

2013年7月1日



ツェチュで踊る地獄の使者デュ・ナ

## 逆らいしぐさ

GNH研究所 代表幹事 平山修一

「タイって住みやすいよね、でも…」多くの人はこう思っているのではないのでしょうか。「日本と比べて汚い」、「食事が脂っこい」、「サービスが無い」など確か否定したくなる気持ちは分かります。

先日、友人夫婦の喧嘩の仲裁をする事がありました。奥さん曰く「夫はいつも私の言う事を否定する。一度だって【そうだね】って言ってくれない」、旦那曰く「そうじゃない。俺はいつも…」言っている傍からこれでした。もう会話が否定から入るのが口癖になってしまっているんでしょうね。

場所は変わってとある南アジアの国では意見の言い合いは当たり前です。街中の至る所で口論のような交渉を見る事が出来ます。仕事も同様で、相手の意見を否定し、相手が話している途中でも割り込み、自分の意見を声を大にして主張し続けます。

「お前の意見は全く持って検討はずれだ」面等向かってこのように言われたのも初めてのことでした。

そんなぞんざいなお国柄ですが、彼らなりに2つのルールがあります。一つ目は決して手を出さない事、言い争いは許容されますが、殴ったりする事は

タブーです。そして二つ目は年長者や階級の上の人の仲裁には従う事です。いくら自分の主張と違っても従います。

江戸時代の日本、「しかし」「でも」と言う事を【逆らいしぐさ】と呼び、会話の中で使わない訓練をしたそうです。分別のある大人は、文句を並べ立てて逆らうことをしない、年長者からの配慮ある言葉に従う事が正しいと考えていたのです。

確かに先述の友人宅ではありませんが、海外に出て生活をしているからこそより日本語の表現に敏感に反応してしまい、相手の些細な言葉使いに反応してしまいます。たまには自分の知らないうちについてしまった口癖を反省してみるのもいいかも知れませんね。

会話は勝ち負けではありません。だからこそ、会話は否定から入るのではなく、まず「そうだね」、「そういう考え方もあるよね」と肯定から入る癖をつける方が良くも知れません。まず相手の考え方を認めてあげる事が大事ではないかと思います。

## コラム① GNHは何結び？

大橋昭浩

「もやいなおし」という言葉を初めて教えていただいた時、「いい言葉だな」と思いました。この「もやいなおし」は、「ばらばらになってしまった心のきずなをもう一度つなぎあわせる」という意味で、水俣地域再生の合言葉のように使われている造語です。元々「もやう」とは船と船をつなぎ合わせることを意味します。意外であったのは、造語であるということ。あたかもこの地域では古くから使われてきた言葉と思えるほど、土地柄や風土にじっくりしています。

ボーイスカウトでは、ロープを扱うことが多いのですが、ロープワークの基本中の基本ともいえる結びに「もやい結び」があります。人命救助においても使用する結びですが、元々は、船の帆の縁を船首側に引っ張るためや、まさに船を係留ために使用されてきた結びです。この結びでつくった輪は、荷重がかかっても結び目の部分が動かず、輪の大きさが変わりません。自然に解けにくいのですが、必要となれば割と簡単に解くことができるため、このような用途で使用されてきたわけです。

「ばらばらになってしまった心のきずなをもう一度つなぎあわせる（＝もやいなおし）」ために使われる結びは、「もやい結び」で、この結びは、一度結んだらそう簡単には解けない結び方なのです。

もうひとつ「結び」についてのお話。みなさんは、「叶結び（かのうむすび）」という結び方をご存知でしょうか？儀式用や守り袋、念珠などに使用され、縁起の良い、めでたい結びとされています。

結びの表と裏で形がまったく異なり、表は、四つ目で口の字に見え、裏は、十の字に見えるので、「口」+「十」＝「叶」となるため、こう呼ばれるのです。「よろず願いごとが叶う」とされ、組み紐をこの結びにして肌身離さず持ち歩く方もいるそうです。



もやい結び



叶結び

そんな「叶結び」ですが、日本だけで使われる結びではないのです。ボーイスカウト仲間によると、ボーイスカウトは皆首にネックチーフを巻いて、通常はチーフリングでそれを留めているのですが、国際行事などで外国スカウトがチーフリングの代わりにこの結びを使用している姿がよくみられるとのことでした。表の口の字に見える結びが、手を取り合っている様子にもとれるからか、「友情結び」と呼ばれることもあるようです。

「もやいなおし」は「結び」または「結ぶ行為」を由来とする水俣の方々の願いを体現する言葉と言えます。「叶結び」は、逆に「願い（願いを叶えて欲しいという思い）」を体現する「結び」と言えるかもしれません。

