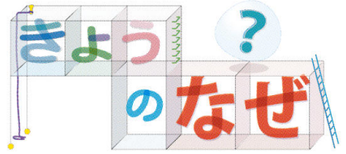
初めてなのに知っている感覚

デジャヴはなぜ起きる

デジャヴって知っていますか。初めて行った場所なのに、前に来たことがあるような気がしたり、初めて会った人なのに、前に会ったことがあるような気がする不思議な感覚です。なぜ起きるのでしょうか。【井上志津】



「デジャヴ」（déjà-vu）はフランス語です。日本語で「既視感」と訳します。京都大学大学院教育学研究科の楠見孝教授によると、デジャヴはある風景や人を見た時に、昔見たことがある似た風景、あるいは似た人が思い浮かぶために起こります。「ここは初めて来た場所」「この人は初めてあった人」という認識が確かにあることが重要で、「知らないはずなのに知っている」と感じるズレが不思議な気持ちを引き起こします。

楠見さんは1994年、大学生202人を対象に調査をしました。それによると、63％が場所のデジャヴを、35％が人のデジャヴを経験していました。どちらかの経験がある人は72％に上りました。別の大学生103人に対し、16の場所や場面をあげてデジャヴの経験があるかどうか尋ねたところ、3割以上の人が並木道、古い町並み、公園、校舎、お寺などでデジャヴを経験していました。これらの光景の特徴は、私たちがよく目にする場所であり、互いに似ているという点です。

記憶の中の典型的な光景

これらの光景を繰り返し見ることによって、その光景は記憶の中で重なり合い、細かい部分は失われ、次第に典型的な光景として形作られます。例えば寺であれば、門から本堂まで続く石の階段がよく思い浮かぶでしょう。こうした記憶の中の典型的な光景が、初めて目にした光景と似ていると、デジャヴが起きると考えられています。

人に関するデジャヴは、もととなる人が知り合い程度の場合が多いそうです。最近は会っていない以前の同級生のような例があてはまります。もととなる人とデジャヴを引き起こした人は、外見や雰囲気が似ていることが多いそうです。

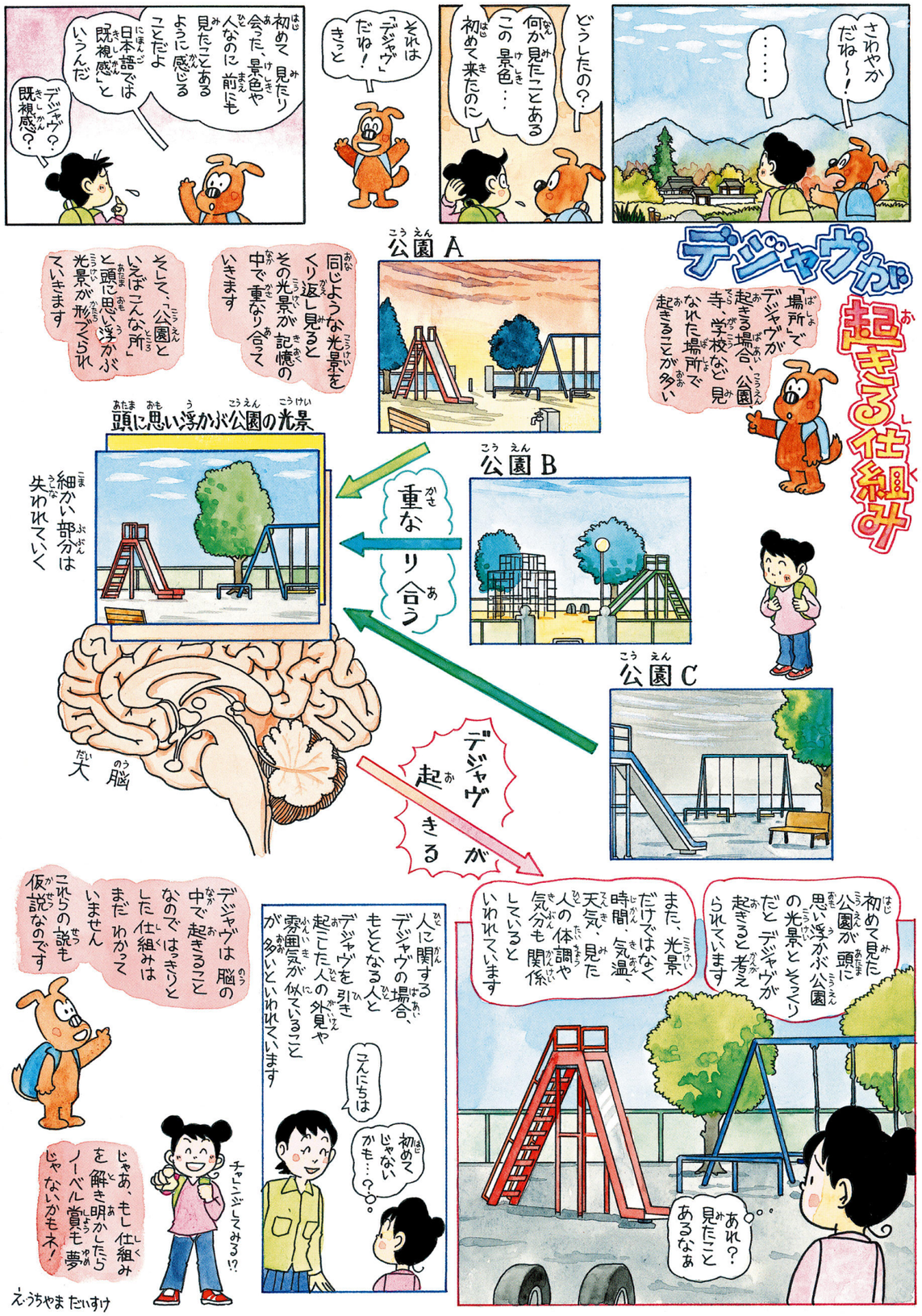
楠見さんはデジャヴを経験した時の感情についても調べました。「びっくりする」「懐かしい」「怪しい」といった感情が多かったそうです。デジャヴは懐かしさを特徴としますが、不思議な気持ちも強いことがわかります。

