

直感に関する研究の展望

04L013 樋口 直紀

はじめに

日常生活の中であることを選択する際に、その答えを「直感で選んだ」と聞くことは稀ではない。たとえば心理テストを行うときは問題文に「直感で選んでください」と言った教示が用意されている。一般的に考えれば、何らかの判断をする際に直感が用いられる。では直感とはいったいどのようなものなのか。直感がある種の精神的な作用として考えたとき、そこには2つの過程があるとされる(教養の心理学を考える会、2003)。それらは勘、そして直観だ。これらは直感を定義する上で重要な概念である。たとえば、第一印象の形成では直感はどのように使われているのか、またスポーツではどのように使われているのか、もしくは選択肢の判断の際に直感はどのように関連していくのか。加えて直感は意識的に使えるものなのだろうか。こういった問題に答えられること、つまり直感と勘、そして直観の関係を把握することが直感を理解する上での第一歩である。

しかし、直感に関する書物には直感そのもののメカニズムに関する理論よりも、直感的な能力開発のための直感力レッスンなど、直感を鍛えるための方法論に重きを置いたものがとても多い。いずれもリラックスすることで直感を促すことや、考えずに行動を起こしてみることを心がけること、意識を集中し想像力を働かせることなどである(ピアス、1999)。そこに誤りはないように感じられるが、やはり直感が定義づけされていないことが多い。直感を有効に使うためには、やはり直感を織り成す要素や仕組みを理解することが欠かせないだろう。

この論考では曖昧な直感という概念を科学的根拠によって定義して、直感の関連要素を明らかにすることから直感の重要な働きについて理解していくことにする。そして今後の直感に関する研究をさらに発展させることを目的とする。次項ではまず、直感の定義を巡る東洋文化と西洋文化の違いを見ていく。

1. 直感の定義

1) 東洋と西洋の比較

直感というものは、東西の思想家たちによって昔から様々に定義付けられてきた。たとえば、仏陀は、究極的な心理や知恵の根源は、理性ではなく、直感であると説き、加えてモノを識別する心が静められてはじめて、直感的な心が解放されるとしている。中国や日本の瞑想法たちは、直感を合理的な説明をものともしないような経験や洞察、目覚め(悟り)であるとしている。またヒンズー教では、直感を意識の一段階高い次元であり、直感的洞察力というものは、瞑想や修練を積んだ精神のコントロールを通して得られるものとしている。アリストテレスは、直感を、体の内部の知識をイメージによって表に出すものである、つまりイメージと関わりがあると考えていた。さらに直感は、思考において最初に浮かんだ原理を図式的に表すことであるとも言っている。それはイメージを介して、つまりは言葉や文字などの記号を通し、眼に見えるものとして表すことである。また直感とは理解の跳躍であり、他の知的な手段によっては到達不可能な大きな概念を把握することができる基本的な知的なプロセスだ、とも定義している(シャルクロス & シスク、1997)。直感的経験は、気づきの点で4段階に分けられるとも考えている。身体的、情緒的、心的、スピリチュアルの4つだ。まず1つ目

の身体的段階とは、身体感覚と関係するもので、危険な状態を回避することである。2つ目の情緒的段階とは、感情と関係するもので、ある人や物を好きになったり、嫌いになったりと、他の人の感情的反応に対して敏感になることだ。3つ目の心的段階とは、イメージやアイデアと関係し、思考とも結びついており、「内的洞察力」のようなものを通して表される。問題解決と関連することが多く、一瞬のひらめきなどはここに属するのだとしている。4つ目のスピリチュアルの段階とは、神秘的な経験と関係している純粋な直感である。純粋な、スピリチュアルな直感とは、感覚や感情や思考から独立していることから、他の形式とは区別され、それはトランスパーソナルな認識様式のことである。またゴールドバーグ（1983）は機能に着目し直感を6つに分類している。それは、発見、創造、評価、作用、予言（予測）、解明である（シャルクロス & シスク、1997）。発見とは、単一の心理や事実ないしは真実の情報を明らかにすること。創造とは、理想的な解決方法を選択することができるための大量のアイデアを生み出すことである。評価というのは、選択の際に使われる直感であって、二者択一の選択肢に直面したときに答えに導いてくれるものだ。作用というのは、自分の行動の指針、方向感覚的直感というように舵取りをしてくれるものである。予言というのは、将来の出来事を予想したり、仮説を立てたりする際に使われるものだ。最後に、解明というのは、スピリチュアルな直感、啓発的なもので先述したヴォーンの考えとほぼ等しく、瞑想や悟りとも言い換えられ、すべての直感に先立つものであるとしている。

以上からわかるのは、やはり東西によって直感に対する見解が微妙に異なるということだ。東洋の認識としては、直感というものは経験や修練から得られるのが常であり、自分で生み出すもの、コントロールできるものだというニュアンスが強い。加えて、東洋の思想家たちの間で直感の見方に大きな偏りがないことから、日本でも古くから親しまれている悟りという言葉に直感の定義が集約されているように思える。悟り、つまり修練によってすべての業を、欲を超え、行き着いた無我の境地に、すべてを予見する力を得るという意味である。

一方、西洋には直感にたくさんの性質があるというような見解が見受けられる。東洋と同じように何らかの経験が直感を誘発するという見方もあるのだが、それとは全く異なる、他とは独立した直感もあると考えられている。加えて、存在しなかったものを創造、発見するという直感のほかにも、物事の本質を見抜くという性質を持つ直感もあるとされている。さらに、神への信仰が影響しているためか、直感にはスピリチュアルで純粋な、つまり思考や論理を完全に通り越して何かをもたらすという性質があるとも考えられている。

このように、文化・文明によって直感にはいくつかの定義や分類がある。直感の性質というのは私たちが思っている以上に多い。そこでこれらをまとめられないものなのかという疑問が浮かぶ。これらを踏まえて、実際に直感とは何であるのか、また直感と勘、直観の関係について図1を参考にしながら次項で考えてみる。

