ドクター板東の メディカルリサーチ Vol.59

～これからの 世界は常に 乱気流～

http://hb8.seikyou.ne.jp/home/pianomed/

いま地球規模で、温暖化をはじめとする気象異常が起こっている。わが国でも、驚くべきレベルのゲリラ豪雨や竜巻も増加中だ。いずれも積乱雲が関与し、その原因として、暖気と寒気がぶつかって生じる「乱気流」が大きな要因だ。

乱気流は気象だけではない。世界は今まで人類が直面したことのない状況に陥っている。デカルト以降の要素還元主義的なパラダイムの限界によって、さらに混迷を深めてきた。思考のパラダイムを転換が求められる時代の到来だ。そこで、いちど根本に立ち戻り、未来のあるべき姿から学ぶ「ブレイクスルー思考」が注目を集めている。

以上に関わる話題について、今回は触れてみたいと思う。

乱気流の時代

平成22年8月下旬、名古屋の中京大工キャンパスで、第2回世界会議「乱気流時代の思考」が5日間開催された（図1）。乱気流時代（turbulent age）を生き抜くのは簡単ではない。誰もが、明確な方向性を見出せない状況だ。

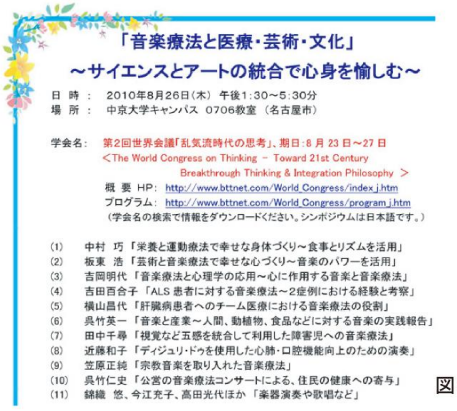
図1

図2

そういえば、「乱気流 タービュランス」（図2）という映画が以前にあった。物語は、ジャンボ・ジェット機が凶悪犯にハイジャックされ、人間模様を描いたパニック・サスペンス。

映画はフィクションで短時間のサイコ・サスペンス物だ。一方、現実は予想できないノンフィクションである。心理も経済も、あらゆるファクターが複雑に絡み合う。

今回の国際会議には、多くの教育講演やシンポジウムが企画された。（図4）その中で、芸術・音楽・医学に関わるシンポジウムを、音楽学博士の呉竹英一氏と筆者の二人で企画し座長を担当した（図3）。


「音楽療法と医療・芸術・文化」
～サイエンスとアートの統合で心身を愉しむ～
日 時： 2010年8月26日（木） 午後1:30～5:30分
場 所： 中京大学キャンパス 0706教室（名古屋市）
学会名： 第2回世界会議「乱気流時代の思考」、期日：8 月 23 日～27 日
<The World Congress on Thinking － Toward 21st Century Breakthrough Thinking & Integration Philosophy >
概 要 HP: http://www.bttnet.com/World_Congress/index.j.htm
プログラム: http://www.bttnet.com/World_Congress/program.j.htm
（学会名の検索で情報をダウンロードください。シンポジウムは日本語です。）
(1) 中村 巧「栄養と運動療法で幸せな身体づくり～食事とリズムを活用」
(2) 板東 浩「芸術と音楽療法で幸せな心づくり～音楽のパワーを活用」
(3) 吉岡明代「音楽療法と心理学の応用～心に作用する音楽と音楽療法」
(4) 吉田百合子「ALS 患者に対する音楽療法～2症例における経験と考察」
(5) 横山昌代「肝臓病患者へのチーム医療における音楽療法の役割」
(6) 呉竹英一「音楽と産業～人間、動植物、食品などに対する音楽の実践報告」
(7) 田中千尋「視覚など五感を統合して利用した障害児への音楽療法」
(8) 近藤和子「ディジュリ・ドゥを使用した心肺・口腔機能向上のための演奏」
(9) 笠原正純「宗教音楽を取り入れた音楽療法」
(10) 呉竹仁史「公営の音楽療法コンサートによる、住民の健康への寄与」
(11) 綿織 悠、今江充子、高田光代ほか「楽器演奏や歌唱など」
図3

会議は乱気流ではなく、逆に、乱れることなく、気持ち良い音楽が流れるシンポジウムとなった。

本世界会議で、お洒落な企画を紹介したい。経済人、経営者、技術者、学者、実務家、農業従事者、政治家、教育者、医療関係者など、あらゆる専門家が参集してくる。人々と交流している。同様に、音楽という世界共通の言語を用いれば、誰とも自由にコミュニケーションが可能となる。芸術である音楽は人生を豊かにし、音楽療法では心身を刺激し癒してくれる。なお、本シンポの雰囲気は乱気流ではなく、

図4

そこで、分野の垣根を超えた統合セッションとして、すべてを包むローリング方式で融合を試みる。日本の伝統的食物である巻き寿司をヒントとし、「巻き寿司アプローチ」（図５）が試みられた。つまり、参加組織や人々が響き合って響催し、響創し、統合を目指していく。

