば奥様に全面降伏し、「生きがい」を家庭に求められている。家族の支えがあってこそ、男性も女性も良い仕事出来る。

「生きがい」は一つではない。成熟期の生きがいは社会及び組織のために生きることであり、それは、家庭の平和が不可欠である。家庭が平和であるためには、社会及び組織がしっかりしていなければならない。生きがいは一つではなく家庭と社会

の両面あいまって成立する。昔はこのような器用なことは出来なかった。会社人間なら会社に一途であった。安倍総理をはじめとして新人類はそれをやっている。それは社会に余裕が出来てきたためかもしれない。

#### 4. 自我期（老人時代）

自我期は60歳を過ぎた時期よりはじまる。自我期は個人として自分の為に生きる時期で、自己中心的な時期である。自由に思うがままに振る舞ってもよいが、人の云う事を素直に聞き、人の道を外さないようにしなければならない。

金平敬之助さんは「私は家内を幸せにするために生きている」と言われている。

一般に現在の老人達は、若い時には一生懸命働かれた。家庭も振り返らず働かれた、奥様にはご苦勞をお掛けになったのではないかと思う。そしてやっと「自我期」を迎えるようになり人生に余裕が出来てきた。そして、自分の人生を振り返ってみて、自分を支えてくれたのは奥様である事に気づかれる。そして、やっと「私は家内を幸せにするために生きている」という心境になられたのではないかと思う。これも順風満帆の人生を歩んでこられた人の例である。多くの人がこのような心境になるとはかぎらない。現実問題として、老々介護や老人の独死が社会面を賑わせている。親の介護のために退職しなければならない人も出てきている。老人の長寿は喜ばしいことではあるが、すべての老人が健康で天寿を全う出来る社会にしなければならない。小保方晴子さんよ一日も早く再生医療時代を迎えられるように頑張ってください。そして、平均寿命は健康寿命になる社会を望んでいる。

#### 5. 結論

島倉千代子さんの歌ではないが、人生はいろいろである。「生きがい」もいろいろである。しかし、ここでは、時の流れと共に変わりゆく「生きがい」について述べた。時の流れとは別に「生きがい」に大きく影響を与えるものに宗教がある。これについては別の機会に述べたいと思う。高杉晋作の辞世の句に「おもしろきこともなき世をおもしろく」がある。我々は「時の流れ」に従って生きていかなければならない。しかし、ただ「時の流れ」に従うだけではなく、常に「生きがい」を見つけて有意義な人生にし

なければならない。その場合、「生きがい」に大きな影響を与える学習期の教育を大切にして行きたい。

#### 参考文献

- (1) 辻本 忠 「人は如何に生きるべきか」(その14)  
ESI-NEWS Vol.31 No.4 2013 P.18
- (2) 辻本 忠 「人は如何に生きるべきか」(その15)  
ESI-NEWS Vol.31 No.5 2013 P.17
- (3) NHKスペシャル 人体 ミクロの大冒険  
25年3月30日、4月5日、4月6日