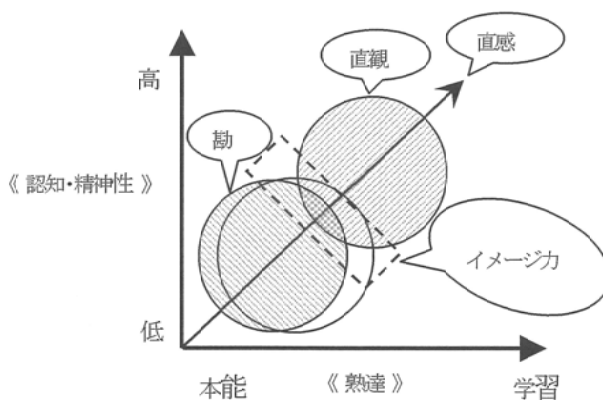


図1. 直感の概念

2) 概念の整理

直感というのは、文字のとおり五感を通して直に何かを感じ取ること、また無意識になんとなくピンとくる状態のことで、英語で表すならば inspiration となる。第6感ともいわれ「虫の知らせ」に代表されるような危険察知の類のものはこれに当たる。ただなんとなく「あいつ今どうしてるかな、胸騒ぎがするな。」そう思っていたら、偶然計報の知らせが入ったというような場合がこれに該当する。では、何が該当しないのか。それはいつも身近におり、その人の様子が普段と違いどこかおかしいと感じた場合である。今までの状況との違いを瞬時に感じ取り、物事を考える過程を飛び越え、何かが起きるかもしれないと確信めたものを自分の中で持つこと、これはもちろん直感であるのだが、どちらかというとなら後ほど出てくる勘に関係する。

たとえば正誤問題で知識もなしに、選択肢から答えを選ぶ際に使われるのも直感だ。この直感には、脳の働きに関係があり、誰もが持っているもの、そしてそれは万人共通であるため、人によってこれ自体の能力に差異はない。差異が出るとすれば、それは大人と子どもで比べた場合である。ここでいう大人と子どもというのは、簡単に言えばその人の性質が単純かそうでないかということで、年齢云々は関係ない。生活の中で取り込んできた情報が関係することになる。つまり情報過多が判断の邪魔をするということである。情報が先入観などを個人の中に作り上げ、そのたくさんの知識や出来上がってしまった先入観が、脳内の情報処理のフィルターになる。それがより正確に、かつ素早く自らの中にある何らかの問題に対する答えを導き出すことができなくなる原因にもなる。

直感とは瞬時的に情報処理が行われ、勘や直観のどちらにも共通している。先述のとおり、脳内で勘や直観を駆使した結果、直感を使うに至る、つまり1つの考えとして過程の結果が意識にのぼるということである。では、実際どういった場面で勘や直観を用い、最終的に直感を使うことになるのか、いくつかの例を次項で見てみる。

3) どのような場面で使われるのか

岡部 (2006) は勘という言葉を用い、自らの経験を分析している。彼は競馬のレース中に勝負勘なるものを使う。まず、どの騎手がどの馬に乗ってどんなレースをしていくのかを、レースの前に頭の中でシュミレートする。しかし実際のレース中にはそのイメージにはあまり固執しない。レース中に生の情報を取り入れ、把握し、最初のイメージを元にして情報を分析し、修正していくのだという。そうして最後の勝敗を分けるであろうポイントにたどり着くまで、情報を頭の中で書き換えていく。そこで勝敗を分けるのが勝負勘である。目の前の状況を読み、かつ先を読むこと、それが最高の選択、確信に近い自分のなかの理想、つまり勝負勘になる。これを行うには、努力や経験などの積み重ねが必要である。

谷川 (2000) は、将棋という競技の観点から、直感を促す集中力、それが勝負に勝つための能力だとしている。彼の場合、まず数ある指し手の中の90パーセント以上の手は読まないで捨ててしまうのだという。30数年の蓄積と経験から、不要な手が瞬時的にわかると同時に、直感によって理屈や言葉で了解する前に、「ピンとくる」「なんとなくわかる」と感じ、3通りから5通りぐらいの手が頭に閃く。そして直感で選んだ3~5通りの中から、最良の指し手を最終的に自身の感性を判断基準として決めるのだという。

羽生 (2005) は、集中力と同様の観点から、自らの経験を元に、決断する際に要するものが勘であるとしている。彼には「どのように選択するか」よりも「いかに捨てるか」が大事だと言う。将棋には、一つの局面に80通りぐらいの指し手の可能性があり、このうち77~78手は、もう考える必要がないと瞬時に判断する。そしてそれらの手を捨てる。これまでの経験から培ってきたことから、その数ある手の中から勘でカメラのフォーカスを絞るように定めるということだ。それは直感によって判断されるという。彼は手を決める時には「この手で間違いない」と確信を持って指しているのではなく、「これがいいのではないかと」思っ指しているらしい。この何となく選ぶ、つまり直感によってパッと「これが一番いいだろう」と閃いた手のほぼ7割は正

しい選択をしているのだそうだ。これら一連の動作は、直感でもあり、勘でもある。また読みと勘は異なるものだとしている。「読み」というのは今までの経験を踏まえ、その状況を論理的に分析することだ。その論理的思考をスキップさせるのが勘である。たとえば、棋士で言うと、年齢が上がるにつれて、勘をベースにした戦いになり、若いときほど逆にそういった指し方ができず「こう指すと、こうなって…」と片っ端から手を読んでいくことをベースにした勝負をする。これは圧倒的な経験の差がこのスタイルを作ると考えられる。読むことをベースに勝負をする経験を積み、その判断が正しかった、もしくは間違っていたという経験を積み、そういった経験の積み重ねが、勘というカメラのフォーカス機能を自身の中でより明確なものへと変えていくのだと思われる。

