

西真寺通信

令和七年夏号 発行 西真寺

●「自文化中心主義」と 移民問題について

「自文化中心主義」とは、自分が育ってきた集団や民族、人種の文化を基準として、他の文化や文明を否定したり、低い評価をする態度や姿勢を指します。自分が持つ価値観や常識が普遍的で優れており、これを基準として、他の文化は劣っていると判断する姿勢は、かつてのファシズムであり、日本の八紘一宇の思想を生み、現在では、トランプ主義に多くみられる「白人至上主義」を生みま

す。
最近のインバウンド（外国人が訪れてくる旅行）の影響による経済効果や、テレビ番組で「外国人が選ぶ〇〇ベスト〇〇」などを垣

間見ると、日本人が「自文化中心主義」を推す潮流の常態化に驚いてしまいます。

私の「自文化中心主義」を考えると、食文化に関する行動が上げられます。昨年の2月に長男の留学先であるイギリスに旅行してきました。渡航前からイギリスの食事はまずいというイメージがあり、朝食以外、全て他国の料理しか食べませんでした。さらに朝食後に胃がもたれ、気分がすぐれないことや、イギリスのトイレ事情も含めて、日本の和食のすばらしさ、トイレのきれいさが際立つ印象を持ったまま帰国しました。

帰国してから気づいた事ですが、朝食後の胃もたれは、日本ではグルテンフリーを貫いているにも拘ら

ず、オートミール（オーツ麦）を食べ、トイレの回数が増えていたからだと思ってきました。そして、イギリスは植民地時代から様々な領地の料理を食すことに慣れ、自国の料理を追求する必要が無かった為、食文化が育たなかったと考えられるようになりました。感覚と感情が突出し、「情動」（心の渦）に支配されると思考能力は低下する、とユングが指摘していたことを思い出しました。

仏教では、唯識に示されるように、私自身の虚妄さ、日本や食文化への執着心が「自文化中心主義」を生むのかもしれない。日本の食文化とイギリスの食文化を比較して優劣をつけたがる傾向（分別心）は、相対的に見る目と「事実」を捉える心を見失うようです。

私たちは、本来「分別心」を持ち、自己の生命を守ろうとする防衛本能を発揮すれば、時代を超え「自文化中心主義」は、「排他的暴力」としていつでも発現するのだと思います。

しかし、その「自文化中心主義」を持ちながら自覚することは出来ると思えます。その場合、社会情勢に見受けられる「排他的暴力」に対し常に疑問を投げかけ、反駁し続けなければなりません。なぜなら、この分断を生み出す暴力は、常に他者と比べながら生きることで「情動」に飲み込まれ、常に「排他的暴力」を発現し、内省能力を失うからです。これが「自文化中心主義」が常態化する理由だと思えます。

この「自文化中心主義」に対し、「文化相対主義」は、「排他的暴力」に歯止めをかけてくれる考え方であると思えます。「文化相対主義」は、全ての文化はそれぞれに価値のあるもので、その中には優劣や善悪は存在しないという捉え方です。文化に序列は無いとする考えは、自文化の絶対化を緩和させ、自文化を通じて自分自身の内面を浮かび上がらせてくれます。

日本において、「文化相対主義」が生まれにくい社会性を象徴しているのが移民問題です。（4頁に続く）

トランプの創り方から学ぶ 学習理論と文化相対主義

●見習いが学習する成功モデル

トランプが実行する「自文化中心主義」による「排他的暴力」は、止められませんが、トランプの「自文化中心主義」はどのようにして生まれたのでしょうか。先日、『アプランティス：ドナルド・トランプの創り方』（アプランティスII見習い）という映画を観ました。

20代のトランプが、伝説の弁護士ロイ・コーンに導かれて、トップに成り上がるまでを描いた映画です。その伝説の弁護士ロイは、成功の方法について、三つのルールを提示します。一つ目は「攻撃攻撃」です。二つ目は、「非を絶対に認めない」。三つめは、「勝利を主張し続ける」です。トランプは、この三つの成功の方法を学習し、ロイを超える怪物に成ったのです。

人間という生物が、この三つのルールを学び、実際に体験することで無意識に枠組み（フレーム）が形成され、似た体験に接すると「情動」が支配し、スキーム

（自動思考）が作用します。そして、このスキームは確信に変わり、信念（ピリフ）となり、成功モデルになります。この成功モデルは、「事実」を自己中心的に捉え、歪んだ「情動」に支配される悪循環と考えられます。

とりわけ、この「情動」に左右されずに自分にある「事実」のみをありのままに認識し、認知することが「文化相対主義」につながると考えられます。なぜなら、人間は、自己を知らないことから、不安に陥り、虚無感や虚偽感を感じると他者を攻撃し、「事実」を歪め、自分を理想化して防衛的な「情動」に支配されるからです。

