



## 「癒し」の先駆者

## 上田 紀行 研究室～価値システム専攻



上田 紀行 助教授

あなたは悩みを抱えていないだろうか。癒されたいと感じたことはないだろうか。現代の日本社会の中で、あなたは生きていくことに疲れたことが一度はあるだろう。

上田先生はそんなあなたの悩みを解決する「癒し」について文化人類学の観点から研究している。また、先生は新聞でコラムを書いたり、シンポジウムを催したりと、その活動は多岐に渡る。

では実際に上田先生がどのような研究をし、また「癒し」についてどのように考えているかを紹介していこう。



## 真の「癒し」を求めて

上田先生は苦悩していた。先生が学生の頃のことである。理解不能な難解さに加えて一方通行な大学の講義、男子校に六年間いたせいで分からない女の子との付き合い方、スパイ容疑のぬれぎぬで警察に捕まった留学生の友人の親を救おうとして、街角で署名を集めようとするも冷たく通り過ぎていく人々。もう人生何をやっていいのかわからないくらいに苦悩していた。そんな苦悩にさいなまれ続けたある日のこと、友達に「インドに行ってみたら？ 治ると思うよ」と言われた。疑問に思いつつもインドへ。二カ月ほどたいした金も持たずに放浪した。放浪する中で先生はインドの力強くおらかな気候風土にふれることができた。すると非常に元気になったではないか！ しかし日本に戻り無気力に生きる人々と接していくにつれて、また元気がなくなっていった。ノイローゼにもなった。よし、このまま一生ノイローゼになるくらいならば、と先生は思い立った。人間はどのような時に元気になれるのか、日本社会の中において、なぜ自分は元気になれるのか、ということの研究テーマにしよう。こうして上田先生は文化人類学を専攻とし、「癒し」について

の研究を始めたのである。

一九八八年十一月に新聞紙上で初めて「癒し」という言葉が使われた。ちょうどその頃大学院生だった上田先生はスリランカの悪魔祓いについてのシンポジウムを催していて、その時の紹介記事に「癒し」という言葉が用いられたのである。だから上田先生は「癒し」という言葉の創始者の一人であると言えよう。そして、上田先生は「癒し」を人間の存在感と生きることの意味、と広く定義している。

最近、癒しはブームである。アロマセラピー、波音楽などが癒しとしてマスメディアに大々的に取り上げられている。この場合、癒しという言葉は単なるストレス解消の意味で扱われている。「癒し」という言葉の創始者の一人である上田先生は、このように軽々しく癒しという言葉が用いられていることに批判的である。それは、お手軽な癒しのせいで気付かぬうちに見えないストレスや疲れなどを蓄積する恐れがあるためだ。まがいものの癒しでは一時的なストレス解消でしかないのに、もう完全に回復したと錯覚して、かえって油断して重い心の病を患ってしまうことすらあ

る。そして、軽々しく癒しが用いられていることに上田先生が批判的であるもう一つの理由は、日本人が苦悩というものを低くとらえ過ぎているからだ。日本人はまがいものの癒しごときで苦悩を除去できると考えている。しかし、そんなに簡単に苦悩というものを除去することはできない。例えば、毎日上司にいじめられ残業に追われるサラリーマンや、学校での友達付き合いに疲れた学生などが、心身共に疲れた状態で家に帰って 波音楽を聞くなどして、まがいものの癒しを受けたと

する。一時的にせよそれでストレスが解消されたでしょう。しかし次の日会社や学校に行けばまたストレスはたまる。だから、またまがいものの癒しを受ける……。結局、根本的な解決にはなっていない。

「実際、現代にはびこるまがいものの癒しでは根本的な解決にはならない。今、ストレスの多い日本の社会に生きるには、真の意味での『癒し』が必要である」と上田先生は考える。



