特別企画 対談

宇宙と石と猫と私，つながっている という視点で見えてくるもの

とよた真帆
（女優）

中原悦夫
（常任理事・編集委員長）

●日時：2014年6月18日（水）
●場所：クリニーク デュボワ

宇宙時間軸に比べれば，私たちの寿命はせいぜい数十年
宇宙に飛んでしまえば目の前の問題も大した話ではなく
世の中の大抵のことがどうでもよくなる

中原　とよたさんの女優としての活躍は誰もが知るところですが，実は，趣味の絵画やカメラは個展を開くほどの腕前で，京友禅のデザインをされるなど多方面で才能を発揮される半面，石と地層に地球の命のかかわりを見いだし，宇宙に思いを馳せるロマンチストで，無類の愛猫家，そして歯オタクといういろいろな面を持っていらっしゃいます．

とよた　他人から見たら，まるで脈絡ないようなことばかりやっているように見えますよね（笑）．

中原　一般的にはそう見えるかもしれませんが，とよたさんの中ではすべてが渾然一体となって矛盾なく成立しているのではないでしょうか．

とよた　それは間違いありませんね．

中原　私たちも歯科医として，あるいは，口腔の美容と健康，アンチエイジングというアプローチを通して，美とは何か，命とは何か，ということを見つめているつもりですが，どうしても方法論や理屈から入ってしまうところがあります．その点，感性豊かなとよたさんなら，われわれでは及びもつかない角度から，命や美についての斬新な見方がうかがえるのではないかと期待しています．

とよた　私はやりたいことを自由にやっているだけなのでお役に立てるかどうか．

中原　存分に語っていただければ，そこからわれわれは何かを吸収できると思います．

とよた　よろしくお願いします．

中原　私がとよたさんの宇宙観に興味を惹かれるのは，結局，エイジングと言っても，人間が生きているせいぜい数十年の変化です．それよりも，地球の歴史，その中で人類を含めた生命の進化の歴史とか，そういうスケールで物事を捉えることがすごく重要ではないかと思っているんですね．

とよた　それは言えますね．宇宙って普段私たちが生きているスケールとあらゆる意味で違い過ぎるじゃないですか．時間軸とかも，宇宙は何億年だけど，私たちの寿命はせいぜい数十年です．たとえば，30歳から40歳に10年歳をとると，自分的には相当なおばさんになったなと思ってしまうんだけど，でも，宇宙に飛んでしまえば大した違いはない話で，そう思っていると，世の中の大抵のことがどうでもよくなる（笑）．

中原　気持ちの持ちようということでしょうか？

とよた　実際に，宇宙観的時間軸の感覚を意識していると，年の取り方が違う気がするんです．もちろん年をとることには間違いないし，体型や容姿は変わってくるし体力もなくなりますよ．でも，私がそうだというのではなく，どこか浮世離れしているような人は，よい年の取り方をしていると思いますし，何となく年齢不詳という感じがしませんか（笑）．

Maho Toyota

- 1967年東京都出身．
- 学習院女子高等科在学中にモデルデビューし，1986年アニエスbのモデルとしてパリコレクション等に出演．その後女優に転進し1989年フジテレビ系「愛しあってるかい！」でデビュー．以降多数のドラマや映画，舞台等に出演．
- 芸術の造詣が深く，写真や絵画の個展を開いたり京友禅の絵師として着物のデザインを手掛ける．また，暮らしのアイデア本『とよた真帆のインテリア・ライフ』（講談社）を出版したり，無類の愛猫家としても知られ雑誌「ねこのきもち」（ベネッセコーポレーション）にて「とよた真帆の今日も明日も猫まみれ」の連載を持つなど趣味の域を超えた活動を展開．
- 現在，ベルギー ワロン・ブリュッセルの観光大使を務める．TOKYO ZERO キャンペーン呼びかけ人．
- 公式ブログ http://ameblo.jp/maho-toyota/

とよたさんがデザインした京友禅

同じくとよたさんデザインの京友禅

> いろんなものに対して心をオープンにしておくと，
> 年を取っても好奇心を持って新しいものを受け入れて，
> 自分をバージョンアップしていける
> そういう人は若いと思うんです

