連載・道草
第4回

ロートスの夢

筑波大学教授
サイエンスライター
渡辺　政隆

春眠暁を覚えずというが，寝床を離れがたいのは，むしろ冬のほうだ。冬は朝が遅い上に寝床から出るのがつらい。布団にぬくぬくとくるまって，うつらうつらするのは無上の贅沢の一つかもしれない。

その一方で，死は長い眠りのようなものだという考え方もある。そう考えると，眠るのにはいささかの覚悟が必要になる。とはいえ，浦島太郎のように，長い眠りから覚めたところで，はたして幸せなのかどうか。

長い眠りとしての死と，やがて覚める眠りに違いがあるとしたら，それは夢を見ることかもしれない。眠りは，レム睡眠とノンレム睡眠という二つのフェーズの繰り返しで構成されている。レムというのは，スヤスヤと安らかに眠っているように見えるのに，まぶたの下で眼球だけが急速に動いている状態 Rapid Eye Movement（REM）のことだ。1953 年にアメリカの研究者が発見した。この状態の人を起こすと，夢を見ていたという証言が得られる。眠りはこのレム状態と，そうではないノンレム状態の繰り返しなのだ。

わが家のワンコも，眠っている最中に脚をぴくぴくさせてくぐもった声で吠えることがある。おそらくそれがレム状態で，何かを見つけて走っている夢を見ているのではないかと，飼い主は勝手に解釈している。そう，人間以外の哺乳類にもレム睡眠があるのだ。鳥類にもあるといわれているが，爬虫類にはない。なぜそんなことが言えるかといえば，レム睡眠とノンレム睡眠は脳波の波形でわかるのだ。

レム睡眠中の脳波は覚醒時と同じで細かいさざ波，ノンレム睡眠時は振幅の大きい特徴的な波となる。さてそこで，脳の中では何が起こっているのだろう。最近，これに関して大発見があった。筑波大学の林悠さんたちは，レム睡眠とノンレム睡眠の切り替えを司る脳の部位を発見し，その切り替えを操作することを可能にしたのだ。そこで，レム睡眠を経験できないようにしたマウスを調べたところ，ノンレム睡眠中に特徴的なデルタ波が出現しなくなることがわかった。デルタ波は，脳の神経細胞どうしの活動が同調し，学習や記憶形成が促されている証拠ともされている。幼児ではこのデルタ波が顕著なことから，脳の発達にも重要らしい。つまりわれわれは，レム睡眠中に夢を見ながらさまざまなイメージをよみがえらせておいてから，ノンレム睡眠に移行し，そこで記憶を整理している可能性がある。

古代ギリシャには，ハスの実を食べると記憶を失うという伝説があった。ホメロスの長編叙事詩『オデュッセイア』に登場するロートファゴイこと「ハス喰い人」の逸話は，その伝説に由来するらしい。10 年にわたる戦いの末，巨大木馬の奇策でトロイア城を制圧したオデュッセウスは，帰国の途についた。途中，ロートファゴイの国に上陸したおりに危難に遭遇する。ハスの実を食べた部下たちが使命を忘れ，ふぬけになってしまったのだ。

> 蓮の実喰いどもは，われわれの僚友たちにたいして，破滅を図るという策略を用いようとしたのではありません，ただ彼らに蓮の実（ロートス）を喰えといってくれたのでした。ところでこの蜜のように甘い蓮の実を食べる者はみな，もはや帰って来ようとも，知らせを持って戻ろうとも，思わなくなり，ただそのままそこに，蓮の実喰いの人々といっしょになって，蓮の実を貪り喰っては，い続けることのみ願い，帰郷のことなど念頭になくなってしまうのでした。（『オデュッセウス』呉茂一訳より）

