

東日本大震災でみせた、日本人の忍耐力と礼儀正しさ

平成 23 年 10 月 14 日

総合政策学部

ライフマネジメント学科

4 年 今成絵美

1、はじめに

(1)目的

本研究の目的は、東日本大震災でみせた日本人、特に東北の人々がもつ忍耐力と礼儀正しさは、恥の文化と儒教や仏教を軸にして精神を備えたことで、獲得することができたという仮説の検証をおこなうことである。

東日本大震災では、東北地方のみではなく日本各地で混乱が起きた。電気、水道、ガスは止まり、電車も運行することはできず、帰宅困難者も多く出た。しかし暴動もなく、バスやタクシーを待つときも整列し、食べ物や飲み物などの譲り合いと協力がみられた。

なぜ日本人は、このような緊急時でも冷静で、他者のことを考えて行動することができるのか気になり、今回研究の対象とした。

東北の人々が見せた忍耐力と礼儀正しさは世界中を驚かせ、日本の評価を高めた。しかしその反面、忍耐力が強いことによりその裏返しとして PTSD(外傷後ストレス障害)の問題も出てきている。

忍耐力と礼儀正しさは、恥の文化と儒教や仏教に関係しているのであろうか。その理由を解明することができ、その秘密がわかれば、予期せぬ震災時での個人の対応の在り方や、東北の人々をはじめ、日本人の良さを知り、外国との文化の違いを理解することができる。また、今後震災時の PTSD の予防と対応策に役立てることができると考えこのテーマを取り上げることにした。

東北の人々は寒冷な気候風土に耐えて農業・漁業などに携わり、火山、地震、津波に悩まされながらも、厳しい土地で農業を営む必要があった。そのために互いに協力し合う必要があったようだ。こうした相互協力の長い年月の中で、忍耐力と礼儀正しさは育まれたのではないか。もしかしたら恥の文化、儒教や仏教は、忍耐力と礼儀正しさを高めることに必要不可欠なのかもしれない。

日本人の忍耐力と礼儀正しさを備えている理由は、恥の文化、儒教や仏教の精神を中

心とした考え方を手にしていることで、獲得できたのかという仮説の検証を試みたい。

2、日本人が育ってきた文化と自然環境

文化と自然環境から、日本人の精神の成り立ちを考える

(1) 日本人の精神を構築している恥の文化

今回の東日本大震災で、世界が感嘆したことがある。それは、あれだけの大震災で被害を受けながら、ほとんどの日本人は取り乱すことなく冷静な態度で、助けるほうも、助けられるほうも、お互いに「ありがとう」という感謝の気持ちを述べている。これは世界からみるととても驚き不思議に感じることである。暴動が起こるわけでもなく、焼き討ちもない。この精神はどこからきているのか。

日本人の精神の中心となった考えかたは3つある。1つめは中国から入ってきた「儒教」の精神、2つめはインドから入ってきた「仏教」の精神、この2つが融合された精神である。日本人の心の中には、儒教の『仁と義』、仏教の「慈悲」、この2つが先祖代々、身体の中に染みついている。日頃は忘れてはいるが、いざというときにそれは出てくる。3つめは『恥の文化』である。「こういうことを行うと家族に顔むけができなくて恥ずかしい」「皆から笑われるから恥ずかしい」といった考え方が恥の文化である。どんな苦しい時でも欧米人などのように泣きわめくことは恥ずかしいことだと考え、我慢して取り乱してはならないと思い、心で泣いて表面は我慢する。これが日本人の精神を支えている『恥の文化』なのである。

(2) 儒教と仏教により身につけてきたもの

「儒教の精神は何かというと、それは「仁と義」である。「仁」というのは、言い換えると道徳。相手を思いやる心のことを指す。「義」とは、己を犠牲にしてでも第三者を助けること。これが儒教の考え方になる」(1)。儒教の考え方により今回、震災時に相互協力は発揮できた。そして「仏教には「慈悲」という言葉がある。「慈」とは相手が欲するものを与える思いやりのことを示す。」(1)同 たえば嬉しいことがあれば周りの人も「良かったね」と、自分のことのように喜びを共にすることでその喜びは倍になる。「慈悲の「悲」は、相手の欲しないものを奪ってあげる思いやりのことである。」(1)同 例えは悲しみを共にすればその非しみは半減することができる。慈も悲も思いやりであり、これが慈悲の精神