中原　なるほど，わかる気がします．でも，そういう視点，立ち位置で物事が考えられない人のほうが多いですよね．

とよた　固定観念にとらわれている人が多いかもしれません．それは現代人のもったいないところだと思います．常識や固定観念というのは，せいぜい何十年の人生の中で，行動半径数十キロの範囲の中で培われてきたもので，とても小さい話ですよ．

中原　確かに，宇宙どころか，歯科の外に出ただけでもまったく常識が変わる．

とよた　この前，海外のメディアで紹介されていた，イルカと恋に落ちた女性のお話なんですが，その女性は若いころ，NASAの実験でイルカに英語を教える指導係をしていたんですね．イルカはまだ若いオスです．隔離された水槽でずっと生活をともにしていたようなんですが，英語はまったく覚えなかったのに結果的に女性とイルカは心を通わせたそうです．事実を知ったNASA は実験を中止．女性をチームから外し，イルカは水槽に戻されました．以来彼は元気をなくし，あるとき，水槽の底で自ら呼吸を止めて自殺してしまったそうです．

中原　映画みたいな話ですね．

とよた　それが事実かどうかは別として，そういう愛もあるかもしれない，と受け入れる人もいるんだけど，ほとんどの人たちは，「思い込みだ」とか，「ありえない」と否定的なんですよ．

中原　とよたさんは，種を超えた愛はあると思いますか？

とよた　当然，あると思います．恋愛できるかどうかはちょっとわかりませんが，本質的な愛という部分では，種は超えられると思います．私自身は種の隔たりなんかないと思っていますから．それは，理屈ではなく感覚でわかるものだと思います．

中原　否定する側は，結局，事実ではなく固定観念で批判しているんですよね．

とよた　そうかもしれませんね，自分が真実だと信じてきたことからかけ離れている，相容れない，だから間違いだとなってしまう．これって，私は脳の老化だと思うんですよ．だって，子どものころって，そうじゃなかったはずです．新しい情報とか，新しい刺激に嬉々として飛びついて，みんな吸収して自分のものにしていったはずです．これを成長と言うなら，新しいものを受け付けなくなるってどういうことなんだろうというと，老化と言うのではないかと．

中原　もう成長しないわけですからね．

とよた　自分で自分の成長を止めてしまっているというか，枠を作ってしまっている．本当は無限に成長していけるのに．実際に，いろんなものに対して心をオープンにしておくと，年を取っても好奇心を持って新しいものを受け入れて，自分を変え，バージョンアップしていけるはずで，そういう人は若いと思うんですよ．

中原　普通に考えて，「星と交信できるなんてできるわけない」と決めつけてしまえばそこで止まってしまうけど，固定観念を外して「そういうこともあるかもしれない」と考えれば，想像が広がっていきますからね．すると，思いもよらない発想が出てきたり，新しいアイデアが湧いてくる，ということなんですね．

とよた　やっぱり，宇宙の神秘ってあるんじゃないかなと思うんですね．そのカギが想像にあるんじゃないか，というのは強く思っています．

> 直感で思い立ったことに従って動くようにしていると
> 不思議なほど悪いことは起こらない

とよた　ちょっと感覚的なことを言うと，いまここで先生とお話ししているようなことを，固定観念にとらわれている人は，たとえば，私が「石が好き」って言うと，それだけで変わった人に見られます（笑）．地球ができたころから石はそこにあるわけで，一つひとつの石が地球の成り立ちにかかわっていて，大地が形成されてきた歴史の中でいまの石の姿になったんです．ということは，その土地を形成する土台でもあり，動物や植物とも全部つながっていることだって自然に思えるんですね．

中原　地球のロマンなんですね．

とよた　好きなものなんて理屈じゃないんですけど，あえて言えば，たとえば水晶にしても，マグマや二酸化ケイ素などいろいろな成分が混じり合い反応して，奇跡的な条件がそろったときに初めて誕生するもので，それが，こんな美しい造形をしているなんて，考えただけで素敵じゃないですか．生命の奇跡とか，私たちが生まれていまここにいるっていうことの神秘と共通する話です．そういう意味では，私にとって石と生き物に大きな差はなくて，ともに地球に生まれた子どもという感覚でしかないんです（笑）．