佐々木 (2007) は、直感の一つの定義として、個体ごとの経験や学習に左右される、総合的判断に関する能力を挙げている。また、直感とは文字通り「直接感じる事」であるから、何かを見たり聞いたり嗅いだりする「知覚の一種」であるともしている。現代人は「論理的でない」判断を排除したがる傾向があり、脳のある部分で感知されているはずの情報を、言葉で説明できないという理由によって拒否してしまう。それが直感研究の進展を阻む1つの要素だ。その排除されがちな判断をそれとなく当人に知らせることがある。かつて日本人はそのような体験を「虫が知らせる」と呼んだ。この虫はどこから飛んできて何かを伝えてくれるわけではなく、それは脳のどこかに棲んでいると考えるのが妥当だ。そのことからこの体験は非言語的な脳の領域である右脳との関わりが深いと仮定できる。その知覚したことを考えられ、メッセージとして届けるという意味で、直感是非言語的なメッセージでもあるのだ。

グラッドウェル (2006) は、最初の2秒が重要だと主張している。Blink という英語が指すように人間は「まばたき」をしているごくわずかな間に、第一印象を形成する。どんなに短い時間だろうが、そこで得た情報というのはある程度は正しい。これは先述のものとも一致する。そしてその数秒の間に何かを感じ取ってしまう力を輪切りの力と呼び、この力を常に使ってあらゆる状況に対応しているのだとしている。つまり世の中にはたくさんの情報が隠れており、それらを瞬時に把握しながら生活しているのだと。また、彼は脳の働きと直感の関係で、いくつかの結論にプロセスを解さず、一気に達する脳の働きを適応性無意識と呼んでいる。この適応性無意識という脳の働きは、精神分析学で言う無意識とは異なる。精神分析学でいう無意識は、暗くぼんやりしており、意識すると心を乱すような欲望や記憶や空想をしまっておく場所のことをいう。対して、適応性無意識は強力なコンピュータのようなもので、人が生きていくうえで必要な大量のデータを瞬時になんとかして処理しようとするものだとしている。まさに勘のことである。

池澤 (1991) は、何か新しいものを創造するということの仕組みに直感が関わっているとしている。たとえば数学者というのは、ある問いを限界まで考えつくした後、リラックスして気分転換することによって突然何かのアイデアや公式を思いつくことがあるという。同様に、ミュージシャンへのインタビューなどで、どのように曲を作っているのかなどの質問に、多くの人がリラックスしている時にメロディーがうかぶと答えている。

以上をまとめると、直感には2つの過程があり、その過程が直感作用に相互に関わっていると考えることができる。1つは経験を通しての総合分析力であり、そしてもう1つは何かを創造する際に閃くという作用である。前者は勘、そして後者は直観に関連する。では、勘と直観とはどういったものなのかを次項で詳しく見てみる。

4) 勘と直観

勘とは、認識および、判断などに現れる霊妙な一種の直覚力を表すとともに、意思動作の習熟に伴う思考や所作をショートカットするコツの同義語、あるいは総合的判断力として考えられる。このように勘には大まか

に2種類の働きがあると考えられる(黒田、1980)。前者は、「靈妙な」という言葉から推測するに、科学的根拠のないやま勘といわれる類のもので inspiration という言葉に近い。この勘は、知識や経験の有無に関わらないため、誰でも持っている。この場合、完全な当てずっぽうが該当するため勘が直感作用を促すというよりは、直感とイコールになると考えられる。こちらの勘を、後者の勘と区別するために低次の勘と位置づける。後者は、ある事柄に対する熟達や習熟が前提となるもので、ある事柄に対する一定の習熟や熟達が前提として必須である。この勘はそれらを通して情報処理をする過程であり、ある場面で最高の選択をするための総合的判断に関するものとなる。脳内の情報が邪魔をし、うまく直感を引き出せない場合があるが、経験のある大人の中にも、ある分野、領域に限定して直感をうまく促せる人がいる。それがこの高次の勘を用いているエキスパートである。彼らが判断を要する場面で、素早く適切な判断を行い、見るものを魅了するすばらしいパフォーマンスを見せるのはこの勘を有効に使うことができているからなのである。つまり、最高のパフォーマンスを見せる熟達者ほど、その分野に対する勘が優れているということになる。

次に直観とは、何かを観ることで、感覚を経由せず、何かの本質を一瞬で見抜くことである。これはスピリチュアルや精神に関する。たとえば、向かい合った顔にも、壺にも見える有名な図がある。それを一瞬だけ観て、どちらに観えるかと判断するような場合に使われるのがこの直観だ。ここでは二者択一になってしまっているが、実際に問いかける際は「どちらに見えるか」という質問ではなく、「何に見えるか」という質問である。したがって答えは顔と壺の2つとは限らない。加えて、どのように見えるかは観る人の自由に任せる抽象的な絵を描く人がいる。実際、その絵がどのように見えるかというのは、その人の感性に依る。それが本質を見抜くという直観の性質の1つだ。また、何かを創造するという閃きも直観と直感作用が組み合わさったものである。この創造には感性がとて深く関わっている。またこれも勘と同様に熟達者のみしか持ち得ない。なぜなら人生のバックグラウンドに影響されること、つまり人生「経験」が感性を育てるからだ。つまり個人の精神活動すべてが直観に関わっていることになる。

直観は、低次の勘と比較してより強く直感作用を促す過程である。理由の所在は、その力を及ぼす範囲が広いか狭いかというところにある。高次の勘というのは、競う分野や領域に限定されている。しかし、判断力という面で比較すれば、直観はある種の場面における判断力というよりも個人の精神生活に影響しているため生活全般で用いられる判断力と考えられる。また勘の経験から培われる情報選択、手段選択の能力に比べれば、直観の今までに自分の中では知り得なかったまったく新しいものを生み出すという点を評価することで、直観というのは高次の勘のさらに上に位置づけられる。だが、完全に2つの概念が分かれてはいるわけではない。経験を持つ熟達者しか持ち得ない、ここに後者の勘と直観の意義が重なる点がある。加えて、ある特殊な分野から別の分野に派生する事柄もあり、その派生した事柄が個人の精神活動に影響する。