## 現実世界における「癒し」の形

それでは「癒し」という言葉は具体的にどのようなものを指すのだろうか。例えば、宗教である。真の意味での「癒し」を求め、ここ十年ほど何らかの宗教に入信する人が増えている。特に新興宗教に入信する人が多い。なぜ人々は新興宗教に入信しようとするのだろうか。日本人が戦後の社会で自分の欲望に向き合ってこなかったからである、と上田先生は考察している。これは自分が本当に欲しいものを追い求めようとせず、他人が欲しがらるものばかりを手に入れようとしてきた、ということである。例えば、高度経済成長期においては、他の人がテレビを欲しがるときは自分もテレビを手に入れようとし、他の人が車を欲しがるときは自分も車を手に入れようとした。しかしバブルがはじけたことで、人は自分が本当に何をやりたいかを自分で考えなければならなくなった。そんなときに宗教家から、あなたは何を追い求めているのですか、と問われたら、これこそ私たちが求めていた問いではないかと思って心をひかれてしまうのである。新興宗教に入信した人の中には、金をまきあげられ精神がまいってしまった人が少なからずいる。しかし、日本社会の生活での苦悩から救われて希薄だった自分の存在感を確かなものとし、「癒された」人がいるのもまた事実なのだ。

次に、上田先生が「癒し」を研究するきっかけとなったスリランカの悪魔祓いについて見ていこう。悪魔祓いとは、スリランカの農村に伝わる「癒し」の方法である。まず患者（悪魔にとりつかれた人）が呪術師と対話する。そして悪魔にとりつかれた人を含めた村人総出でコメディーを見

て村祭りを行う、というものである。人は孤独なときにこそ悪魔にとりつかれ病気になるものとされている。村人全員で祭りを行うことで病気にかかっている人は他の村人と交流を持ち、自らの存在感を確かめることができるのだ。だから患者の心が健康を取り戻すので身体も健康を取り戻す。これがスリランカの悪魔祓いの「癒し」のシステムである。

だが「癒し」はもっと身近なところにもある。祭り、登山、少し昔の飲み屋での飲み、お互いに気兼ねせずに付き合っているような「いい」恋愛などいくらでもある。なお、これらの「癒し」も宗教と同様に、人により「癒し」となるかどうかは変わってくる。このように身近なところに存在する「癒し」もあるのだから、少し注意深く身辺を探してみよう。そうすれば今まで見えてこなかったような「癒し」を見つけることができるかもしれない。



スリランカの悪魔祓い



## 自信を持って！ 東工大生よ

さて、今までは「癒し」とは何か、ということに論点を絞ってきたが、今度は人がどんな形で「癒し」を必要としているか、について見てみよう。まずは真面目だが積極性に欠け、つまらないと世間で言われる東工大生。そんな東工大生について上田先生は以下のように言う。「確かに東工大生は言われたことを非常にきっちりやるという意味で真面目であるし、突拍子のないことをするような人はあまりいない。ただ、つまらない人達とは言い切れない」。むしろ上田先生の文化人類学の講義に出席している人を見ると、東工大生は本当はおもしろい人が多い、とのことである。ただ東工大生の場合、東工大なんて男子校みたいなもんさ、だとかどうせ自分は理系だから、というように自分で自分自身をマイナスの方向に追いやっている傾向がある。もう少し自分に自信を持つところから始めてみるべきである、と上田先生は言う。また、スリランカで上田先生は、ボランティアとして現地で活動している七十歳くらいの老人に出会った。その老人は自分の活動についてこう語る。「楽しくてしょうがない。自分は後十年これだけのことができると思うとうれしい」と。後十年くらいの人生でこれだけ自分の生き方に誇りを持っている人もいるのだから、東工大生はまだ二十歳程度の年齢で、もうこんな人生おもしろくない、とか癒しが必要だ、などと言っている場合ではない。自分自身の生き方に自信を持つことができれば癒しなど必要ないはずだから、少しはこの老人を見習うべきだ、と上田先生は言う。