心理療法で、「認知行動療法」という学習理論があります。認知の歪から起る思考の誤りに修正を加え、「情動」に左右されない意識行動を得るといふものです。この学習理論を悪用することで、怪物トランプは創られたと私は感じています。但し、「認知行動療法」には、メタ認知という考え方があり、自分の「事実」のみを認知する点では異なる理論です。

メタ認知とは、自らの認知の歪みメタ認知における「身体性」欠如を、さらに認知して、自分の視点をの限界があると思われれます。

変えることで「情動」に支配されない自分を形成する考え方です。自分と、もう一人の冷静で客観的な判断をしてくれる自分を習得する「メタ認知」という脳科学の理論です。メタ認知は、仏教に置き換えれば、自が創始した自己探求法です。

力による仏性の開発法です。仏教との違いをあえて指摘するならば、「内観療法」のものは、浄土真宗の秘儀である「身調べ」という修行な「象徴」が欠けている点です。まず、食わず、寝ずで、徹底的に

トランプが辿った、地位と名誉とお金を貪る成功モデルの学習理論にその間に先輩らが交代で激励は、他者と共有できる「世界観」が無

く、その中心に必要な相対的「象徴」も存在せず、自分が中心に位置していることが理解できます。トランプが吸収したスキームは、ロイから学んだものです。しかし、トランプは、ラウマケアとしても適応としてい最後はロイを敗者として見下し、利ます。現在では、刑務所、少年院用することで勝者に君臨し、メタ認知などの矯正施設、企業の研修、精神科、診療内科、終末期医療の現場で適用されています。海外で

「認知行動療法」の相対的なメタ認知を獲得する目的として、近年、「マインドフルネス」や「内観療法」が諸国、アメリカ、中国、韓国、スリ注目されています。この背景には、ランカなどでも普及しています。

具体的な方法は三つの質問に対して調べていきます。自分にとって大切な人々である母親や父親、祖父母、兄弟、配偶者、子どもとの関係の中で、「していただいたこと」「お返ししたこと」「迷惑をかけたこと」にそつて調べるのです。

千石真理は、「内観は三つのテーマで自己を振り返る過程において「事実」を再認識し、認知の修正が起

ることから、東洋式認知療法と称されることもある。しかしながら、内観によって沸き起る懺悔、感謝、幸福感は、通常の認知療法では、決して得られるものではない」と述べています。

千石は、認知行動療法では得られない日本独特の「生きがい」という概念は、現在欧米で「Kigai」として関心を得ていることから、内観療法との違いが明らかであると指摘しています。トランプが実行している三つの学習では得られない概念であることは確かでしょう。

また千石は、「内観は他者との絆

や繋がり感に関する認知修正法、治療法である」と述べています。内観

は、三つのテーマを調べていくと、自分の内にある他者との和解から、自己の価値観を転換していく作業であることが理解できると思います。そして、その価値の大転換により、愛着関係の見直しが行われ、報恩感謝の感情が心の奥底から湧き上がるという「生きがい」につながっていくのです。

この価値の大転換は、親鸞の「回心」として置き換えることができると、私は領解しています。

親鸞は幼少の頃、両親と生き別れしており、9歳で得度し、比叡山で修行に入っています。親鸞は、「母性の喪失」から「原初的信頼」に難があり、法然に出遭うまで苦悩します。法然とその後の恵信尼との関係性から、愛着関係の見直しが行われ、「回心」につながったと考えられます。

法然と恵信尼は、親鸞にとっての光とぬくもりであり、内観療法と同じ報恩感謝の念仏へと大転換されたのです。

親鸞は、法然との出遭いから自身自身を知る過程を得ました。この過程は、傷ついた「自己愛」の修復作業であったのです。

実際に「自己愛」と関係が深いと考えられる「自己中心性」が内観療法によって自覚され、独立した存在としての他者の認識が促され、「自己愛」に影響を及ぼしていることが分かっています。(中村晃・三木善彦・三木順子(1999))

このように、「認知行動療法」と「内観療法」、「自己中心性」と「自己愛」の関連を考察していくと、トランプの「自文化中心主義」を「文化相対主義」に転換させる方向性が見えてきます。トランプの価値観を相対化するには、我々自身が立ち止まり、今の社会情勢に疑問を持ち、常に分析する姿勢が必要になるのではないのでしょうか。

また、「認知行動療法」と「内観療法」の違いは、自力と他力による創造性にあります。「認知行動療法」は、あくまでも自分自身の視点を変える過程、つまり自力重視の考え方にスタンスがあります。一方、「内観療法」は、人との繋がりに成長する過程に創造性があり

