■ 特集「共にある」

「地球、自然、人とともに生きる」試論としてのエコサイコロジー

川 浦 佐知子 （南山短期大学講師）

2000年の正月、軽三輪の“トライショット”が忙しく走り回るスリランカの首都、コロンボでアメリカのヒットチャートを賑わす人気ポップシンガー、リッキー・マーティンがペプシを片手に微笑むビルボードを見た。その二ヶ月前、カリフォルニア、サンフランシスコのショッピングモールに流れる、宇多田ヒカルの歌声を耳にした。人、モノ、情報が激しく流れ、世界のあちこちで多くの人が同じようなモノを消費している現実を目の当たりにすると、誰もが同じような価値観を持って生きているような錯覚に陥る。しかし、そのような「グローバリゼーション」が表層的なものである証拠に、国際紛争、民族紛争、内戦、内乱などが世界各地で頻繁に起きている。民族、文化、宗教、国の違いを互いに理解しつつ、ともに生きることの難しさが露呈する現実。一方、日本国内でも次々と起こる暗澹たる無差別殺人、保険金殺人、オウム真理教などに代表されるカルトの台頭など、蓄積する社会問題が、「他者とともに生きる」ことはおろか、「自分自身とともにある」ことさえも放棄してしまった人々の現実を垣間見させる。

他者とともに、そして自分の真実、責任といったものとともに生きることがますます難しくなっているこの時代に、「自然とともに在る」ということは何を我々にもたらすのか？　様々な社会問題、現代人の抱える心理的障害と自然破壊の問題はどんな関係があるのか？　こうした現実の中で、地球という惑星に宿るいのちの一部として自分を意識することに果たしてどんな意味があるというのか？　こうした問いに様々な角度から取り組もうとするのがエコサイコロジー。自然を自己の「外」にある環境、あるいは資源として捉えるのではなく、すべてを生み出すマトリックス、すべてを統合する全体として認識し、その一部としての人間、自己を考えていこうとする新しい試みである。現在、比

較的緩やかな定義の下、様々な仮説、方法論が論じられているが、ここでは、「ともに生きる」試論としてのエコサイコロジーを、99年度の授業の様子を中心に紹介してみようと思う。

Ⅰ．エコサイコロジー、その焦点とアプローチ

これまでエコロジーというと、どのようにして自然環境を守るか、どのように自然資源を有効に使うか、どのようにリサイクルを徹底させるか、といった点に論議の焦点が置かれてきた。社会運動でもあり、哲学の一派でもあるディープエコロジーの創始者の一人であるアン・ナエスは、このようなエコロジーを称して「シャロー（浅い）エコロジー」と呼び、自然を人間のために存在するモノとして捉えるその根本的視点を批判している。もちろん、現存する原生林や湿地、絶滅に瀕する種をどうしたら救えるのか、そしてどのようにしたら我々の生活を支える様々な資源をより有効に使えるのか、を考えることには意味があるし、必要性もある。しかし、ナエスは自らが提唱するディープエコロジーを通してそれでは十分ではないと言う。我々に必要なのは“self-identification with nature（自然と自己との一体視）”だと彼は説く。人、そして自己を、自然といういのちのマトリックスの一部として認識し、そういった認識の下に生まれてくる倫理にもとづいて生き、行動しようと説くナエスの哲学を、エコサイコロジーはその基盤として共有している。

エコサイコロジーはディープエコロジーと多くの共通項を持ちつつ、自然と人との関係の心理的側面、特に自然とともにあることによって起こる癒し、そして自然との関係が断ち切られることによってもたらされる精神的、心理的影響に焦点を当てる。創始者であるセオドラ・ロザック、マリー・ゴメス、アレン・ケナーが編集する『Ecopsychology: Restoring the Earth, healing the mind（エコサイコロジー：地球を守り、心を癒す）』で、ワールド・ワッチ・インスティテュートの所長であるレスター・R・ブラウンはエコサイコロジーのミッションとして、1）人と、人がそこから生まれ出た自然との間に存在する心理的、感情的つながりを尊重する；2）先進諸国での人々の消費習慣を、地球、ひいては自己を蝕む現代人の「中毒」として捉え、考察する；3）心理学が長く取り扱ってきた「正気」、「狂気」、「正常」、「異常」といった問題を「自然」という枠組みの中で定義しなおしてみる；4）どのような特性を我々は“human nature（人間の本質）”として持っているのかをより深く理解しようと試みる、という点を挙げている。具体的には、子供の成長過程における自然とのつながりの重要性の再考、消費主義に代表される現代の都市におけるライフスタイルや、空虚な自己を仕事、食べ物、モノで一杯に満たそうとする現代人の在り様の考察、「ネイティブ」と呼ばれる人々が代々受け継いできた、

その土地、その地域に特有の自然風土に根付いた知恵や文化の検証、ウイルダネス（wildness）体験が都会で非行に走る子供たちにもたらす癒し、犯罪者の更正プログラムの一部として取り入れられた野菜作りの効用など、多岐に渡って「自然と人とのつながりの在り様、可能性」について議論、検討がされている。

