

ドクターNAKAMURAの 健康道場



Vol.20
狩猟から
稲作へ

旧石器時代を生き抜いた祖先たち。寒く、飢えを凌ぐには強靱な体力が必要だ。残念ながら弱い個体は乳幼児期に消えていく。残酷なようであるが、神の手によりふるいにかけて進化してきたのだ。厳しい環境に順応できなければ生きていけない。環境の変化についていかなければ子孫を残すことはできないのだ。

旧石器時代の祖先たちはナウマンゾウの肉が甘くて旨いのが知った。次の餌にありつくために首を長くしてナウマンゾウの群れがやってくるのを待ち焦がれていた。1日が過ぎ、1週間が過ぎ、1か月が過ぎてもナウマンゾウの群れはやってこない。こちらに来てくれるように道標をあちこちに作ってみたが一向にやってこない。そうこうするうちに飢餓のために仲間が一人倒れ、2人倒れた。

高い木の上で見張りをしていた奴が飢えのあまり葉をかじってみたが

苦くて食べられたものじゃない。木の実を噛んだら、意外に甘いかな。これはいける！次々頬張る様子をみた仲間たちも試しに食べてみた。これは旨い。周囲は騒然となり木の実をかき集め食べきれないものは洞窟に持ち帰った。狩猟だけでは生きていけないことを悟り、貯えることを覚えた瞬間である。

歴史の中で生き残るためには鋭い牙や俊足、敵を倒す鋭い爪など他の種にない武器を持たなければ生きていけない。人間は他の種が持ちえない頭脳を武器に生き残ってきた。捕れなかったら作ったらええかな。弥生人たちは稲作を始めた。これが失敗の始まりだった。日本人の身体はいつ食べられるかわからない食べ物を上手に身体に蓄えて、少しずつ使っていく、云わば冬眠に入る動物たちのような体質を捨ててしまったのだ。目の前にあるとその日に食べる量を計算すればよい。わざわざ身体に貯め込む必要がなくなったのだ。

「どうかな」和尚の声に、自分の心の中で少しずつ濃い霧が晴れていく予感と期待が芽生えてくるのをおぼろげに感じた。静寂の中で座禅を組みながら。

そよかぜ 循環器内科・糖尿病内科
(県立中央病院 前)

院長 中村陽一