勘と直観の関係にはまだまだ深い関わりがある。次項では、高次の勘から直観へと直感の働きが発達、変化していく過程を見てみる。

5) 直感を補助するもの

直感万人共通、誰しものが持っているが、高次の勘や直観を備えている者は直感を有効に促すことができることはすでに述べた。さらに、この高次の勘や直観自体をより有効に発揮できる者がいる。それは集中力やイメージ力、記憶力などを備えている者である。集中力やイメージ力、記憶力などは高次の勘や直観の力を増幅、もしくは誘発するという補助的な働きをする。しかし、誰しものがこれらの能力を補助としてうまく使えているかというそうではない。ある対象に対して意識的に集中することや、自分が行いたい成功のイメージを重ね、想像力を鍛えること、加えて長期記憶に変えられるように自分のものとして、色々な知識を消化することが必要だ。言い換えれば、知恵とすること、もしくはその前段階の認知すること自体の積み重ねは欠かすことがで

きない。したがって熟達者にこそ、それらは力を与えるため、初心者にとってはあまり意味を成さないのだ。たとえば、野球をしたことのない人がイメージトレーニングだけでいきなりボールを正確に打てるだろうか。おそらく打てないはずだ。もし打てたとしたらそれは天性のものであろう。その人の感性が鋭い、もしくは敏感ということだ。普通なら、基本の打ち方を教わり、自分なりに反復練習し、たくさんの人の打ち方を見て、自分なりに良いところを取り入れる。そして幾度となく打席に入り、自分自身の打ち方を確立していくうちに、やがて勘が備わる。そこまでたどり着いて初めてイメージを有効に使えるようになるのだ。将棋や競馬も然りである。イメージを少しずつ修正しながら、それを勝負の際に役立てている（岡部、2006）という言葉からもそれは明らかで、例えばイメージなら、自分の理想の形を持ち、それとのズレを頭の中で分析、そして修正する際にその修正候補が勘によって絞られることになる。それがさらに発展すると今度はまったく新しい発想が生み出せるようになる。それが直観だ。

このように、イメージ力や記憶力などは低次の勘を、高次の勘へ、また高次の勘を直観へと変化させる橋渡しの役割をしていると考えることができる。逆に言えば、たとえばイメージ力が乏しければ、それなりのパフォーマンスしかできないということにもなる。イメージや観念や概念などの表象は、現実世界の経験の結果として意味を持つ。すなわち思考によって実際のパフォーマンスの前に、頭の中で試験的にシミュレートしてみることができる。それによって結果を予測し、より確実なパフォーマンスのプランを立て、パフォーマンスの成功率を高めるという補助的な役割をイメージや想像力は担っているのである。そしてそれがやがては新しいものを創造していくことを可能にする。

パフォーマンスと認知のつながりは深い。ベクトルが内に向かう認知と、それに対しベクトルが外に向かう行動、つまりパフォーマンスはさまざまな側面を含んでいる。このつながりの問題が検討される中で、昔から人間の持つ本質的な二面性である心のうちの私的な現象と、心の外にあらわれる公的な行動性を何とか関係付けようと試みられてきた。意識と行動、注意と動作、直観と行為というようにだ。

ここでいう認知とは「知る」ということのみならず、見たり聞いたりという知覚活動や注意、記憶、思考、理解することなど多くが含まれる。知識というのは「知る」という過程の結果生じた長期記憶のことで、それらは脳の中で構造を持ち、体系化されているものことである。しかし常に認知されるわけではないものもある。それは内臓や筋肉の状態などがその例である。これを認知外と考えた時、それらは無意識の状態にあると言うことができるだろう。

一方、パフォーマンスというのは、ここでは遂行行動のことを言っている。遂行行動というのは、すでに学習されている行動、あるいは、計画のできている行動を実行に移して動作として表すことである。単に、体の動きだけをパフォーマンスとは呼ばない。パフォーマンスによって、認知に基づいて形成された人間の意図は現実的なものになる。パフォーマンスというのはほとんどが認知や知識と関連しているため、完全に認知のないパフォーマンスは存在しない。ただ、例外として考えられるのは、見通しがなく、でたらめにやった行動でも、偶然の反復によって、試行錯誤の末にパフォーマンスが生まれる場合である（梅本、1987）。

認知とパフォーマンスには（1）パフォーマンスを認知の客観的な指標としてみること、（2）パフォーマンスがそれを遂行している人の認知によってコントロールされているという関係、（3）認知系はパフォーマンス系の上に徐々に構築されていくという関係、（4）動因としての認知とパフォーマンス、などの見方が挙げられる。（1）は、内観報告、つまり自分の心の内面を報告することで確認することができるが、その人の性格や感情なども影響するため正確に分析することはできない。（2）は、認知における刺激の度合いによってパフォーマンスがコントロールされるという見方である。（3）は、認知系というものは何らかの行動の積み重ねによって学習され、それが個人の中で体系を成し、表象へと変わり構築される。その表象を用い、ある行動をパフォーマンスへと変化させていくのだという見方である。土台となるのは幼少期だ。（4）は、パフォ

パフォーマンスするための欲求が認知であるという見方である。その欲求が衝動的であったとしたらそこに認知は介在しないという例外的なものになる。

これを見ても認知によるパフォーマンスのコントロールという見方が含まれている。直接的にパフォーマンスをコントロールするというのは、あらゆる環境に適応していくという意味合いも含まれる。環境を正確に認知すること、それは社会を知る、知識を蓄えるということである。つまり思考によって表象的に関係付けて認知することがパフォーマンスの度合いを変えることになる。さらにそのパフォーマンスの結果を得て体系化された知識を用いることで、その経験に関連した他の領域のパフォーマンスのコントロールも変化する。認知、言い換えれば直観が勘とは異なり、あらゆる分野において効力をもつことの理由がここにあると考えられる。このように認知というのは直観を支える大事な要素である。

次項からは直感の原理を解明するため、直感（勘、直観）を構成する要素を、見ていきたい。

2. 直感の関連要素

1) 無意識

直感というのは無意識に何かを感じ取る状態のことである。そこにおける無意識とは何なのか。まず無意識を論じる上で意識という概念の理解が欠かせない。

意識というのは、おおまかに3つに分類できる。①覚醒水準を意味する意識、生理学的に見てははっきりとした目覚めの状態であること、②外界の様子や出来事を心の中に映し出したり、思い浮かべたりすることができる状態、さらには他人の言葉が理解できたり、与えられた問題を解決したりするといった心の状態を意味する意識。つまり対象意識と呼ばれる認知機能としての意識、③自意識、という3つである（本田、2000）。これら意識に関することは、すべて脳の働きによってもたらされているものだという見方が強い。しかし意識すべてが脳の働きであるという確証は、現段階では脳科学でも、物理学などあらゆる分野でまだない。こういったもの以外が無意識であるとするのがわかりやすい。