「もやい結び」は、強固な結びで、自然には解けにくい結びなのですが、必要に応じて簡単に解くことができます。人と人の結びつきにおいても、強固な結びつきが場合によっては、悪い方向に物事を進めてしまうこともあるかもしれません。そんな時は一旦、思い切って結びを解くことも必要なのかもしれないですね。

仏陀は、楽器の調弦の大切さを歌う歌声から中道の悟りを得ましたが、ロープワークも、目的に応じた、ちょうど良い結び具合が重要です。それは、人と人との結びつきにも当てはまるかもしれませんね。ただ現代においては、今にも解けそうなくらいの弱い結びつきが自分にはちょうど良い結びつきと感じている人が多いのかもしれない。

ちょうど良い「結び」を再発見または再構築することは、GNHの実践・向上にとって重要な要素と言えますね。GNHを実践するための結びは、何結びでしょうか？やっぱり「幸せ結び」ですかね…

大橋 昭浩（おおはし あきひろ）

GNH研究所 研究員

公共施設運営受託業務に長年従事し、公共施設からGNHを発信し、地域住民が充実感を持った生活を送るための一助となる施設運営やプログラム・イベントの展開に取り組む。ボーイスカウトの指導者でもある。

## コラム② 人を大切にする幸せの国 キューバ

渡辺裕文

ネットワーク『地球村』では、2011年の「世界一幸せな国ブータン」ツアーに引き続き、昨年「人を大切にする国キューバ」ツアーを行いました。アメリカの経済封鎖の中、物質的には貧しいながらも、精神的には豊かに幸せに暮らしているキューバの人たちに、GNHの「マインド」を感じました。

### 【モノはないけど、豊かな国】

キューバに到着したのが夜。いきなり驚いたのが、海外からの窓口である空港のトイレで、便器がなかったり、壊れていたりしていました。街中も派手なネオン、余分な外灯はなく、外へ向けての無駄な明かりは全くといっていいほどありません。物資もエネルギーも必要最小限でやりくりしています。

アメリカで作られたフォード社などのクラシックカーがここではまだ現役。持ち主自身がペンキを塗りかえ、修理しながら、大切に車を使っています。街角には靴の修理屋があり、靴底を張り替えて使うのは当たり前。市場ではケチャップなどを使い古しのペットボトルに詰めて売っています。古くなったタイヤは組み合わされて植木鉢に。極めつけは、使い捨てライター（写真）の修理（写真）。ガスの補充は2ペソ（10円）、修理は3ペソ（15円）で行われています。その器用な手作業は、みていて惚れ惚れするほど。この国には、無駄なもの、使い捨てされるものが全くありません。

モノはなくても、どこへ行っても笑顔で明るく迎えてくれるのは、他の南米の国々と同じ。そして、キューバには犯罪らしい犯罪はほとんど無いのです。

### 【災害救助は世界へ】

キューバの医療技術は先進国並みに充実しており、「最大限の医療」が無料で受診出来ます。国内ばかりではなく、中南米の国々から医学生を受け入れて技術を世界へ広めたり、災害が起きると医療団を派遣するなどの世界貢献もしています。「パーティーにはみんな集まるけれど、不幸な時は本当の友だちしか行かない。だから我々はどこへでも向かう（災害担当の陸軍大尉）」

モノを大切にする国は、人も大切にする国なのですね。

### 【エス・タス・コンテンツ？】

GNHの国ブータンで聞いたのと同じように「エス・タス・コンテンツ？（アー・ユー・ハッピー？）」といろいろなところで聞いてみました。大人も子どももみんな、「Si!（はい）」と答えてくれます。特に老人介護施設を訪れた時の反応は、「もちろん！とっても幸せだ」と体全体でその幸せ感を表現してくれました。キューバ革命、キューバ危機、経済封鎖など普通に生きることにすら困難な時代を経験した彼らだからこそ、今の幸せ感をより強く実感しているのだと思いました。

### 【人を大切にする国】

社会主義国のキューバは、医療費は無料、教育費は無料、パンやミルクなどは配給で、国民の大半が国から給料をもらう公務員ですから、基本的な生活は満たされています。社会主義国をソ連や中国、北朝鮮などの印象で全て同じようなものだと思っていました。しかし、実際に訪れてみると全く違っていました。「公務員」が、医者や教師だけでなく、ホテルやレストランで働いたり、サルサショーで踊ったりしています。国のため、生きているみんなの幸せのため、という思いがキューバで接したすべての人から伝わってきました。人を大切にする国は、みんなの幸せをみんなが考える国だと感じました。

写真は、市場にいるライターの修理屋さん



渡辺 裕文（わたなべ ひろふみ）

GNH研究所 会員

NPO法人 ネットワーク『地球村』事務局次長。環境省環境カウンセラー。



東京定例会合の様子

## 東京定例会合報告 2013年6月15日開催

文責 平山雄大 (GNH研究所 東京事務局)