中原　とよたさんのその生命観というのは，さきほど言った想像から来ているわけですよね．

とよた　そうですね．観測できる宇宙は限界がある．望遠鏡のその先はどうなっているの？　宇宙が誕生する前はどうだったの？って考えていくと，どうしても理解できないところが出てきますよね．すると，わからないことはイメージで埋めていくしかない．わからないからこそ，イメージが発達するとも言えるんですよ．もしかしたらこんなことが起こったんじゃない？　あんなことが起こったんじゃない？　と想像していくと思いもよらない発想が起こったり，現実に楽しいことが起きたりして，目の前のささいなことに捉われている暇なんかなくなりますよ．

中原　そういう思考過程から見ると，芸術家と科学者は意外に共通しています．科学も出発点は仮説を立てるところから始まりますが，その段階は完全にイメージ，想像の世界です．

とよた　ニュートンがリンゴの実が木から落ちるのを見て万有引力を発見したみたいな話ですよね．何かふっと，コーヒー淹れているときとかに思いつくんでしょうね．私

もそれわかります．ふとしたときに「あれ？」って感じで．

中原　イマジネーションは考えるのではなく，あるときふと浮かぶんですね．

とよた　不思議なんですけどね．日常のあらゆるところに想像の種が隠れています．1人で何かを考えるときとか，運転しているとき，リビングでぼーっとしているとき，寝る前でもふっとホールに入るんですよね，突然．

中原　妄想が現実化したり？

とよた　しょっちゅうありますよ．何だか今日はやけに誰々さんのことばかり頭に思い浮かぶなと思っていると，その人から連絡が入る．「こういうことがしたいな」と思っていると，助けてくれる人と出会う．ふいにある人をランチに誘ったら，何気ない話がすごい発展になって大きなプロジェクトになったりということが本当に多くて，直感で思い立ったことに素直に従って動くようにしていると，不思議なほど悪いことは起こらないものです．

中原　そういうつながっている感覚って，年齢とともに変わるものですか？

とよた　おそらくずっと変わらずあるものだと思うけれど，年齢によって感じ方が変わることがあるかもしれません．たとえば，10，20代の若いときって，直感もあるんですけど自分の思いみたいなものが強いので，間違った方向に突進しちゃったり，サインに気づかず過ぎちゃったり，ということが多いんですけど，30，40代になると若いときほどのパワーがない半面，自分の心に聞いて素直に判断できるところはあります．

中原　これまでの話で，宇宙につながっている感覚とか，メッセージを受けているというのを私が実際に感じた経験があって，母のいとこの舜地三郎先生の話をちょっと聞いてください．舜地先生は去年11月に106歳で亡くなったんですけど，講演で世界中を飛び回っていて，100歳超えてから地球を6周回ったというのでギネスにも載った人なんです．

とよた　すばらしいパワーがあるんですね．すごいなぁ．

中原　しいのみ学園という福祉施設の理事長やっていたんですけど，好奇心とか向上心もすごくて90歳過ぎてから5カ国語しゃべり出した．

とよた　すごい！

中原　英語とドイツ語は若いときに習得していましたが，90歳超えて韓国語と中国語，ポルトガル語を毎日ラジオで聴いて独学で覚えてしまった．一緒に食事したとき，トイレから帰ってこないから心配になって探しにいったら，廊下で韓国人と中国人のグループをつかまえてしゃべっているんです．

とよた　楽しい人ですね．

中原　102歳から亡くなるまでの4年間交流して，人間の加齢って何だろうというのをずっと観察させてもらったんです．

とよた　常識から言えば，80歳超えればもう老人で，若いころと違うと思ってしまうけれど，そんな常識なんか超越してしまえば，舜地先生のように，何歳になっても若くいられるんでしょうね．

中原　その舜地先生が亡くなるときの話なんですが，ある晩に，世話をしてくれていたお付きの2人に，三つ指ついて，「いままでありがとう．ここで死ぬとお二人に迷惑がかかるし，病院で死ねばすぐに死亡診断書を書いてもらえるので病院に連れていってくれ」と言ったらしいんです．