黒田（1980）は、精神病学者によるこれまでの無意識、または下意識に対するいくつかの学説を挙げている。

①無意識、とくに下意識とは、ある与えられた瞬間において注意の焦点以外にある意識野の部分である。意識していなかったのではっきりとは覚えがなく、ぼんやりわかるに過ぎないとすれば、それは眠っている意識、下意識と位置づけられる。②下意識活動は、分裂または崩壊した表象から成立し、多重人格や、ヒステリーに見られる感覚脱失や人格の転換のような、意識という本流からは分岐し、隔離されるような状態のことである。③下意識を関下自我とする。私たちが意識していると考えているのは全意識のごくわずかな部分であって、大部分は氷山の下に沈潜しており、その部分を関下自我と呼ぶ。④下意識は分解された経験である。忘れられ、思い出しえないもの、すなわち心以外にあるものからなると説く者もいる。それはまだ活動をするに至らない意識であると言い換えられる。これらの不活動状態にある意識は、偶発的に、あるいはある方法や手段で蘇生されることがある。⑤下意識を生理的意義に解釈する。これによると下意識とは、意識を伴わない脳髄の働きである。何の思考活動も伴わない純神経作用であり、心的なものでなく、単なる生理作用に過ぎないとしている。⑥無意識とは意識とは関係なく独立に存在する、といったような議論が現在までにされている。かの有名なフロイトやユングも、人には自覚できない心的過程が存在し、それが個人の行動や、考え方に大きな影響を及ぼしていると考えていた。

勘の同義で直覚という言葉が使われている。これは体験であり、反復練習を通して得た感覚「こつ」の手順を無意識的に自動化するというものである。よって直覚は、無意識とも関係していることになる。しかし無意識と直覚というのは完全にイコールになるわけではない。意思動作の習熟に伴う思考の無意識化というのは、

それまで意識している状態にあったものが反復によって薄れていくという意味のため、完全な無意識とは言いがたいからである。しかし、これも直感、特に勘に関わる無意識の1つとして考えられる。

以上、ここで言う直感と関係する無意識や下意識というのは、ただ単に「不意に～する」という意味の無意識とは異なるものだとわかる。それはつまり、細かく、バラバラで、なんとなくわかるという知識のピースのようなものが、それぞれにつながりを持たないため、もしくは意識上に出していないため、脳内に蓄えられている状態のことを無意識（下意識）という。その無意識下にある様々な知識から思考を介さず、感覚的に、感性のみで直接的に直感をもたらすこともある。それが直観によるいわゆる閃きや創造などだ。加えてコツ、つまり勘を用いることによる、動作習熟を元にした思考のショートカットも意識が薄れてきているという意味の無意識によるものであるといえる。このように直感は無意識という土台の上に成り立つものだと考えられる。このため無意識は直感と切っても切り離せない密接な関係を持っていることになる。頭の中にあるのだが、意識に上らないものを無意識とし、意識が脳によってもたらされている状態だと仮定すると、やはり無意識も脳によって管理されていると考えられる。つまり無意識の土台に立つ直感はともすれば操れるかもしれないということになる。

次項では、この無意識や、直観との関係が深い、つまり創造する閃きの直感に関連する感性について見ていきたい。

2) 感性

先述した認知を、高次の勘や直観に、つまり判断力やパフォーマンスに変えられるかは、その人の感性によるところが大きいといってもよい。感性というのは、その時代にあって、その時代を吸収して身につけてくるものである（池澤、1991）。そして感情や情緒などと密接に関係しているものであり、理性とは異なる。理性というのは言葉と同じく左脳がつかさどるのだが、感性はどちらかというイメージをつかさどる右脳に関係する。名詞と動詞を用いて万人に共通で、普遍的なもの、たとえば「これはテレビだ」「これはテーブルだ」という場合に主に使われているのが理性である。一方、感性というのは、人によって感じ方が異なる、共通ではないことをいう。多くは形容詞で言い表されるもので、ある景色を観て、それが「美しい」と感じるかそうでないか、または「美しい」以外の言葉が出てくるかもしれない。それはその人の感性によるのだ。たびたび少しニュアンスが違うという言葉聞くが、このニュアンスはその人の感じ方を表す感性そのものである。感性は、その人が生まれ育った環境、備え付けてきた価値観などの人生のバックグラウンドに影響されて培われる。したがってその身をおいてきた環境によって鋭くも鈍くもなる。そして生きているこの時代により、その人の経験してきたことや育ってきた環境は変化していく。それゆえその時代にあった新たな発明などが成されてきている。加えて、文化によって異なるため、感性に関わる直観は万人共通のものではないことになる。

この感性というのは動物的な能力である（池澤、1991）。なぜならその力というのはとてもいも加減だからだ。このいも加減というのは感性のとても大事な要素で、わずか1つ2つのデータで将来を読んでいくことを可能にする。これは後述の勘違いや錯覚と関係がある。

また、感性というのは創造的でもある。創造というのは、いうまでもなくアイデアを作り出すということだ。そのアイデアを創るための感性というのはどこから出てくるのか。それは生命の座と呼ばれ右脳と左脳の中心に位置する脳幹という部分だ。この機能が停止すれば脳死と判断される。また感性は何かを判断する過程で、脳幹からイメージをつかさどる右脳のほうに働きかける役目をする。つまり直接観てそこから何かを取り出すのが感性で、そうした取り出す力を直観力という（池澤、1991）。

創造、特にアイデアが出るのは無意識な状態であることが多い。世界的な創造の権威、フランスの大数学者といわれたポアン・カレが「創造した答えは理性が及びもつかない別のところにある」としたように、理性、

つまり意識や思考の外にあると表現していることから明らかだ。言い換えれば、思考というものが対象に対して意識を向けることだとしたら、その思考の外とは無意識といえることができる。