私自身が特にエコサイコロジーにおいて注目したいのは、その「感情」の取り扱いだ。従来のエコロジーは、「環境破壊」が引き起こす否定的感情を取り扱ってこなかった。しかし、だからといって人々の胸中に、自然破壊に対する悲しみ、怒り、とまどい、恐怖が去来しなかったわけではない。60年代、70年代に初めて目にした、「公害」によって背骨の曲がった魚や、異常出産などは私達を十分不安にさせたはずだが、その時代にはそういった不安や恐怖といった、人々の感情のレベルでの反応を受け止める受け皿はなかった。むしろ、「自然」を「人間社会」の対極に押しやり、コントロールすることで、「産業の発展」という目標を達成しようと試み、そのためには「公害」という多少の代価はしかたがない、と見るむきが多かったのではないかと思う。自己を「自然」の外に置き、それから徹底的に切り離すことで、「痛み」を感じないようにしていた、と言えるかもしれない。そしてもしそれが事実なら、そうした自己と自然を切り離して扱おうとする姿勢は、今現在も一種の心理的サバイバル・スキルとして、根強く我々の中に巣くっているように思う。こうした我々の内的現実に目を向けることの意味や、そのために必要な枠組みを、エコサイコロジーは提供してくれる。

「自然」と「自己」との間にはっきりとした境界線を引く限り、15分に一種というペースで絶滅していく生き物達や、オゾン層の破壊などといった地球の現状を知っても痛みを感じることはない。しかし、痛みを「感じないように」するために我々が払う代価も大きい。痛みを感じるということは、つながり、関係が在る証拠。それを否定するということは、関係がもたらす深い喜びや感動をも否定することに他ならない。ディープエコロジストであり、社会活動家であるジョアンナ・メイシーは、デスペアワークなど様々なエクソサイズを用いて、普段感じないように抑圧している、自然破壊に対する悲しみ、怒り、絶望、無力感などといった感情を積極的に取り扱っていく。そういった感情に目を向け、それを受け入れることで、喜びや美を感ずる許容量をも押し広げ、生き生きとした生命の躍動を感じたり、もっと人間らしく生きる方法を模索しようというのだ。

感じないようにするために私達が使う心的エネルギーは多大だ。私たちはそれをやりなれてしまっているのでその大変さを実感できずにいるが、そういったエネルギーがもっと有効な使われ方をすれば、尽きることのない不満足感、非充足感を何かで埋め合わせようとすることをせずにすむかもしれない。木々や鳥、その他の動物、山や川といった自然とより深いところでつながるだけで

なく、自分の感情、自分の身体、いのちの根底に流れるエネルギーといった「内なる自然」を感じ取ることができるようになるかもしれない。またそうすることによって、人として生きることの意味、意義といった根本的、実存的な問いと真摯に向かい合うことができるかもしれない。

自然とのつながりを意識し、そしてその関係のゆえに起こる痛みや喜びといった感情に目を向けることは、「自然とともに生きる」ということが、「自然に親しむ」以上のものであることに気づくきっかけとなる。地球に存在するいのちの共同体の一部として「人間」を捉える視点。我々は「自然環境」から切り離されて生きているわけではなく、たゆまなく流れ、変化していくエネルギーの一部なんだ、という理解。自然に対する自分の感情に目を向け、それを受け入れることができれば、「自然の一部としての自分」といった視点、意識を喚起することはそれほど難しいことではないと思う。むしろ本当に困難なのは、自然をモノ、あるいは資源としてしか見ない、そういった価値観を基盤に持つ社会システムの中で、自然と自分との関係を、最も基本的でかけがえのないつながりとして見る視点や意識を持ち続け、それを自分の生き方や、行動の仕方の規範とすることだろう。しかし、こうした根本的なレベルでの意識や視点の転換とその持続がなければ、人、そして地球に明るい未来は望めないだろう。私自身はエコサイコロジーを、こうした基本的意識や視点の転換を育て、育んでいくためのツール、あるいはコンテクスト（枠組み）を供給するものとして考えている。

Ⅱ．授業としてのエコサイコロジー

こういった新しい試みであるエコサイコロジーを、高等教育の場で展開していくに際して、様々な焦点の当て方、方法が考えられると思うが、ここでは99年度、南山短期大学にて開講された「エコサイコロジーA（前期）」、「エコサイコロジーB（後期）」の報告を兼ねて、一つの例としての「授業としてのエコサイコロジー」を紹介しようと思う。ここでは特に一般に理解されている「エコサイコロジー」と接点の多い、「エコサイコロジーB」に力点を置きながら進めていきたい。

ｉ）エコサイコロジーA：コスモロジーを通して地球、自然、人を考える。

前期に開講された「エコサイコロジーA」では、宇宙の生い立ち、成り立ちを学ぶことを通して、宇宙の広大さ、神秘、美について考えるとともに、そうした宇宙の力を内包した存在としての自己に目を向ける、ということをねらいとした。