である。

震災で大切なものを失った方もいると思うが、仏教の精神によって悲しみさえも共有することができた。

以上により儒教の「仁と義」の考え方、仏教の「慈悲」の考え方に『恥の文化』が合わさっているのが、日本人の精神である。

(3) 相互協力の文化

日本人は、個人の生活ではなく周囲と協力し合う生活である。各国、相互協力の意識は存在するが日本の協力意識はとても強く、海外のリーダーはうらやみ、自分の国もより強く、相互協力の意識は身に着かないかと願っている。

日本独特の協力の意識は、海に囲まれた島国であり海外との関わり非常に少なかったことに由来する。島国は他にも存在するが、日本ほど孤立した状態で長い間、限られた国土で生活し、平均的な生活環境と感じかたをもっている国はない。また日本の国土はわずかで、ほぼ共通の温和な自然環境であり、人々の交流や生活習慣も生まれたことで、2千年以上も途切れることがなく続いてきた。この日本に根付いている習慣を変えることができないのも当然である。もちろん日本が統一される前、争いは繰り返されることもあったが同じ民族同士の争いであつたので影響はなかった。また、外国文化の強制が国家レベル・民族レベルで行われたことがない。以上の理由により災害時でも協力の姿勢を作り上げることができるのである。

日本は「学びたい」「獲得したい」と考えた時、自らの意思で習得する。仏教文化を初め、中国、朝鮮、欧米からの文化がこれに該当する。

このようにして日本は、無理に強制されずに学習したいことを選びながら必要なものを獲得してきた。自分に必要なものだけを獲得できたことは、すきな事、必要ではないもの見極め、断る姿勢を身につけることにもなった。

相互協力の文化で最も大切にされたものは「和」である。年月をかけて培われた感じ方が「和」であり、調和と平和に繋がるものとして重要視され、共通の考え方をもった国が「大和」である。ほとんどの人が思いやりを持って接することができるため、遠慮していても「理解してもらえる社会」口で伝える必要のない文化。何も言わずに穏やかな表情で悪意がないことを表せば、理解してもらえる社会。何も言わずに黙っていても伝わった気持ちになれるのが日本なのである。

これに伴い反対に最もあってはならないことは、和を無視して和を壊すこと。個人の色が濃いもの、他者と異なることは敬遠される。臭いものには蓋をする。これが最も美德とされる。

日本人は幼いころから「人が見ているよ」「恥ずかしくないの」と育てられ、人の迷惑になることだけはしないようにと教育され成長してきた。これは自分達と同類なものに対しての親しみであり、自分たちの感覚では理解できないものに対して強い拒絶になる。外国人に対する対応がこれらの例を見ることができる。

ある研究によると、海外で暮らす日本人は移住先の生活に溶け込み、日本人であるのかどうか判らないほどになるか、移住先に慣れることができずにマイナスの印象のみを残して早々と帰国するかのどちらか一方だとされている。自信の日本人としての自覚を保ちながら、海外での生活を送ることができる人が非常に少ないという結果を現している。

(4) 異教文化と和

日本古来の宗教は神道であり、神道と和の精神は互いの発展に強く関わった。社の発展に地域社会が存在し社会は氏神により強められてきた。この中に仏教が伝わった時、当然戦いは起きた。仏教は仏教として簡単に受け入れられることはなく、最終的に「和化」することになり最終的に神仏一体化となった。儒教も日本的な「和」を強める形で入ってきた。日本人にとって宗教とは「和」に仕えて社会の共通の益になるものなのであり、日本人の相互協力重視の生活に新たな生活習慣を持ち込み、和を乱すものであってはならないのである。日本人は宗教も、自分たちの相互協力の益になる要素のみを取り入れた。神道は日本の和の中心として地域社会に関わっていた。一方仏教は、血の繋がりとという共同体として力を守っていた。仏壇は多くの場合、信仰の象徴というより血縁の「かなめ」として機能を持った。そして儒教は「家元」や親子の協力を強める役割を負った。異なった宗教を取り入れても、常に和と相互協力からぶれることはなかった。

