

雑 草 通 信

船津好明 1936 年生まれ

思いつくままに綴り、書き直しを繰り返し、意を尽くそうと文を練るのは、心身の劣化を遅らせるのに役に立つと考えました。内容は専門外ですから、学問的には書けません。勝手に他人に送りつけるのは、この歳になった私の新たな冒険です。他人様にはどうでもよい内容かも知れません。差し障りがあるかも知れません。浅はかと思われるかも知れません。破棄して下さい構いません。(雑草の「雑」は内容が様々であること、「草」は書き留めたものの意味です。)

記憶の不思議

過去の経験を今なお覚えているのは、脳の働きによる。長い間には多くの経験をしており、全てを覚え続けることは到底不可能で、殆どは忘れてしまう。1日の出来事でさえ、翌日になると殆ど覚えていない。脳には記憶の容量があるから、新しいことを覚えるためには、古いことを忘れることが必要になるのであろう。脳はこの点を自然に調整しているらしい。

脳の記憶容量は変化する。若いほど増えていき、高齢になるほど減っていくらしい。学校の授業や教科書の内容をどれだけ覚えているか。習った内容全体に比べれば、ごく僅かであろう。全生徒が等しく覚えて忘れないのは 50 音の仮名文字の読み書きであろう。これは小学校で学ぶが、生徒には知らないと困る、恥をかく、と言う心理が働いているのであろう。漢字は学年ごとに覚えるべき標準が決められている。これも学校で覚える代表的な記憶例と言えよう。

年をとると、過去の確かな事実に対して、記憶がないことがある。日記に書いてある、写真がある、などから事実である事は確かだが、覚えがない。一緒に写っている人が誰か、思い出せない。知人の名も忘れてしまう。遠い過去になるとそういうことが多くなる。漢字は読めるが書けない。家の中の物の在り処が分からない。捨てた覚えがないからどこかにある筈だが。あるいは捨てたことを忘れていたのかも知れない。

記憶には確からしさの程度がある。はっきり覚えている、大まかに覚えている、うろ覚えだ、覚えていない、など。何がこのような度合をもたらすのか。印象の強さによるか。

記憶の内容は時を経て変化することがある。忘れ難い出来事も、場所や時期などを、その後の別の出来事と紛れ混同して、勘違いを来たすことがある。勘違いとは気付かず、正しいと思い込んでしまうから困りものだ。記憶は間違いに気付き次第、正しいものに置き換える。

級友の名を思い出せないことがある。姓、名、時に旧姓も、知っていたものが出てこない。同窓生の名簿を見ればすぐにも分かるが、急を要することでもなく、思い出せないことを悔しく思って、名簿を見ないで思い出してやろうと、メモ帳に未解決の事項として「A 君の名前」と書いておく。このように、失った記憶を思い出す機会を待つことを習慣にすると、記憶の維持によい。思い出したときは、書いておいた事項を＝で抹消して解決とする。

記憶力や判断力が衰えると、日常生活の能率が悪くなる。用事のため、車で外出しようと車庫に行く。車の鍵は家の中の一定の場所に置いてあるが、鍵を持つのを忘れていたことに気付き、部屋に戻る。その途中ふと、他に持ち物の一つ忘れていたことに気付き、その物を取りに行き車庫に向かう。車の所に来て、鍵を持たないことに気付く。また部屋に戻って鍵を取り、やっと車を動かせる。まともなら 1 回で済むものを、3 回も往復する。毎回こういう訳ではないが、時たまこういう目に遭って苦笑する。

外出時にはいつも時計、眼鏡、財布を持つと決めてあるが、時に一つを忘れることがある。買い物に出て店まで行って、財布を忘れていたことに気付く。何と馬鹿なことか！と嘆く。

記憶の存続と忘却にはある種の型があるように思う。何が大切なことか、そうでないかの認識が関係していると思われる。事柄の性質にも関係がありそうだ。物の貸し借りについては、貸したことは忘れないが、借りたことは忘れ易い。権利は忘れないが、義務は忘れ易いということか。一つの傾向のように見える。是非はともかく、そんな気がする。物を借りた時は、貸し主は貸したことを忘れていない筈だ、と自分に言い聞かせる。

加齢で物忘れが多くなるのは自然現象、逆らわず、少々失念にくよくよせず、日々をのんびりと過ごしたい。