

第115回 頭のなかの身体

数年前に左アキレス腱を断裂した。久しぶりに体育館でのテニスの試合に出て、急激なダッシュにアキレス腱が耐えられなかったらしい。年なのに急に無茶するからだ、家族にさんざん注意された。たしかにそのとおりだと思う反面、いや違うんだけどなとも感じた。「あれ、こんなに身体が動かないのか」「届くはずの打球にどうして届かないのだろう」。最初は、久しぶりのテニスだから勘を取り戻せてないだけと思っていた。でも、走り回っているうちに、心(頭のなか)のイメージと実際の身体の動きがずれていることに気がついた。気づいていたけど、無理をしてアキレス腱を切ったというのが真相に近い。

▼頭に身体がついていかない

「頭に身体がついていかない」という感覚は、日常生活でもときどき感じる。ちょっとした溝を跳び越そうとして、危うく落ちそうになる。車のブレーキを踏むタイミングが遅れる。つねに感じるのは、「頭の中でイメージした身体の動きのスケールよりも、実際の身体の動きが小さい」ということだ。

「身体がついてこない」という表現をあらためて眺めてみると、ちょっと不思議でもある。頭は司令塔で、身体はロボットのような道具に過ぎないのか。それも少し違うような気がする。身体の筋力や柔軟性が衰えているのは確かだが、もしかすると、身体でなく頭のほうに問題があるのかもしれない。つまり、頭のなかのイメージは若い頃の身体で形づくられた「こうすればああなる」という過去の情報系を記憶している。身体機能が衰えて、その情報系がずれてきたのだとしたら、間違っているのは頭のほうで真実を語っているのは身体かもしれない。

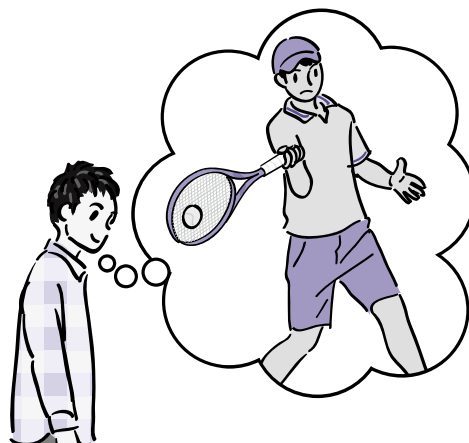
▼身体に頭がついていかない

頭に身体がついていかないのではなく、身体の実(リアル)に頭がついていかないというほうが、正鵠を射ているようだ。

この発想を広げるとSFで扱われるようなテーマに行き当たる。いきなり青年が老人になったとき、男が女になったとき、事故で身体の一部が欠損したときなど。身体に頭がついていかなくて困惑するはずだ。

だが、しばらくその身体と向き合ううちに、脳は柔軟に適應して新しい身体を上手くコントロールできるようになる。そのように考えると、私の場合、頭が追い付いてない状態で、若い時の身体イメージで無理をした結果、アキレス腱を切ったともいえる。いっぽうで、脳は自分で限界点を決めている頑固な面もある。

「人間が100mを10秒以下で走れるわけがない」と信じ込んでいれば、人は決して10秒の壁を破れない。しかし、10秒という限界を誰かが突破すると、次々と記録が更新されていく。このように頭で決めつけた身体イメージを壊すのはなかなか難しい面もある。アキレス腱を切ったわが身としては、「身体の声に耳を傾けよ」という古くからの言葉が、深く心に沁みるのである。



鳥取大学医学部
地域医療学講座
教授

谷口 晋一
(たにぐち しんいち)