神道、仏教、儒教とどれをとっても「和」に繋がっている。日本古来から、和の伝統を強調してきたことにより今日の日本でも相互協力は根付いている。

(5) 自然災害に対する心構えの精神はできていた

日本人にとって津波、地震、火山などの自然災害は、新しい事ではなく、昔から存在していたことなので、常にあるものだと認識していた。古くからどのように向き合っていく

かを考えたことで、自然災害に対する準備はできていた。よって自然災害に対して多くの人が大変なことではないように振る舞い冷静な態度でいられるのは、昔からの日本人の災害に対する経験によるものである。また自然災害には慣れてきただけでなく悩まされてきた。日本人は厳しい気候や、限られた土地で農業を営む必要があり、そのために互いに協力し合う必要があった。日本人の我慢強さはこうした相互協力の長い年月の中で育まれたのかもしれない。

そして宗教である。仏教は一神教のような強力な神を持たず、自然災害は自然の一部であると見なすため日本人の心の支えになっている。家が住むことのできない状況となっても、道路が壊滅しても、すべてを元通りにして落ち着きを取り戻すようにする責任があると考えている。

3、文化性によりもたらされる PTSD (外傷後ストレス障害)の問題

東北の人々の忍耐強さは、PTSD の発生要因に関係しているのか考える

(1) 東日本大震災による東北の人々の PTSD の発生要因

「寒冷な気候風土に耐えて農業・漁業などに携わってきた東北の人々は、他人に迷惑を掛けてはならない、つらい事でも忍耐して自分で頑張りとおす、我慢・辛抱をぎりぎりまで続けるといった性格の人が少なくはなく、」(2)心理的な悩み・不安・弱音について口に出す人は多くない。これらにより深刻な問題となるのはPTSD (外傷後ストレス障害)である。

PTSD に関しては、我慢せずに泣いている人の方が安全であり、我慢強い人程症状が出るのが遅く酷くなるのが問題であるとされている。

(2) 震災による PTSD の対応策

PTSD は突然の不安、恐怖、無力感が起こる症状である。今回の大津波のような衝撃的な体験をした場合、誰にでも生じる可能性がある。被災の衝撃の大きさによっては、発症を完全に予防することは難しいかもしれないが、前もって対応しておくことで PTSD の症状を軽減することはできる。

PTSD は長時間、時期をおいてから発症することもある。大震災から数ヶ月が経過して当初の恐怖、不安感が収まってきた人は周囲の人を少し気にかけてながら生活することがよい。

また、震災による恐怖心それに目をそむけることなく、向き合うことで乗り越えること

ができる。時間をかけても正面から向き合えば、後の PTSD が発症することも抑制できる。そのためには、社会から孤立を防止し、身近なところからのサポートが得られやすい環境が必要である。そして本人が災害から受けた恐怖心に向き合うためには、震災に直面した人同士で、我慢をせずに自分の気持ちを話し合える機会を持つことが重要となる。もしも、「自分だけ生き残り申し訳ない」と感じて、辛い気持ちをもっている場合は、その辛さを抱え込まずに、素直な思いを身近な人に話し、共有し合うことで、気持ちを軽くもてるようにする。さらに気持ちをプラス考えられるような工夫をするなど、ストレスの対応も PTSD の予防に役立てることができる。