### ● 会合概要

- ・日時 2013年6月15日 (土) 10:00~13:00
- ・場所 早稲田大学 16号館 606教室

### ● 内容

今回は、GNH研究所代表幹事 平山修一によるワークショップが開催されました。実際に岡山県のNPOと共同で行うアンケートに、ワークショップで話し合われた内容を盛り込みたいという意図のもと、今まで日本の自治体によって提出された幸福度指標の課題を指摘し、それらを克服した新たな指標にはどのような構成要素が含まれるべきなのか、主観的なもの・客観的なもの双方から考量しました。

発表によって、今までの幸福度指標の中の、①主観的幸福の取り扱いが不明確である、②幸福を感知する心の問題を取り扱っていない、③指数をどう使うのかが明確でないといった諸問題の存在が解明されました。またそこには、「そもそも幸福度は比較するべきものなのか?」、「項目にアンケートされる側である住民の想いは汲み取られているのか?」といった疑問も内在していることが明らかになりました。

幸福度指標の課題を確認した後、GNHの定義、幸福度の計算式 (私案)、幸福度を構成する要素

(②人として生活するうえで根底をなすもの、②幸福感受性を自律し高める要素、③幸福感受性を育む要素) 等を再確認し理解を深め、ワールドカフェ方式の話し合いを行いました。

話し合いの前半では主観的な幸福度と客観的な幸福度を測る要素を抽出し、後半では前半で出された

ものを踏まえ、幸福感受性を高める要素を検討・考察しました。参加者から出された意見 (一部) は以下の通りです。

### ◎ 主観的な幸福度を測る要素

笑っているとき、ビールを飲んでいるとき、家族と過ごしている時間、健康なとき、人の優しさに接したとき、自分が受け入れられていることを知っている状態、不安感がない状態。

### ◎ 客観的な幸福度を測る要素

平均寿命、平均収入→「平均」を意識すると他人と比較しはじめる。情報量の多さによって人の幸福度は変わる。

### ◎ 幸福感受性を高める要素

働いている時間を減らす。自己肯定感。多様性のある中で成長する→幸福を感じやすくなるのでは?好きなことと仕事が重なっている状態。1人では幸せは感じられない→人の幸せを自分の幸せに思える (ように意識する)。周りからの影響、他者との繋がり→努力してコミュニティを作っていくことも大切なのでは? 多様性の理解→「共存」。苦痛に対して意味が見出せるかどうか。外部的視点を持てるかどうか。

今回の会合には、初めて参加されるかたや数年ぶりに参加されたかたが比較的多くいらっしゃり、新たな視点が加わるとともに積極的な意見が多く出されたため、議論が盛り上がり有意義なワークショップが行えたと思います。次回東京定例会合は、9月8日 (日) に開催予定です。

# 『happy』という映画を通じて、 私たちそれぞれの幸せの形について考えませんか？

上映会レポート 2013年6月15日開催

文責 朝生賀子 (GNH研究所 会員)

## ●上映会概要

- ・日時 2013年6月15日(土) 15:00~17:30
- ・場所 早稲田大学 16号館 606教室
- ・主催 一般社団法人musubite
- ・共催 GNH研究所

## ●映画紹介

『happy しあわせを探すあなた』

監督：ロコ・ベリッチ 2012年 アメリカ 76分

日本人プロデューサー清水ハン栄治と共に5大陸16か国を巡る4年間のロケを敢行し、心理学や脳医学の世界的権威と幸福度を高める鍵を読み解くドキュメンタリー。ルイジアナ州の湿地帯・ナミビアのカラハリ砂漠・ブラジルのサーフィン村・ブータンの山麓・東京新橋のサラリーマン街などを取材し、コルカタの貧しい人力車ドライバーの知恵やマザー・テレサの家で重病者の介護のするボランティアの思いやり、そして世界有数の幸福度の研究者の知識に耳を傾け、現実の人間ドラマと最先端の科学を掛け合わせることで、幸福度という謎を明らかにする。

## ●実施報告

上映会には24名の方にご参加いただきました。作品上映の前後に以下の問いを立て、できるだけ多くの参加者同士が触れあえるようワールドカフェ形式により、参加者が5つのテーブルに分かれ問いごとに席替えを繰り返しながらの対話を実施した。

- ・問1 『happy』という映画に期待していることは何ですか？
- ・問2 『happy』を見て、率直にどんな感想を持ちましたか？
- ・問3 自分が幸せな人生を送るために、大切にしたい要素は何ですか？

問1 に対しての答えは、「特に何も期待していない」「漠然と興味があって」「科学的なアプローチを知りたくて」など様々で、問2についても、「結局何が云いたいのか分からなかった」という感想や、それに対して「ひとつの正解を示すのではなく様々な幸せの形を提示することで考えてもらおうと