とよた　お病気だったんですか？

中原　それがいたって元気なんです．前日まで病気もせず普通に生活していたから，お付きの2人も「先生のいつもの冗談だ」と思って相手にしなかったんです．だけど，どうしても連れていってくれというのでひょっとしたら本当にどこか具合が悪いのかもしれないからと，念のため翌日病院に連れていったら，数時間後，病院のベッドで横になったまま亡くなったそうです．

とよた　自分の最期を悟っていたんでしょうね．

中原　亡くなる1カ月前にも，パスポートが切れるのでお付きの人が「更新しましょうか」と尋ねたら，「もういいんだ」と言うので，さすがに体力的にきつくなってきたのかと思ったら，「今度は宇宙に行くんだ．宇宙にはパスポートいらないからね」と言ったそうなんです．お付きの人は冗談だと思って受け流したそうなんですが．

とよた　それもう完全に宇宙とつながっていますよね．

私の中では猫も人も石も愛おしいものですべて平等
大きな違いはないって思えるし，違いをつくる必要もない

中原　とよたさんにとっては石も生き物も違いはないという話をされていましたが，愛猫のことについて聞きたいと思います．

とよた　幸せですよ，猫との暮らしは．彼らは会話ができるので．

中原　とよたさんにとって猫はどんな存在ですか．

とよた　うまく言えませんが，異常に強い結びつきがありますね．私の中ではペットという存在とはまったく違います．たとえば，私の中で最初に大きなシンパシーを感じた子で，30歳のころから飼っていたシーちゃんが2年前に亡くなったときは，ちょっと人格変わりました．シーちゃんとともに自分の中の何かが死んだような気持ちになりましたね．

中原　それはもう違う猫を飼っても癒されない？

とよた　癒されませんね．シーちゃんが亡くなったことを受け入れるまで待つしかありませんでした．やっと最近，自然に受け入れるようになって，それによって私もちょっとだけ進化した感じですね．

中原　猫はずっと飼っていたんですよね？

とよた　小さいころから家で8匹ぐらい飼っていましたが，それは私ではなく家族で飼っていたので．10代，20代のころも飼っていましたけど，私自身の人生がまだどうなるかというときで，30歳ぐらいになって私のまわりでいろいろなものが落ち着いたとき，ちょうど出会ったのがさっきのシーちゃん．

中原　30歳のころ何かあったんですか？

とよた　いろいろな意味で転換点でしたね．そのころ，私にとって何かそういう対象が必要だったんでしょうね．生まれたばかりだったシーちゃんとばったり出会って，その瞬間に運命を感じて，「この子と一緒にいる必要があるんだわ」って．

中原　それはペットショップで？

とよた　いえいえ拾て猫を保護したんです．他の子も全部そう．もう出会っちゃうと最後ですね，「ああ，この子もうちに来るね」という感じです．ちゃんと飼育されていないので，うちに来るときにはひどい状態の子も多いですよ．逆にそういう子ほどなんとかしてあげないと生きられないじゃないですか．

中原　猫好きな人はそこが共通していて，かわいいから飼うのではなく保護精神のようなものが非常に強い．

とよた　そうですね，かわいいから手元に置きたいわけではないですね．でもそれって猫だけじゃなくて，人に対しても同じで，自分で言うのもなんですが，困っている人に対しての手の差し伸べ方は，ちょっとしつこいぐらいかもしれない．そこまでやるとおせっかいだよっていうぐらい（笑）．痛みをわかってしまうというのか，自分が若いころ辛い思いをしただけに，傷ついたり苦しんだりしている人を見るといたたまれなくて，ついつい手を出したくなっちゃう．

