

<朝日新聞 18.7.26>

福岡伸一の動的平衡

## スマホの文字 脳に緊張？

文章を読むとき、特に長い小説や込み入った論考の場合、紙に印刷された活字の方が安心して読めるし、**その方が頭によく入ってくる**。しかし最近は科学論文もほとんど電子化されていて、発表も、保管も、検索も格段に便利なのは確かなのだが、**読むことに関してだけは紙の上で読みたい**。だから私はめんどろだが電子ファイルをいちいち紙にプリントアウトしている。新聞や本も紙の方が好きだ。

これは、我ら年寄り世代の古い哀愁にすぎないのであろうか。必ずしもそうではない。生物の視覚は動くものに敏感だ。それは敵あるいは獲物かもしれない。反射的にすぐ行動する必要がある。身体も緊張態勢に入る。一方、じっくり観察し、分析し、思索を深めるためには、**対象物が止まっている必要がある**。動き続けるもの、絶え間なく変化するものをずっと見続けることはできない。

コンピューターやスマホの画面の文字は、止まっているようでいて実はたえず動いている。電氣的な処理でピクセルを高速で明滅させているから、文字や画像はいつも細かく震えているのだ。このサブリミナルな刺激が、**脳に不要な緊張を強いているのではないか**。だから落ち着いて読むことができない。もちろんデジタル・ネイティブの新しい世代はそんなこと気にならないのかもしれないが、生物の特性はそう簡単には変わらないはずだ。(生物学者)