無意識というのは必要な条件さえあれば働く場合がある（池澤、1991）。例えば、意識的に心臓は動かさないが、走るなどの運動をすれば、心拍数を上げ、間接的に動かすことができる。創造の場合でいうと、それはピンチの状況に追い込むこと、つまり危機感や切迫感がイメージネーションを高める（保坂、1992）。そして逆に理性をギラつかせないという2つの相互作用が、創造をより促す要素である。「走馬灯が見えた」という状況はおそらく誰にとっても重大な生命のピンチの状況であることは容易に想像がつく。走馬灯というのは、死ぬ前に一度人生を思い起こすというようなイメージがあるが、それは脳がかなりの速さで生きるための情報を集めている状況だと推測できる。コンマ何秒という短い時間の中、脳をフルに稼働させて生きる術を必死に探しているのだ。この例は稀だが、身近な例で言えば、原稿やレポートの提出期限などは時間的にも、精神的にも追い詰められるものとなり、こういったことが創造につながるともいえる。

「アイデアは出そうと思って追いかけている時は出てこなくて、追いかけるのを止めてテーマを温め、熟成、保管していると向こうから歩いてくる」という言葉に創造のすべてが詰まっているように思われる。何らかのテーマについてとことん考え、知識を蓄え、理性ではどうにもならない段階がきたら、脳幹を刺激するために森林浴や散歩などで、理性、つまり左脳の働きを切る努力をする。それによってアイデアがパッと浮かぶ。その理性の切れ目を知恵の出所とも呼ぶ。これらはビジネスの現場でも活用される。会議を何時間も行い、何かいいアイデアは出ないものか理性をギラつかせては出るものも出ない。したがって、しっかりと時間を決め、そこで会議を打ち切り、いつまでに考えてくれるようにと制約を与え、かつリラックスする時間を与えることがアイデアを出させるよりよい方法の1つだ（池澤、1991）。

以上、脳幹から右脳への道を創るものとして、言い換えれば最終的に汲み取る作業を手助けするのが、個人の持つ感性である。感性が、意識下の、氷山の下に眠っている知識を揺り起こす。もしくは無意識の部分から知識を掘り出すための補助をしている。このように感性は直観と関わりを持つ。そしてこの直観というものがあらゆる分野でパフォーマンスとなって眼に見える形で表れる。

次項では、この項でも話が出た脳の働きと直感の関係について検討して、直感のさらなる重要な役割について見ていきたい。

3) 錯覚

錯覚というのは脳の働きによって起こるべくして起こるものである（教養の心理学を考える会、2003）。その脳が起こす錯覚には主に2つの機能があると考えられる。1つ目は、限られた情報を元に拡大解釈することができるという機能である。

たとえば、音の錯覚では、“The state governors met with their respective legi(s)latures convening in the city（州知事たちは州都に招集したそれぞれの議会に出席した）”という文のうち legi(s)latures の(s)の音を咳払いの音で消したテープを被験者に聞かせた。すると被験者は咳払いの音を聞いたことは覚えていたものの、どの音が消えたかわからず、文を書き取らせると legislatures という、聞いていないはずの単語を答えた。この聴覚系の音の錯覚は、音素修復と呼ばれているものである。これはもちろん英語圏の人が英語を用いて実験したものであるため、日本人が同じことをしても消えた音を修復することはできないだろう。だが英語をかなり勉強している人ならば結果は異なる。つまりこの錯覚には経験や熟達の影響しているということだ。ここでは経験により培われた「勘」が使われていると考えられる。それが「聞こえた」と錯覚させている、つまり聞こえていないものを拡大解釈し意味を捉えているのだ。もしくは過去の記憶や知識の総力を結集して使いまわしているとも考えられる。そしてこれは経験によって対象を大まかに捉え、目標設定を行う予測機能

とも言い換えることができる。英語に限らず、私たちは音の錯覚を頼りに日常会話をしているのだ。

視覚における錯覚もまた私たちの日常生活を助けている。眼が受け入れる情報は通常、網膜に平面体として映る。しかし、私たちの眼には現実世界が2Dに見えることはあまりない。というのも眼が2つ、距離を置いて平面に並んでいることがその理由である（教養の心理学を考える会、2003）。距離があるためにそれぞれの網膜に映る像に少し視差が生まれ、それを手がかりにして奥行き、立体を感じることができる。2つの眼によって幻配を感じ、遠近や陰影を読み取りながら3Dの現実世界を脳は解釈していく。広義の意味では、この私たちが感じている立体感そのものが錯覚であるという見方もある。また錯覚を誘導する図形がある。たとえば、その図形が書かれている紙を持ち、左右に動かすと、平面に書かれているはずの絵が私たちの眼には動いて見えるものなどがある。これは眼で見たものが脳に信号として伝わるという情報処理の早さによって起こる。絵の色や陰影などの差、つまりコントラストの高いとされるところはすばやく情報処理され、そのような差のせいで脳内トリックが起こっているのだ。しかし、このトリックも脳が起こさなければならないものである。脳内での情報処理の差があるのは、私たちの世界が無ではなく、たくさん色や、形に見える事象によって作り上げられていることに起因していると考えられる。つまり錯覚は、私たちの脳に何かの色や形などの概念を優先したり、順番をつけるなどして情報を取り入れるという機能がある。またこの情報を取り入れる順序や量というのは、経験によって変わるものであり、ある情報から拡大解釈をするという面で経験はとても大切なものである。ここで聴覚や視覚の例を挙げたが、錯覚というのは五感のいずれかを通じて脳で起こるものだ。それぞれの感覚器官が、状況に合わせて、器用に解釈を大きくするこの脳的能力は、とても柔軟で適応力がある。