我慢強い東北の人々は、気持ちを打ち明けることで PTSD の防止に繋がる。

4、なぜ、日本人、特に東北の人々は忍耐力があり、礼儀正しいのか：恥の文化、儒教や仏教仮説の検証

日本古来の自然環境を理解し、外国との付き合い方を考える

(1) 悪条件の気候風土に耐えて身につけた精神が、震災で生かされた

本研究の結果は、日本人は忍耐力と礼儀正しさを兼ね備えている理由として、恥の文化、儒教や仏教にあるという仮説を支持している。以下にその論拠を述べる。

2011年3月11日に発生した東日本大震災で特に東北の人々は、被災し、家族を失い悲しみにくれるなか、それでもなお弱者を救済し助け合い、救援物資の受け取りにも混乱せず順番に並んで受け取るその姿が印象に残っている。助けるほうも助けられるほうも、お互いに「ありがとう」という感謝の気持ちをもち、暴動が起こったわけでもなく、焼き討ちも、取り乱す人もいなかった。このことは寒冷な気候風土に耐えて農業・漁業などに携わってきたことで、他人に迷惑を掛けてはならない、周囲と協力し感謝の気持ちをもちながら、辛いことでも忍耐して頑張り続けたことが、忍耐力と礼儀正しさの一員である可能性を示している。

(2) 恥の文化と罪の文化の違いで、考え方の中心が異なることを理解する

恥の文化は、忍耐強さ礼儀正しさの秘密であるという結果が得られた。

日本とは対照的なアメリカ等で見られる罪の文化が存在する。罪の文化の基準は、他人を意識した「恥」ではなく、お互いがどう感じるかであり、カトリックの「罪の意識」で

ある。他人への迷惑よりも自身の幸福が優先になる。社会に頼らないアメリカ人は、最終的に判断するのは自分だと考えており、他人がどう思っているかは気にならない。よってアメリカをはじめとする諸外国は自己主張が強いとされるのである。恥の文化を身につけている日本人は、緊急時でも落ち着いた行動がとれたことで、外国からは不思議に感じられたのではないか。

東日本大震災での日本人の忍耐強さと礼儀正しさを評価する声は多い。「素晴らしい緊急時の態勢ができていた。すべてが精密時計のような動きだった」(3)と、日本人の冷静な避難誘導ぶりや、他の国ではこうした状況下で簡単に起こり得る混乱や暴力、略奪などの報道がないこと、東京でも助け合いレストランや商店はペットボトル入りの飲料水を無料で提供し、トイレを開放したことなどに好感をもっている。日本人への敵対心が強い中国でも、「震災当日ビルの中で足止めされた通勤客が階段で通行の妨げにならないよう両脇に座り、中央に通路を確保していたことや、非常事態にもかかわらず日本人は「冷静で礼儀正しい」「防災訓練を受けていても怖いはずなのに、誰もパニックに陥る人は見受けられず「不屈の日本」」(3)同 と評価していた。

日本人の忍耐強さと礼儀正しさの秘密は、日本では土地やスペースは非常に貴重で、人々は協力すること分け合うことを学んできたところにあるのだといえる。

自分勝手な行動をとる者は日本でも存在するが、アメリカ人が基準にしている個人よりも、日本人は和を重視している。そのことは個々人の欲求を抑えることにつながったのではないか。今回の被災地で暴力行為などがほとんど見られないのは、こうしたことが理由にあるのだろう。また日本人が恐怖を感じないというわけではないが、日本人は子供の頃から「素直な気持ちは身近な人と共有し、外では自分の胸にしまっておく」という教育を受けてきたことにより、その精神は守られたのではないか。

「カリフォルニア大学サンディエゴ校の教授(日本ビジネス)のウルリケ・シェーデは、地震の5日後にシェーデはサンディエゴに戻り、震災に関するアメリカでの報道のトーンが日本での報道と全く違うことに気が付いて呆然とした。日本の報道が平静を保ち事実在即したものであったのに対し、アメリカのメディアのいくつかは「ヒステリックだった」と彼女は言う。」(3)同