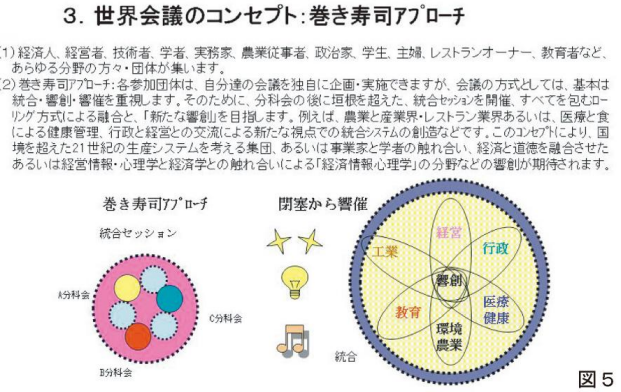


図５

ブレイクスルー思考

さて、ときに使われる言葉でbreakthroughとはどんな意味だろうか？　現状打破、打開、突破作戦、科学技術など飛躍的進歩、難関を打ち破る、画期的な、などが挙げられよう。従って「ブレイクスルー思考」とは「今までにない画期的な考え方」を表わす。

その源流は、１９５９年の「Work Design」に由来する。新時代のシステム設計論として発展し、トヨタ自動車の生産システムや品質管理などに影響した。引き続いて、目的設計～企画・計画レベルに進化し、人間の目的行動を主とした「問題解決アプローチ論」に導かれた。

１９８０年代には、東西の哲学的考察を合わせ「ブレイクスルー思考・統合思考」へと確立。激動する21世紀には、世界に必須の哲学、アプローチ、思考技術、道具論などとして注目されている。

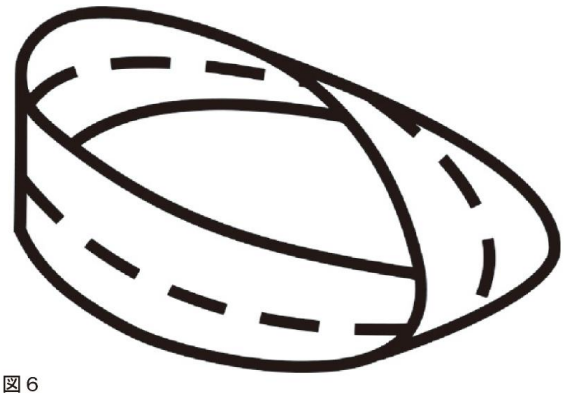


図６

本領域の専門家で本世界会議を主宰されておられるのが、吉川宗男ハワイ大学名誉教授である。氏が提唱している「メビウス理論」は統合のメンタルモデルとなり、なかなか興味深い。（図４，６）つまり、メビウスの輪では、表と思っているといつの間にか裏になって、再び表になる。中央にハサミを入れると、予想だにしない結果に。

以上より、従来の枠組みにそった考え方ではなく、新しい発想で柔軟に発想していくことが、新時代にはポイントとなるだろう。

３つの考え方

「思考のパラダイム」と言われても、ピンと来ないだろう。そこで、わかりやすい３つの例で説明してみよう。

A：マイナス思考：自分の問題を前にして、絶望すること。現実の悪い面に着目し、今後の展開も悪い方向へ進むだろうと考える。

B：プラス思考：自分の問題を、なんとかして乗り越えようとする意志を持つ。現実の良い面に注目し、今後は良い方向に展開するだろうと考える。

C：ブレイクスルー思考：目の前の問題自体の価値を見出し、順調な試練と受け止める。その壁を自分に吸収しながら成長し、一見困難な状況を楽々と突破していく発想法。

どうだろうか。なるほど、と感じていただければ、今後の問題に積極的に取り組めること、間違いない。

日常でうまく活用

さらに、私たちが日常的にどのように活用したらよいのであろうか。そのコツを伝授しよう。表をご覧いただきたい。①から⑪について友人や家族と一緒に読んで意見を出し合ってみると、よくわかり効果的だ。

（板東浩、ばんどうひろし、医学博士、糖尿病専門医、ピアニスト）

表　ブレイクスルーの発想法

① 楽しく笑え、感動に涙できる方向へ進む
人生で岐路に立つとき、どちらを選ぶとよりワクワク、より笑う機会が多いかを考慮
② 物質主義的か、スピリチュアル的か
宇宙には因果関係の法則が働く。
人生は生老病死や人間関係など試練あり、経験を通じて学び成長する修行の場である。
いかなる事がらにも意味や価値が存在し、体験は予定通りで順調に学ぶ過程となる。
③ 意味が現象に優先すると信じる
④ 人生のブラックボックスを活用する
どう考えても解決できず暗い気分になる問題には、あえて考えず放置しておく。
⑤ 大きな出来事はすべて予定通りと信じる
人生の良い事・悪い事は偶然の積み重ね
⑥ 人との出会いにはすべて意味がある
⑦ 落胆や恐怖心から自分を解放する
過剰な期待をしない、落胆する必要はない
⑧ 理想と現実を使い分ける
何かをしなければならないという発想
何かをするに越したことはないという発想
⑨ 2通りのブレイクスルーから選ぶ
⑩「自分に解けない問題はない」と信じる
⑪ 自分なりの発想法を持つ