「東工大生はつまらない」と言われるが・・・

最近の若者全体に論点を広げてみよう。最近十七歳の少年の犯罪が新聞などで報じられたが、「癒し」の観点から見ると彼らは「癒されていない」のである。そしてその最大の原因が、東工大生やその他の最近の大学生にも当てはまるのだが、友達付き合いが苦手であることだ。友達付き合いが苦手なパターンには二つある。一つは他人を省みず自分のことばかり気にしている「自己中心型」。もう一つは他人のことばかり気にして自分のことを省みない「他己中心型」。自己中心型の人はただ他人のことを考えるように努力すればいい。他己中心型の人は受け身的なので、積極的に他人の心にアプローチするよう努力していけばいいのだが、それができない。だからこそ他己中心型なのである。しかし、他にも解決策はある。自分が本当に言いたいことを言える友達を二、三人でいいからつくるのだ。これは本音を言えないような友達を数多くつくるよりずっと効果的である。もちろん、そのような友達との交流は「癒し」になることだろう。

この他己中心型の人によく見られ東工大生にも多く、最近よく問題にされるのが、世間の人々から後ろ指をさされたくないとかばかり思っている人たちである。この人たちは一見他人のことを気遣っているように見えるが、実際には社会への貢献を必ずしも考えているわけではない。なぜなら、周りのある人たちからある部署内で悪口を言われないようにしているだけであり、社会の役に立ちたいと思っているのではないからである。社会に対して自分がどう貢献できるかということを考えている人は、もっと自己主張しているはずである。狭い世界の中で認められたい、そこから排除されたくない、と考えている他己中心型の人は、一見社会性があるように見えるが、実は社会性はないのだ。東工大生に限らず、日本人全体についてそのような傾向がある。「周りの人々から多少文句を言われても、社会に対して貢献しているんだという考えをもとに、自分の思ったことを実行していけばいい」と上田先生は言う。



## 日本を丸ごと「癒す」必要性

話を日本の社会全体に拡大してみよう。日本の社会では今、権威と体制の下での競争の一元化とシステム化が進んでいる。現代の日本社会は競争社会ではあるが、競争が一元化されている傾向がある。例えば競争が偏差値という一つの方向性でのみ行われると、偏差値の高い学校に行くことだけが競争を勝ち抜くこととなる。そのため競争に負けた時点で負けた人の全てが否定されてしまう。そこで、自分は無価値で社会の役に立つはずがないという負の考えに陥らないように、常に自分の逃げ場をつくっておかなければならない。そのために競争の多元化をはかるのである。例えば、受験に落ちてしまった人が「俺は勉強では負けたけどスポーツは得意さ。受験に受かった奴にだってバスケットでは負けないぜ」と立ち直るように。これにより悩みというものはだいぶ軽減されるはずである。

次に、システム化が進むということは、人間の目的に合わせてものをつくっていたのが、ものに合わせて人間が目的を変えていくように社会が変わることだ。例えば「時計」が挙げられる。時計は、人が自らの生活を管理しやすくするために発

明されたものである。しかし、時計によって人は常に時間という見えない鎖に縛られることとなり、その結果気付かぬうちに人は時計に生活を管理されるようになってしまったのである。つまり人は気付かぬうちに時計に生活を管理されるようになったのである。これがシステム化である。システム化が進むと人々の生活は無味乾燥なものになってしまうだろう。このシステム化をくいとめてくれるものが「癒し」である。「癒し」は自分の存在感と生きる意味を取り戻してくれる。「癒し」により、人間は本来の目的意識を取り戻すことができるだろう。

さて、競争の一元化にしるシステム化にしる、それらをつくり上げているのは権威と体制である。日本の教育という「体制」が受験という大きな一元化した「競争」をつくり上げ、大人になってからも一つの面でしか競争できない人間を育て上げている。そして体制下でつくられる人工物が人々の生活と心を無味乾燥なものにしていく。そのような日本の体制自体をまずは「癒す」必要があるのではないだろうか。

今回の取材では、本誌の読者の多くが東工大生であるので、特に東工大生に焦点を当てて上田先生に尋ねてみた。「もっと自信を持ち、思ったことを実行していくべきである」と先生は東工大生に対しておっしゃった。この記事を読んだ東工大

生も是非実践して行って欲しい。

最後に、お忙しい中快く取材に応じて下さり、資料なども提供していただいた上田先生に心から感謝申し上げます。

(川上 裕二)