2つ目は、脳の働きによって起こるべくして起こった錯覚が、欠けた部分を補うものであると仮定した場合の補完機能である。脳の補足、補完機能としてとても興味深い事例がある。すでに失われた四肢の身体感覚や、実在しない光景の像を見るという、幻視や幻肢といった現象だ。これらは、それまで与えられていた感覚情報が漸たれることによって、脳が導いた判断をした結果生じたものだと考えられるが、むしろ脳の積極的な補完的、あるいは補完的機能を反映していると考えられる（本田、2000）。幻肢というのは、手術などで腕や脚を切断された人が、すでにそれを失っているものにもかかわらず、未だにそれが存在するかのように感じたり、ないはずの手足に痛みを訴えたりすることである。これは実際に四肢を失っただけでなく、感覚神経路自体が何らかの理由で切断された人にも生じる。また先天性で、最初から手や足がなくても存在するように感じる症例もある。幻視というのは、視覚に関する末梢神経や大脳の損傷によって起こり、実際には存在しないものがあたかも存在するかのように見えることである。

幻肢、幻視のどちらも原因はほぼ同じと考えられている。共通の原因は2つある。1つは、何らかの形で残った神経が、脳に信号を送り続けていること。もう1つは、機能が正常でなくなったにもかかわらず、それを補うかのような働きが脳にはあることだ。幻肢でいえば、切断面に残った神経が変容して、それが脳に信号を送り続けている、もしくは手足がないという原因を脳の働きに求めていることがそれにあたる。先天性の症例があることから、脳には生得的に身体の輪郭を意識させる働きが備わっていると考えられる。したがって、脳が失われた手足を思い出しているのではないかと考えられる。幻視で言えば、本来受け取るはずの知覚刺激が正常でないため、脳へ異常な信号が送られている、もしくはその知覚刺激の入力が欠如した状態に置かれた脳が、自ら幻影を出したのだと考えられる。

脳に原因を追究した例はほかにもある。金縛りだ。金縛りというのは、物理的に起こせるものであって、霊的なものではない。深い眠りと、浅い眠りの切り替えポイントにおいて、左脳の機能は停止しているのだが、右脳は動いているという状態を作ることによって起こすことができる。だが、なぜ金縛りにあつた人は一様に、何かが見えたなどというのか。意識はあるようなのだが、左脳がほぼ止まっているために身体を動かすという信号を伝えることができなただけなのだが、そういった理由を金縛りにあつている本人にはわからない。したがっ

てなんとか身体の動かないこの状況を脳に説明してもらおうとする。そうするとそこからは右脳、つまりイメージの領域が働き、金縛りイコール幽霊という先入観からか、霊的な類のものが自分の身体の上に乗っかってるから身体が動かないのだというように脳が解釈する。なぜ脳がこのような幻影をださねばならないのかそれはわからない。しかし脳に何らかの欠陥が生じたときに、無意識にその欠陥を補う形で意識が再編され、新しく完結した意識の統合体として機能し始める性質を持つと考えられる。私たちの脳には、欠けた部分を補足し、無意識に全体を捉えるという力が備わっているということだ。これは勘違いにも通じるところで、つまり脳は、個人の中のある概念の基準として全体、つまり完全なものを認識する傾向があると考えられる。そしてそれは「直感は生理的現象なのである。生物体の生活現象、そして生活原理なのだ（黒田、1980）。」という記述からもわかるように、あらゆる場面で発揮されていくのだ。

結局、私たちはこれらに限らず、日常生活の中でたくさんの錯覚をおこしながら生活している。そして錯覚は経験と深く関わっている。経験がなくては色々な意味で補完をすることはできない。それはつまり勘と関わっているということだ。よって少なからず直感が関わっていることになる。加えて、次項の勘違いも私たちの中で常に起こっていることを考えれば、錯覚と勘違いの間にも何らかの関わりがあるというように見ることができる。特に、上記の拡大解釈という機能を別の角度から見ることで勘違いにも共通するところがある。このような観点から錯覚と勘違いの関係も明らかになると、すべてが脳の働きということに結びつき、やがて直感もさらに解明されていくこととなる。

4) 勘違い

直感というものが日常生活をしていくうえで重要なものには訳がある。直感是要所のみに使われているのではなく、常に何かに対する反応であり、また心の奥底で常に働いている。つまり直感とは状況を把握する能力と表現することもできる。毎秒、毎分、毎時間と移り変わっていく状況に対応するための能力と言えよう。これは人間が社会に適応するために必要な能力である。脳は、常に社会の状況を把握しようと、視覚、嗅覚、聴覚、味覚、触覚などの五感をフルに活用し、知覚しようとしている。

意識的に知覚すること、つまり認知機能としての意識というのは、フォーカスを絞ることにより、認知機能が精緻化され、誤りをなくし、より適切な判断行為をもたらすものである（本田、2000）。この意識というある事象に集中することに対して、勘違いという現象は、直感によって起こされ、何らかの事象の細部に集中、注意することを防ぎ、疲労を軽減していると考えられる。

このような経験はないだろうか。たくさんの人が歩いている中、一瞬見えた特徴や全体の雰囲気ですぐと見たとき、その人がかわいかったとか、かっこよかったと判断する経験だ。しかし、実際よく見ると自分が予測したのとは違ったことはなかつただろうか。これは、直観によって自分に必要な情報とそうでない情報を直感的に選別しているために起こる勘違いだと考えられる。ここでは、たとえば自分が異性を見る際に、興味を惹かれる部位だったり、最初に注目する部分だったりを一瞬で見極めている。それは個人によって異なりはあるが、髪の毛であったり、目であったり、口であったり、それらを総合した全体的な印象を無意識のうちに脳が瞬間的に情報処理を行う。そこで一瞬で「見えた」と思ったものから判断して、それが自分の設定する好みの基準を超えていたら「今の人はかわいかった」などという考えを抱くことになる。しかし、よくよく集中して見てみると自分が持った理想とは異なった。それはつまり、おおまかな情報を用いて、結果的に誤った目標を設定してしまっていることに気づかなかつたということになる。しかしこの行動はとても重要なのだ。

現代社会で欠かすことのできなくなった車という移動手段を考えてみる。運転をする際、何か1つのことに集中、意識することの危なさを体験するのは稀ではない。運転中に何か自分の欲しかった情報を発見してよそ見をし、危うく前の車と衝突しそうになったなどが、身近な例である。加えて、運転中に見えるものすべてを

