「ヤマアラシのジレンマ～両義性を抱える私たち」

●ヤマアラシのジレンマ

19世紀のドイツの哲学者、ショーペンハウアー（Schopenhauer、1788～1860）の『随想録』に興味深い話があります。この寓話は、その後、フロイトによって見出され、「ヤマアラシのジレンマ」と呼ばれ有名になります。当時、欧州では仏教への憧憬が一部、文化人に見られました。ショーペンハウアーは、仏教への理解を大変深めた一人です。

この話のおおよその内容は次の通りです。

ある冬、ヤマアラシの一群が厳しい寒さを迎えていた。
そこで、彼らは互いの身体を寄せて温め合おうと思い、互いに身を近づけた。
彼らの身体には無数のトゲがあり、傷つけ合い、痛みを生むので身体を離した。
離れれば凍えてしまうので、また身体を寄せ合った。
何度も繰り返して彼らは、最終的に次のことを発見した。
お互いにトゲによる痛みを少しずつ我慢しながらも、適当な距離を保ちながら、相手の温かさを受けとめて、厳しい冬の寒さを乗り超えた。

●都合というトゲ

私たちは都会型の快適で便利な生活を求め、その結果、相手との距離を保つことで、自分のもっている「私の都合」というトゲを伸ばしながら暮らしていると言えないでしょうか?

人間関係は、親戚づきあい、近隣との接触など、いずれも濃密な関係は薄らいで、結果として、家屋の構造そのものさえ24時間鍵をかけて暮らす生活様式になってきました。つまり、合理的で経済的なあり方が、人間の関係性を疎遠なものに変えてきました。

しかし、その反面、TwitterやFacebookに象徴されるように、ネットを通してつながっていきたい、つながっていたいという要求は根深く私たちの意識にあります。

近年、学童の間で、ケイタイなら会話ができるが、面と向かって話をすることができない子どもが増えているという記事を読みました。

自分の都合による独立した生活と、相手との親近感･一体感という、相反する要求を抱えているのは、人間の抱える根本課題かもしれません。つまり、ある程度の痛みを持ちながら、安らぎを受けとめるということです。

ちなみに、この寓話をもとにした心理学用語に、「ヤマアラシ症候群」というものがあります。対人関係の経験に乏しいため、人との距離のとり方が分からず、相手を傷つけたり、自身が傷ついて、うつ状態に陥ることをそう呼ぶのだそうです。

この症候群は人生経験が乏しい青春期にありがちだといいますが、そうとばかりいえないものです。さらに、近年の日本人は対人関係で対立することを避けたがる傾向があるといわれますが、これもそうとばかりとはいえないものかもしれません。

●赤ちゃんの死亡率

1920年代、アメリカのある養護施設でこういう出来事があったそうです。

衛生状態も、栄養状態もいいといわれるある施設で、他の施設に比べて赤ちゃんの死亡率が高くなったのです。その理由を丁寧にしらべて分かったことは、確かにシーツも清潔だし、栄養価の高いミルクも与えられている、しかし、赤ちゃんをかまう人がいなかったそうです。

確かに、赤ちゃんは周りの人びとから、かまわれて育っています。かまうことが、その赤ちゃんのいのちに安心や保護されているという実感をもたらしていたということです。

人間は、いのちある生きものですから、経済性や有用性だけで生きているのではないということを考えさせられる話です。

●両義的な世界

初めて訪れた土地のホテルで、こんな経験をしました。私以外には、一人の女性がいるだけの静かなロビーでした。その人がケイタイでメールを打ち始めました。本を読んでいた私は、その人のキーを押す電子音が気になってしかたがありませんでした。

なぜか私は、ふと、「午後も雨は降るんでしょうかねえ?」と聞くともなく、つぶやいたのです。するとその女性は、「ええ、天気予報では降るといってましたよ」と返事をしました。「ああ、そうですか、ありがとう」と私もこたえました。

何でもないことでしたが、これをきっかけに、キーの電子音の印象はまったく変わりました。会話をする前（というか、ほんの少し言葉を交わしただけですが）は、耳障りな雑音でしかなかった音が、一人の血の通った人間の営みとして受けとめられたのです。つまり、まったくの赤の他人ではなくなってしまいました。

なぜ、あのようなことをつぶやいたのか、表面的な私には分かりませんでしたが、内なる私が何かを工夫しようとしたのでしょう。

人間は、自立しようとして孤独感を持ちますが、他者との関わりで全体性･一体感を回復する感覚も持っています。生きるという事実は、両義的といえるのかもしれません。

世の出来事を効率よく整合性をもって分別して判断すること、つまり、ものごとを分けて認識してきたのが私たちの社会です。しかしそこには、同時に、矛盾的でありつつも、共にという事実を見失う側面もあるようです。

仏教は、私という個を通して、全体を見つめ、生かされていることを実感し、全体を通して、自己中心的な私を深く見つめる、という生き方を伝えてくれているように思います。

その痛みと安らいのバランスの持ち方は、時代と地域によって変わっていくかもしれませんが、常にそれは相反しながら、同時に成り立っているということは変わらないように思えます。

智慧に照らされて知る自分に痛みを覚えますが、そこに大きな慈悲の中に生かされている安らいが生まれています。

気づかなかった自分の姿に、そして、他者や世界とのつながりに、深く気づくとき、「気づいていない私だった」という実感を持ちます。そして、その実感を恵まれるからこそ、「気づかされた私」に導かれたことを実感します。

この二つの気づきの前者は、「慚愧（ざんき）」とも呼び、お恥ずかしい、思いあがっていたという実感を伴います。そして、後者は、「歓喜」とも呼び、ありがたい、おかげさまだったという実感を伴います。

しかも、二つは二つでありながら、その気づきが、確かで、深いものであるならば、かならず、同時に成立します。このことをさとりとも、信心ともいうのです。

浄土の教え、念仏の教えは、この信心という気づき体験があることを教え、このことに導き、教えに出遇うものを育てていったのです。

中国、唐の時代（618～907）の善導大師（613～681）は、南無とは、頭の下がること、阿弥陀仏とは、救われることだと、端的に、そして、深く、分かりやすく教えています。矛盾を抱える私たちだからこそ、そのような私たちの深い思いこみ、迷いを気づかせる教えが示されているということになります。

合掌
万行寺第十八世住職　釋靜芳（本多 靜芳）

※ご縁のあったあなた！　第一水曜午後四時から六時の法話会「ナムの会」で『親鸞様･御和讃』を、偶数月第三水曜午後六時半から八時半の「聖典勉強会」で『親鸞様･御手紙』を学びにいらっしゃいませんか?　お待ちしてます（会費はいずれも資料･茶菓代として千円です）。
「ナムの会」は一月と十二月は休会します。