中原　やはり，先ほどの話で，石も生命も一緒という感覚で，猫も人も見ているんですね．

とよた　私の中では猫も人も石も愛おしいものですべて平等．大きな違いはないって思えるし，違いをつくる必要もないと思うんです．

年をとることに意外に抵抗はありません
この身体は道具だから，人生の目的のためにどう使うか

中原　とよたさん自身は年齢を重ねることに対してどう思っていますか．

とよた　意外と思われるかもしれませんが，年を取ることにあんまり抵抗感がないんですね．もちろん，私は役者なので見た目には気を使っていますよ．でも，ほどほどでいい

と思っているんです．50歳になったときにしわがない役者っておかしいと思うし，肌がつるつるしていたら気持ち悪いでしょう？

中原　アンチエイジングの研究でも，年齢とともに肉体は変化していくけど，その中でいかに華麗に年をとるかということがいまのテーマです．

とよた　なんというんでしょうね，私にとって肉体は道具なんですよね．何か目的を果たすために必要だから，道具として使うという感覚で，たとえば，私は役者として生涯演じていたいから，そのためにはそこそこきれいにしておかないといけないわけで，だから，役者ではなかったら，そこまで気を使わない（笑）．

中原　道具だから．

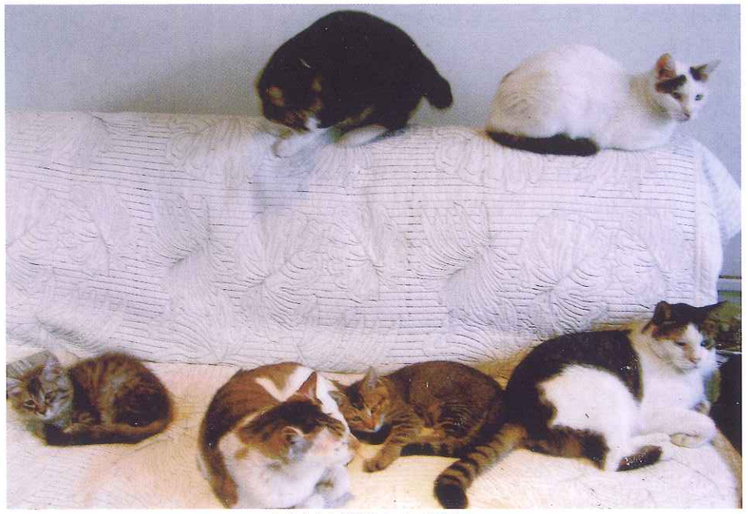
とよた　はい，道具だからです．そういう意味では，50歳になって表情ジワとか笑いジワがないとリアルな演技ができないですから，逆にシワがちゃんと入っていないとだめなんです．それに，見た目もそうだけど，私の中では外側より内臓のアンチエイジングが必要だと思っているので，外見以上に気を使います．

中原　どんなことに気を使っていますか？

とよた　腸にいい食べ物はよく摂っていますね．毎朝ビタミンとかアルギニンがたっぷり入った野菜ジュースを飲んで，食事は野菜スープに野菜炒めとサラダとか，野菜中心だけど炭水化物やタンパク質もちゃんと摂ります．量は少ないけど，やっぱりバランスが大事ですね．それと，よく食べるのは発酵食品．自宅で糠漬けを漬けていますし，寝る前には植物性の乳酸菌を飲む．

中原　女優さんは体力も必要でしょうね．鬼気迫る演技というのを見ると，やっぱりエネルギーを相当使っているなというのは伝わります．

とよた　使いますね．普段の自分じゃない人を演じているわけですから，一つのイメージを作って，体の動きから表情からそこに落としてこんでいくので，全身に神経が行き届いていないとだめなんです．ただ，それが苦しいかというとそうではなく，どこまで楽しめるかっていうのが基


とよたさんが飼われている猫たち

本です.

中原　楽しまないとだめですか.

とよた　楽しめないとだめですね. だからたとえ悪役でも, その人の中の正義に納得いったら楽しんで演じられるんですよ. でも,「どこからどう見てもこの人格はありえない. おかしいよね」っていう役柄は演じていて楽しくないですね.

中原　自分の価値観とはまったく相容れなくても, そのキャラクターの中で筋が通っていればいい.

とよた　そうですね. 一つは作品を作ることそのものが楽しいですし, そこにかかわれることが私の喜びなので, 悪役でも嫌われ役でもそこはあまり気にしないです.

中原　女優さんというと「私を見て」という意識が強いと想像してしまいがちですが.