以上により、日本人には恥の文化が十分に反映していると言っていいであろう。このように一連の結果はいずれも、恥の文化、儒教や仏教で説明できるものであった。

(3) 文化を超えて、相互理解を達成するために今後すべきこと

本研究の成果は、日本人の忍耐力の強さと礼儀正しさの秘密がわかれば、予期せぬ震災時での個人の対応の在り方、また、東北の人々をはじめ日本の良さを知り、外国との文化の違いを理解することができることである。

日本人は自分の考えをはっきりと発言しない、相手の出方をうかがった行動をとると海外言われているが、しかしその理由として日本には文化が由来しているのである。今後、今まで以上に日本の文化を理解してもらおうと共に、日本の考えをスムーズに受けとってもらえるように発信しなければいけない。

日本人は恥の文化、儒教と仏教により、忍耐力や礼儀正しさを獲得してきたが、儒教と仏教の精神をなぜ日本は受け継いだのか、どのような理由で重要視されてきたのかという、根本的な研究は多くはされていないようだ。今後この理由を解明し、明らかにする必要がある。

5、結論

本研究の結果は、東日本大震災でみせた日本人の忍耐力と礼儀正しさを備えている理由が恥の文化、儒教や仏教にあるという仮説を支持するものであった。調べてきた内容と照らし合わせても恥の文化、儒教や仏教が日本人の忍耐力や礼儀正しさを説明する最も有力な説である。

これから何十年先も、この善き文化を後世に残すために、日本の文化の背景と、日本古来の自然環境を深く学んでいくことは重要な課題になるだろう。また今後は儒教や仏教の精神を受け継ぐ理由となったその経緯や、文化性による PTSD の被害拡大を防止できる具体策を明らかにしなければならない。

以上のことから、忍耐力があり、礼儀正しい理由は、日本人が恥の文化や儒教、仏教を身につけてきたからであると結論した。

【引用文献】

(1) 『日本人の精神』 日にちは不明

http://www.risho.co.jp/goroku/ceo_analects/tg85.html (2011年 10月 4日アクセス)

(2) 『カウンセリングルーム』 2011年3月27日

http://charm.at.webry.info/201103/article_12.html (2011年10月4日アクセス)

(3) 『東日本大震災を乗り越えるために：社会心理学からの提言と情報』 2011年3月16日

<http://sites.google.com/site/jsspjishin/home/kaigai-news/lat-gaman> (2011年10月4日アクセス)

【要約】

東日本大震災という困難の中、なぜ日本人は忍耐力と礼儀正しさを保つことができたのか：恥の文化、儒教と仏教仮説の検証

日本人が忍耐力と礼儀正しさを備えている理由を探るために、文化や自然環境と共に、長い歴史の中を歩んできたことで、忍耐と礼儀正しさを兼ね備えているという仮説を提唱し、その検証を行う。

今年 3 月 11 日、東日本大震災が発生した。この困難のなかで日本人がみせた、忍耐力と礼儀正しさは海外から高い評価をえた。暴動も起こることなく、取り乱す人もみられな
い。配給される食べ物や飲み物を得るために、順番を守り、整列していた姿が印象に残っ
ている。

これは忍耐力と礼儀正しさを備えている理由とされ、恥の文化、儒教と仏教の存在が影
響している。また日本人は古くから「和」を尊重しており、震災時には、それが相互協力
として発揮された。

しかし海外から高い評価を得ることができた反面、忍耐力が強いことによる PTSD(外傷
後ストレス障害)の問題が指摘されている。

今後、日本人が備えている忍耐力や礼儀正しさを、何十年先も後世に受け継いでいくた
めに、日本の文化の背景と、日本古来の自然環境を深く学んでいくことは重要な課題にな
るだろう。また今後は儒教や仏教の精神を受け継ぐ理由となったその経緯や、文化性によ
る PTSD の被害拡大を防止できる具体策を明らかにしなければならない。

【キーワード】

- ・ 恥の文化
- ・ 儒教
- ・ 仏教
- ・ 仁と義
- ・ 慈悲
- ・ 自然災害
- ・ 気候風土
- ・ 相互協力
- ・ 罪の文化
- ・ PTSD (外傷後ストレス障害)