ます。自力的な側面は、メタ認知でも一貫されている考え方だと思えます。これは、欧米の個人主義から発展した自動思考であり、日本における、全体から個を捉える点において異なると考えられます。

いずれにしても、「認知行動療法」と「内観療法」に自力・他力での優劣はなく、相補関係にあると考えられます。そして、「認知行動療法」と「マインドフルネス」に共通する自力的側面、「マインドフルネス」と「内観療法」に共通する「身体性」は、互いに、相補性を示しています。

近年、マインドフルネスが世界的に脚光を浴び、ビジネスや医療機関での実践を可能とする、「仏教の商品化」が既に進んでいる現状があります。これは、仏教の禅定の商品化とも言える現象です。この現象は、認知科学が脳のみを対象とする考えから、「身体化された心」を意味付けするものです。禅定とは、座禅のみならず、念仏三昧が含まれている概念なのです。

亀田製菓の会長、ジュネジャ・レカニジュ氏が「日本はさらなる移民受け入れを」とAFP通信(フランスメディア)の取材で発言したとしてSNSで炎上し、株価が急落するという報道がありました。

亀田製菓の会長がインド出身(日本国籍)に加え、コメの一部の原料を中国産としていることに対し、過剰にネットで反応した結果です。実際に移民という言葉は使われていないし、「海外から人材を受け入れる」としか発言していない為、拡大解釈していると捉えられます。

この株価の暴落につながる一連の動きは、亀田製菓の会長がアメリカ人であったら起こりえない現象ではないだろうかと感じます。インド人は日本人に比べ、無意識に「半開」(発展途上国)だとする、日本人の「内なる優性思想」(差別心)が引き起こす、無自覚な稚拙行動であると考えられるのです。

日本政府が技能実習生の労働力を搾取する構造自体が、移民

政策における方針の一環ですが、実際には単純労働と安価な労働力に頼りながら、建前で移民という言葉を使わないだけです。

AFP通信から見れば、本音と建前が乖離している日本の移民政策の特徴に焦点化するよりも、フランスの移民問題と照らし合わせて扱う方が、自国に向けた報道内容として至極当然の内容であります。

そして、アフアーマティブ・アクション制度(注1)により、既存の規制社会から漏れた外国人弱者に対する可能性を重視するフランスと、移民を全く信用していない扇動者による信奉者が中心勢力の日本とは、比較する価値も持ち合わせていないと思います。

亀田製菓の炎上から、日本の移民政策に将来はあるのだろうか、そもそも日本社会に将来性はあるのかという疑問が湧いてきます。

亀田製菓の不買運動に参加する、扇動された日本人が移民に反対する理由にまず挙げられるの

が、犯罪率の増加です。しかし、アメリカのデータによる分析では、移民の家族を安定させることで、犯罪率の低下する傾向が認められています。(Ousey and Kubin 2009) また、イギリスを対象にした研究でも、移民の占める割合が20%、30%となる移民の集住地では、犯罪率が低下する結果が確認されています。(Jaitman and Machin 2013; Bell and Machin 2013:147p)

また、永吉希久子は、移民との良好な接触経験が持てるように制度化されることで、偏見を低下できるという研究から、「人々の意識の面での移民の包摂も可能にすることが示唆されている」と指摘しています。

以上のことから、移民反対の扇動者は移民との接触がないことから、顔が見えないことによる防衛的な反応が移民問題の偏見に認められます。

移民が増えると犯罪が増えるとする偏見はどうして生まれるのでしょうか。知らない人達や人種に対して、内なる悪を投影する行為自体、未熟で防衛本法が強いことの現れではないでしょうか。戦時中の鬼畜米英などはその典型的な例であり、外国人との関係性や接触の欠如から起こる現象であると思います。海外の研究のみならず日本においても、移民増加に対する態度や、移民に対する否定的な認識は、移民との接触がある場合に抑制される効果があるということが確認されています。(大槻 2006; 田辺編 2011; Nukaga, 2006)

インド人を見下す日本人は、インド人を知らないし、そもそも知ろうともしない姿勢であるから、無責任に批判できるのではないのでしょうか。移民に対する、関わり合うことで生まれる偏見と差別の是正、移民の教育の施策による高度人材確保と社会保障などの権利付与は、先延ばしできない移民の社会的包摂に至る過程における前提条件であると思います。偏見による差別は、「情動」によって沸き起こり、「排他的暴力」を生む源泉なのです。

(注1)「積極的格差是正措置」を指し、能力を発揮しにくい環境に置かれている場合に、こうした状況を「是正」するための取組みを意味します。