とよた　そうですか? 私の場合はないですね. 映画にしてもドラマにしても, 私は全体の中の一部としてかかわって, 他の役柄の人たちとつながって初めて一つの作品ができていくというのが面白いと思うんです. 絵を描くのもそれと同じで,「私の絵, きれいでしょ, すごいでしょ, 見て」というのではなく,「いまこんなイメージを持っているんだけど, これってどう?」って, みんなと共有したい感じなんです.

人類が知りえたことなんてまだほんの一部
動物を下等な生き物だって決めつけているけど
それ自体がおこがましい話

中原　とよたさんの話を聞いていると, 猫も石も星さえも渾然一体ですべてがつながっているものという感覚なのは何となく理解できるのですが, むしろ現代科学は違いを見いだして区別していこうということをずっとしていたような気がします.

とよた　それが人間の性質なんでしょうね. 何かと壁を作りたがるという.

中原　千葉工大の惑星探査研究センター所長の松井孝典教授は, 東大教授のときに, 人間圏という概念を示しているんですが, まさにその考え方ですね.

とよた　人間圏?

中原　もともとこの地球には成層圏の中に生命が生存できる環境が誕生したわけですが, 人間はその中に自然な生態系と隔絶させた人間の生存環境に適した環境を作り出すことで異常に繁殖してしまったと.

とよた　なるほど.

中原　人間の生存に適した空間を自然から隔離したことで, 人間は繁栄を謳歌したんだけど, でもそのせいで, 自然の循環からもたらされるエネルギーを枯渇させてしまっているわけです.

とよた　そういう壁を作っているのって人間だけですよね. たとえば, 最初のお話に出たイルカだって, 人間と意思を通じ合うことはできるわけです. 彼らはきっと, 人間を含めてこの世界に存在するものすべてを受け入れて生きていると思いますよ.

中原　人間が進化の頂点にいるわけではない?

とよた　そうではないと思います. この地球のことだって人類が知りえたことなんてまだほんの一部ではないですか. 人間は他の動物を自分たちより下等な生き物だって勝手に決めつけているだけで, もうそれ自体がおこがましいなと思うんですよ.

中原　動物は無益な争いはしないとか, 宗教戦争なんかもない.

とよた　そういうことも言えると思いますし, それに, 動物は携帯電話がなくてもちゃんとテレパシーで通じあっているんじゃないかって思うわけです. たとえば, クジラは海の中で仲間と自在に交信していて, 海の底に音波が通じやすい特殊な帯域があるそうで, そこまで潜って一定の周波数で鳴き声を上げると遥か彼方にまで声が届くそうです. その音波を受け取った仲間のクジラがメッセージをさらに別の仲間に伝えて, 受け取ったクジラが次の仲間に伝えってことをしていると, 地球を一周して最初のクジラにメッセージが戻ってくるまで, たった数頭のリレーでいけるんだそうです.

中原　人間の持っている通信手段を凌駕していると言ってもいいぐらいですよね.

とよた　ザトウクジラは仲間と歌を歌い合っていることが知られていますが, ただ歌っているだけじゃなくてちゃんと流行歌もあるそうです.

中原　誰かが作曲している, そういう文化があるということでしょうね.

とよた　こういう話を聞くと, 人間が作り上げた文明が最も高等なのか, というのが疑わしいんですよ. 彼らは科学技術なんか持っていないけれど, きっと地球のマグマの動きとか, 海流の変化とか, 人間の文明ではまったく関知できないことを察知して日常に生かしているし, もちろん, 戦争なんて愚かなことはしませんよ.

中原　そうですよね.

とよた　それに比べて人間は頭でっかちになっただけで, コンクリで固めた都市の中でしか生きられないようになっているから, 感知する能力も低いし, 目の前の現象だけに捉われてしまっているように思えますよね.

テレビに見入る猫たち

中原　直感, 感性というと非科学的だというけど, そういうもののほうが実は精度が上回っていることも多いわけです.

とよた　先生がおっしゃったように, 現代科学はなんでもかんでもどんどん細かく細分化していって分けて考えたがりますが, それが果たしてどうなのか. まったく否定するつもりはありませんが, 少なくとも, 今後もそれだけでいいのかは考え直したほうがいいですよね.

中原　そもそも, 命も石も, 地球も宇宙も全部つながっているものだという認識に改めたほうがいいのかもしれませんね.