いやしかし，それがハスの実だったかどうかについては怪しいようだ。ギリシャ語のロートスはたしかに英語のロータス，すなわちハスの語源だが，古代ギリシアの伝説にいうロートスは，水生植物ではなく，陸生の植物だったという説もある。しかも，英語のロータスは，ハスとスイレンの総称である。かつてハスはスイレン科に分類されていたこともあるが，現在はハス科として独立させる意見が一般的だという。つまり両者は，混同されやすいものの，科のレベルの違いがあるということだ。

ハスとスイレンそれぞれの属名は，ハスが *Nelumbo*，スイレンは *Nymphaea*。*Nelum* とはスリランカのシンハラ語でハ

わが家のビオトープに咲いたスイレン

スを意味する言葉。スイレンの属名は，ギリシア神話の水の精ニンフにちなんでいる。ちなみに *Lotus* は，マメ科のミヤコグサの属名である。これはインドの丸い水差し lota が語源らしい。

スイレンは熱帯から温帯にかけて広く分布する。日本に自生するのはヒツジグサのみ。あとは栽培品種である。漢字で書けば睡蓮。眠りを誘うのはハスよりもむしろスイレンのほうなのか。名前の由来は定かではないが，通説では，眠りを誘うのではなく，自らが「眠る蓮」という意味とされる。ヒツジグサは未草と書く。未の刻，すなわち午後二時頃に花を開くからと，辞書にはあるが，これは事実と合わない。なぜならスイレンは朝に開花し，午後には花を閉じてしまうからだ。未草もその例に漏れない。むしろ未の刻あたりに花を閉じる草と解すべきだろう。スイレンを描いたモネの絵を，そのことを意識して見直して見るのも一興かもしれない。暮色漂う絵に，スイレンの花は描かれていないはずだ。

わが家の玄関先にはささやかなビオトープがある。といえば聞こえはよいが，ポリエチレン製の水槽に水を張っているだけである。そこに水草としてスイレンを植えたところ，二年目あたりから花を咲かせるようになった。水中から長い茎を伸ばし，先端につぼみをつける。早朝には花を開くのだが，帰宅時にはすでに花を閉じている。しかし翌朝にはまた花を開く。だが，この楽しみも四日目あたりには期待がみごとに裏切られる。花の期間は数日だけなのだ。それでも初夏から初秋のささやかな楽しみではある。なにしろ「水の精」なる学名を冠せられているように，華麗な花である。

上野不忍池の蓮華

一方，蓮華ことハスの花には，なんとはなしに清楚さ，無垢な風情が漂う。仏教になじみ深い花という先入観もはたらくせいなのか。一蓮托生とは，善行を積んだ者は極楽往生し，同じ蓮華に身を託すというのが原義だとか。そこから転じて「運命共同体」的な意味になったのだろう。スイレンの花は水面に浮かぶように咲くが，ハスの花は水面からすっと立ち上がって咲く。葉は水面に浮く浮葉と立ち上がる空中葉がある。早朝，ほのぼの明けにハス池を訪ねてみよう。文豪漱石の俳句がふと口をつく。

ほのぼのと舟押し出すや蓮の中　　夏目漱石

千葉市検見川の遺跡から見つかった大賀ハスの種子は，二千年以上の眠りから覚め，花を咲かせた。すばらしい生命力ではないか。古代インドでは，ハスの花は生命の母胎である水や大地の生産力の象徴とされていた。仏教との結びつきが深いのもうなずける。極楽浄土には蓮華が咲き誇り，浮き世の記憶は昇華されるのだろう。

ロートファゴイの伝説の真偽はともかく，たしかにハスはおいしい。蓮根の旬は冬だ。暑い時期に肥大した根は，冬季には休眠する。つまり太らせておいて喰らうというわけ。レシピ検索サイトのクックパッドを覗いたところ，28,469 種類のレンコン料理が登録されていた。レンコンの主成分は糖質である。短絡的な発想をすれば，蓮根を食べると眠くなりそうな予感がする。そうだとすると，ロートファゴイの伝説もあながち荒唐無稽ではないのかもしれない。