いう意図ではないか」という感想があがったり、作中で多くの幸せの形が示されるなかほぼ唯一の具体的な不幸の例として日本の過労死が取り上げられていることについて、それぞれの現状を顧みて意見を出しあったり様々だった。問3については、対話の前に各自が自身の幸せについて考える時間を設けたうえで各々が発表、互いに感想を述べあい、それぞれの幸せの形について考え共有する良い時間となった。

最後に、参加者全員で共有したいこととして意見を求めたところ、「自身の幸せにとって必要な要素は考え尽くした感があったが、今回の多くの方との対話で、それ以上のヒントを得られたことがとても良かった」という感想をいただいた。

そこで、幸せにとって必要な要素のキーワードとして〈時間〉があがった。そこから「〈時間〉とは、個人においては生まれてから死ぬまでのことで〈命〉そのものを指しているのではないか。一方、やはり幸せに欠かせない要素として〈信仰心〉というキーワードがあがったが、これは特定の宗教・教義への帰依を指すのではなく、例えば食事のとき「いただきます」と手を合わせる気持ちや、自然にふれて心が癒される感覚など、人間のみならず全ての〈命〉への畏敬や感謝の気持ちを指し、日本人が永く培ってきた感性だと思う。全ての〈命〉に包まれながら生きているという安心感が、幸せを感受する基礎を支えているように思う。そういった〈信仰心〉は個人の〈時間〉を越えて受け継がれる〈時間〉でもあると思う」という意見に発展した。

## ●所感

幸せについては、切実な問題としてそれぞれがそれぞれの暮らしの中で常に思いを巡らせているものだと思う。しかし、それを具体的に言葉にし、声にし、それについて対話をするという機会は思っている以上に少ないのかもしれない。今回は多くの参加者が初対面だったのにも関わらず、映画を通じて考えてみるという時間を設けたことで、それぞれの漠然とした思いが言葉として整理され、さらに対話によって発展させることができたのではないかと感じている。

## 掲示板

### ● GNH研究所 公式Facebookページ開設

このたび、GNH研究所では、積極的な情報発信や新たな会員の獲得を目的として、公式Facebookページを立ち上げました。Facebookのアカウントをお持ちの方は、ぜひアクセスしてみてください。URL：  
<https://www.facebook.com/GNH.study>

### ● GNH研究所 勉強会開催中

東京事務局の平山雄大が中心となって、月1回のペースでGNHに関する勉強会を開催しています。これまで、「GNHの開発政策への適用(4月)」「GNHの指標化(5月)」「GNHの世界への発信(6月)」という題材で、それぞれ発表と質疑が行われています。7月の勉強会については下記の通り開催予定です。

- ・日時：2013年7月14日(日) 10:00～12:00
- ・場所：早稲田大学 11号館 504教室
- ・発表題目：「GNHとGNH教育—ブータンにおける新たな教育の展開とその限界—(仮)」 平山雄大 (GNH研究所研究員/早稲田大学教育総合研究所助手)

参加を希望されるかたは、「1.氏名、2.連絡先(電話番号及びメールアドレス)」をメール本文に記載し、平山雄大 ([hirayama12345@hotmail.com](mailto:hirayama12345@hotmail.com)) まで。

### ● 環境省『平成25年版 環境白書』作成協力

先ごろ、公開された『平成25年版 環境・循環型社会・生物多様性白書』(環境省)のP.53に「ブータン王国とGNH(国民総幸福量)」と題したコラムが掲載されております。本コラムは、当研究所の代表幹事・平山修一、および、研究員の瀬畑陽介が作成に協力しております。環境省のホームページ (<http://www.env.go.jp/policy/hakusyo/>) で閲覧可能です。

## 編集後記

● 現在、ブータンで歴史上2度目の総選挙が行われています。国民議会の予備選挙が、去る5月31日に実施され、本選挙に進む2政党が絞り込まれました。本選挙の投票日は7月13日。ブータン国民の新たな選択に注目しています。(藤原整)



ウォンディ・フォダン・ゾンの夜明けのトンドル (大掛仏画)

## GNH研究所 ニュースレター 第6号

発行元 GNH研究所 (代表幹事：平山修一)

<http://www.gnh-study.com/>

発行日 2013年7月1日

編集者 高田忠典 (GNH研究所 研究員)、藤原整 (GNH研究所 研究員)

著者 平山修一 (p.1)、大橋昭浩 (p.2)、渡辺裕文 (p.3)、平山雄大 (p.4)、朝生賀子 (p.5)

写真 瀬畑陽介 (p.1.6)、大橋昭浩 (p.2)、渡辺裕文 (p.3)、藤原整 (p.4)

※全ての著作物および写真の著作権は、上記の方々に帰属しています。