

何を信じていいかわからない

何を信じていいかわからない

市川治療室 No.65/1996.01

哲学の分野に認識論(別名・知識論)というものがあります。
認識論とは辞書には次のように説明されています。

『知識の起源、構造、真理性などについて主題的に考察する物』

もっと簡単に説明すると次のような物です。

『ある情報の出所はどこか、その情報はどの範囲で妥当であるかを考えるもの』

情報の出所としてテレビや新聞、雑誌などがありますが、その中でも本(読書)から得る物は重要です。

最近読んだ本『僕はこんな本を読んできた』(立花隆著・文芸春秋・1500円)に仕事と一般教養のための読書に役立つ14ヶ条が載っていました。(趣味のための読書ではありません)
立花氏が推薦する読書に役立つ14ヶ条のうち、情報に出合った時に役立つ方法としていくつかピックアップしてみました。

1. 一つのテーマについて、一冊の本で満足せず必ず類書を何冊か求めよ。
類書を読んでみて始めて、そのテーマに関して健全なパースペクティブ(展望)を得ることができる。
2. 自分の水準に合わない物は、無理して読むな。
時は金なりと考えて、高価な本で合っても、読みさしでやめるべし。
3. 人の意見やブックガイドの類に惑わされるな。
最近ブックガイドが流行になっているが、お粗末な物が多い。
4. 本を読む時には、懐疑心を忘れるな。
活字になっていると、何でももっともらしく見えるが、世評が高い本にもウソ、デタラメはいくらもある。
5. オヤと思う個所(いい意味でも、悪い意味でも)に出合ったら、必ず、この著者はこの情報をいかにして得たか、あるいは、この著者のこの判断の根拠はどこにあるかと考えてみよ。
それがいいかげんである場合には、デタラメの場合が多い。
6. 何かに疑いを持ったら、いつでもオリジナル・データ、生のファクトにぶち当たるまで疑いをおしすすめよ。

昨年ある勉強会で痴呆・脳卒中・高血圧について次のような話をしました。

「日本人の痴呆(ボケ)の原因の80%は脳卒中」

「脳卒中と高血圧の予防は血管を丈夫に保つこと」

「血管を丈夫に保つには第一にタンパク質で、タンパク質としては卵が一番」

「痴呆・脳卒中・高血圧の予防には動物性タンパク質、特に卵が一番」

この会の後で以下のような異なった意見・情報があるので「何を信じていいのか分からない」といわれる方がいました。

「卵を食べるとコレステロール値があがる」

「高コレステロールは動脈硬化や脳卒中の原因」

一般に選択という行為は「どちらが有利か」という基準にしたがって行われます。(何を食べようかとか、どこに行こうか等を選択する時)

しかしその情報が身体に関する物であるなら有利、不利の考え方で選択するのではなく認識論、立花氏の本の読み方(上記の5)の様な考え方が必要ではないでしょうか。

認識論に耐えることのできる情報＝科学的な情報を提供していきたいと考えています。