前世の記憶ではない

デジャヴはこれまであまり科学的に研究されてきませんでした。「以前は『前世の記憶』として説明することがありました。なぜか見たことがある気がするが、前世の自分が体験したことなので思い出せない、という説明です」（楠見さん）

「てんかんや統合失調症などの患者さんでよく起きることから、記憶の異常としてとらえられることもありました。が、健康な人でも起きることの説明はできていませんでした。

今は、心理学の実験でデジャヴを再現したり、アンケートやインタビューで経験を聞いたりするなどの研究が進められています。「今後の課題はデジャヴを脳のメカニズムで説明すること」と楠見さんは話しています。



ミニ知識

デジャヴは若い人に多い？

年をとると、記憶の能力が衰えて、過去の記憶を思い出したり、デジャヴの経験自体を覚えておくことが苦手になります。また、年をとると新しい場所に出かけたり、初めての人と会ったりする回数も減ります。こうしたことから、デジャヴは若い人に多いと指摘されています。

デジャヴについて書かれた作品

□1856年夏、イギリスの領主宅を訪れた作家**ナサニエル・ホーソーン**は、調理場に入った瞬間、不思議な印象を受け、**63年の旅行記**にこう記しました。

「私はかつて、この光景を見た、確かにそう感じたのである。……勝手知ったる祖母の美しい台所を見る時に感じるような、『そこを既に何度も訪れた事があるような感覚』を確かに感じたのだ」。しかし、ホーソーンはそこを訪れたことがありませんでした。

□「私は自分の足音に追われるように、歩いて行った。私はふと前にも、私がこんな風に歩いていたことがあったと感じた。いつどこであったかは不明であるが、過去の不定な一瞬において、私はやはりこうして歩いていた」（**大岡昇平著「野火」**）

□前世の体験（生まれ変わり）としてのデジャヴは、輪廻転生をあつかった**三島由紀夫の「奔馬」**でも描かれています。

デジャヴを見ないようにできるの？

「似ているな」と思ったり、思い浮かぶという現象は自動的に起きるものなので、デジャヴを見ないようにすることはできません。

デジャヴの反対はジャメヴ

デジャヴとは反対に、見慣れたはずのものが未知のものに感じられることは「未視感」と言います。フランス語で「ジャメヴ」（jamais-vu）と呼ばれています。デジャヴに比べて、経験する人は少ない現象です。

◇お話を聞いた人　京都大大学院教育学研究科教授　楠見孝さん
◇参考にした資料　「記憶・思考・脳」（新曜社）

マンガで理科　きょうのなぜ？　全6巻が偕成社から好評発売中です

今後取り上げるテーマ

- ●どうしていびきをかくの？
- ●携帯電話がつながる仕組み
- ●羽田空港大解剖

＊月の最終週はお休みします

このページの感想、意見をお聞かせください。小学校で授業にお使いになるためにPDFファイルもあります。新聞は在庫があれば提供致します。なるべく前もってご連絡ください。〒100－8051 毎日小学生新聞編集部「きょうのなぜ？」係（電話03・3212・3274、ファクス03・3212・2591）へ。毎小購読のお申しこみはフリーダイヤル0120・468・012へ。