

## 54. 香りと記憶の関係(2)： 反復→自動化

Scents are the only sensations	香りは唯一の感覚である
that travel such a direct path	これほど直接的な経路を通り
to the emotional and memory centers of the brain.	脳の感情と記憶の中枢に至る
All other senses first travel to an area of the brain called the thalamus,	他のすべての感覚は、まず脳の部位に到達する 視床と呼ばれる
which acts as a control panel,	それは制御盤として機能し
sending information about the things we see, hear, or feel to the rest of the brain,	私たちが見たり、聞いたり、触ったりするものに関する情報を送るのだ 脳の他の部位に
said Professor John McGann.	ジョン・マクガン教授は述べた
But scents go past the thalamus and reach the amygdala and the hippocampus almost directly.	しかし、香りは視床を通り過ぎ 扁桃体と海馬にほぼ直接到達する
That results in	それにより
an intimate connection between emotions, memories, and scents.	感情、記憶、香りの間が密接に結びいている
This is why	だから
memories triggered by scents as opposed to other senses	香りによって引き起こされる記憶が、他の感覚とは対照的に
are “experienced as more emotional and more vivid,”	「より感情的で鮮明なものとして経験される」
said Rachel Herz, an assistant professor of psychiatry.	と精神医学の助教である、レイチェル・ハーツは述べた
A familiar but long-forgotten scent	なじみがあるが、ずっと忘れていた香りは
can even bring people to tears,	人の涙を誘うことさえある
she added.	と彼女は付け加えた
Scents are “really special”	香りは「本当に特別」である
because “they can bring back memories	「記憶を呼び起こすことができるので
that might otherwise never be recalled,”	別の方法では二度と思い出されないかもしれない」
Herz said.	とハーツは述べた
By comparison,	比較すると、
the everyday sight of familiar people and places	見慣れた人や場所という日々目にするものによって
will not cause you to remember very specific memories.	それほど具体的な記憶を思い出すことはないだろう
For example,	例えば、
walking into your living room is something	リビングルームに入るはすことである
you do over and over again,	あなたが何度も繰り返す
so the action is unlikely to recall a specific moment	だから、この行動がある特定の瞬間を思い出させるということはなさそうだ
that took place in that room.	その部屋で起こった