意識しながら運転しているだろうか。すれ違う車、さらにはその車を運転している人、通り過ぎる家を一軒一軒見物しながら法定速度で運転しているだろうか。おそらく多くの人はずではない。自分の車や前の車、または見える景色全体を視野に入れ、自分を取り囲む全体的で、大まかな情報を受信しながらある程度の注意を払い運転しているはずである。いちいち意識を1つ1つに向けていたら、疲労が蓄積してそう長く運転していることはできないからだ。高速道路などでしっかりと休憩を取りながら運転しなければいけないのはそれが1つの原因であろう。もしそうでないのなら、事故を防ぐ、つまり危険を回避することはできない。

次に、危険を回避する脳の働きを分析すると、危険を察知する際に使われる脳の部位としては、視床視覚野と大脳皮質視覚野と扁桃体が挙げられる。たとえば、自分が恐怖を感じる動物に遭遇したとする。深い山の奥、木が生い茂っている、周りはとても静か、地面からガサガサという音とともに何か大きくて長細い物が突然出てきた。そのような状況では、まず目がとらえた情報を視床視覚野に送る。そしておおまかな情報として視床視覚野から直接、扁桃体に送られる。その後、扁桃体から体に「逃げる」という指令が出される。それから少し遅れて、今度は視床視覚野から大脳皮質視覚野へと先ほどと同じようにおおまかな情報が送られる。そして少し時間をかけて分析した情報を扁桃体へ送り、ようやくその動物がヘビであったと認識される(佐々木、2007)。たとえばこの認識が、後に詳しく調べたり、考えたりしてみた時、誤りであったとしたらそれは結果的に勘違いをしたということになる。しかし、この勘違いが危険を回避させたのは事実だ。

以上のことは、状況おぼろげでも日常生活の中でもよくあることだが、ポイントはどれも意識した細部の情報ではなく、「おおまかな情報」を取り込んでいることである。このように、私たちは細部の情報ではなく全体的な印象から大まかな情報を脳に送り、結果的に常に予測を立てながら生きている。そしてその予測が当たっていれば直感の力と認識し、間違ったならば勘違いとして処理し、それらを繰り返しながらわれわれは生活しているのだ。ここからわかることは、私たちの脳には少ない情報で多くのことを知ろうとする機能があるということである。少ない情報の分、私たちが何かを知覚するのはとても早い。そしておおまかな情報を即座に取り込み、意識することを遅らせることによって、常に勘違いを起こしながら生活しているといえる。この勘違いが生きていくうえで絶対に欠かせない疲労軽減という大役を担っている。そして、その勘違いは直感や直観、そして勘によっておこされていると推測される。それは実際に何かを観て大まかな情報を取り込み、また経験、つまり勘によって詳しく分析する、意識するという手間を省き、少ない情報でも瞬時に直観と勘を用いて感じることができるからだ。

私たちは意識していないが、直感おぼろげもなく私たちの生活に欠かせないものとなっている。最後にこれからの直感研究に対する展望を述べたい。

おわりに

直感が日常的に使われるものであり、錯覚を引き起こしているものだとすれば、直感というものはすべて脳の働きによるものだと説明することができる。そうなればわれわれは直感を自由に操れる、つまり必要なときに必要な能力を引き出すことができるという段階に一步近づくことになる。直感によって論理的思考を飛び越え、新しい何かを創造することが容易になることだろう。また、たとえば、子どもの問題解決能力の低下に対する直感の有効性も証明される可能性もある。結果的に、幼児教育や学校教育において、初期の段階からの直感力を鍛えることができれば、人の学習能力は格段に向上するだろう。また創造に限らず、あらゆる能力が拡大されることとなるはずだ。たとえば、注意に伴い、危険察知の能力が格段に高まり、事故なども減ることになるかもしれない。自分の中に眠っている、いわゆる潜在能力が自在に使えないというものも、直感によって使用することが可能となる。加えて、少ない情報を拡大に解釈するという直感の特徴の一つが、われわれの生

活に関するさまざまな行動をスピーディーにすることだろう。スポーツに然り、ビジネスに然りだ。

しかしその段階まで行き着くには一つの壁がある。それは無意識という概念だ。無意識はわれわれの理解の範疇を超える非科学的なものだという認識がある。人間の中に眠っている無意識という膨大な知識、我々はこの無意識に多くの場面で支配されている。この無意識に対する脳のメカニズムが解明されて、特定の無意識を何らかの方法で意識することができるようになれば、直感を自在に使えるのかもしれない。

参考文献

- 池澤 七郎 感性・直視力の鍛え方 テクノシステム 1991年
梅本 堯夫 認知とパフォーマンス 東京大学出版会 1987年
岡部 幸雄 勝負勘 角川書店 2006年
鹿取 廣人、杉本 敏夫 心理学 東京大学出版会 2005年
教養の心理学を考える会(編) 素朴な心のサイエンス 北大路書房 2003年
黒田 亮 勘の研究 講談社(黒田 亮 「勘の研究 1933」、「統勘の研究 1938」 岩波書店) 1980年
小林 順子 問題解決の初期プロセスにおける直観的判断と問題表現 日本教育心理学研究、37、374-380. 1989年
佐々木 正悟 脳は直感している 祥伝社 2007年
シャルクロス, D. J、シスク, D. A. (斎藤 勇、坂本 仁 訳 1997年) 直感—ひらめきの心理学 日本教文社
谷川 浩司 集中力 角川書店 2000年
辻 三郎 感性の科学 サイエンス社 1997年
友久 久雄 心理学における「気づき」について 日本教育心理学研究第68回総会発表論文集、359. 2004年
Eyalor, L.A. A U-shaped model for the development of intuition by level of expertise. *New Ideas in Psychology*、
19、237-244. 2001年
羽生 善治 決断力 角川書店 2005年
ピアス, B. (荒木 文枝 訳 1999) 直感への道 プロトギャラクシー
保坂 榮之介 勘のいい人、悪い人 PHP研究所 1992年
本田 仁視 意識/無意識のサイエンス 福村出版 2000年
グラッドウェル, M. (沢田 博、阿部 尚美 訳 2006年) 第一感 光文社

(卒業論文指導教員 益谷 真)