一般に「エコサイコロジー」が「宇宙」、あるいは「コスモロジー」を扱う

か、というとそうでもない。むしろ、「エコサイコロジー」という枠の中で「宇宙」を語るというのは異質だ、と言える。これは私自身が必要性を感じて始めたこと。大学院生時代、サンフランシスコにあるニューカレッジでエコサイコロジーを教える機会があった折、あるクラスで地球上での自然破壊の現状について学び、話し合った後、私は予期せぬ学生の反応に出会うことになった。「こういった地球の現状を作り出したのは人間である私達。だから、こういう状況になってもしかたがない。自業自得ってところだ」と投げやりな反応。こうした困難な現状にどう対処できるものなのか、人類が種としてこうした地球規模の困難に出会うことの意味は何なのか、を話し合っていこうとしていたのだが、クラス全体のムードはかなり落ち込んでしまい、とてもそういった前向きな話などできる状況ではなくなってしまった。

そういったかなり極端な状況に出会い、(国や文化の違いさえあれ、) 現代人が持つ基本的世界観の脆さ、コスモロジーの不在を痛感するとともに、自然破壊、地球の未来ということを、もっと大きな器、あるいはもっと長いタイムスパンの中で考えることの必要性を感じた。「自然」、あるいは「自己」というものを「地球」という枠におしとどめるのではなく、「宇宙」という壮大な美と力と神秘のドラマの中に置いて見ることで、現在地球規模で直面している困難に立ち向かおうとする勇気や、その意味が見えてくるのでは、と思うようになった。

私自身、それまでに大学院にてブライアン・スウィム教授からコスモロジーを学んでいたわけだが、彼からの学び、影響力がかなり大きなものであったのにもかかわらず、自分がコスモロジーを教えることは考えていなかった。が、このような思いがけぬ学生の反応に出会ったことが、宇宙、コスモロジーをエコサイコロジーの授業の中で扱っていくことを決心させた。さっそくニューカレッジでの次のセッションで、宇宙の歴史、地球という惑星の特異性、45億年という地球の歴史の中で、様々なかたちのいのちが経験し、くぐり抜けてきた困難とその遺産について話をした。その後、学生たちに自分がこれまで人生の中で体験してきた困難についてフリー・ライティングをしてもらい、分かち合いをしながら、それらの個人的体験と今地球が直面している困難とを結びつけてその意味を考える、ということをした。学生からの反応には確かなものがあった。最初の生命体であるバクテリアが自分が出した酸素によって絶滅しそうになった時、自らを突然変異させることで廃棄物である酸素をエネルギー源として使い、新しい種として地球上に生き残った例を挙げて、ひとりの学生は、「目に見えないような本当に小さなバクテリアだって自らを変えて困難にうち勝ったんだから、人間だって自らの意識を変えていくことができるはずだ」と発言した。

上記のような体験をもとに、ある種手探りの状態で、南山短期大学の人間関係科選択科目として、「エコサイコロジーA」を開講し、その中でコスモロジー

を取り扱っていった。

ほんの少し前まで、宇宙が膨張していることは知られていなかったわけだが、我々はそういった新しく発見された宇宙の姿が我々の世界観、ひいては人間観にどのような意味を持つのかを考える場を持たずにきた。実際今でも、ニュートンが提唱したような、変化のない、暗い無限大の空間に星々が浮かんでいる宇宙のイメージが広く定着している。しかし、現実の宇宙の姿はダイナミックで変化に富んだものだ。「エコサイコロジーA」では、ビックバンと呼ばれる宇宙の誕生から現在までの150億年にのぼる宇宙の歴史をかえりみることで、宇宙の持つダイナミズム、その基本的在り方、美、力、存在の神秘といったことについてふれていくということをした。

もし宇宙が膨張するスピードが何億分、あるいは何兆分の一でも速かったら、すべてのものは塵と化し、銀河も、銀河に内包される星も「存在」することはない。逆に、少しでも膨張のスピードが遅かったら、すべての物質は重力によって引きつけられ、最終的には一点に圧縮され、無に帰してしまう。宇宙の誕生直後に生まれた粒子と反粒子の出会いも劇的だ。粒子と反粒子が10億プラス1と10億という比率で出会い、互いに相殺しあったドラマ。10億分の一の違いが銀河、恒星、惑星、その他諸々の物質の存在を可能にした。もし宇宙が完璧なシンメトリーをその基本的在り方とし、粒子と反粒子の数が同じであったなら、粒子はすべてエネルギーに還元され、「物質」の存在する宇宙が生まれることはなかった。非常に微妙で、ダイナミックなバランスの上に成立している宇宙。その宇宙は、相反する力を内包する存在でもある。現に、1000億という星の集合体として存在する銀河のその美しい姿の中心にあるのは、すべてを呑み込むブラックホールであるということも明らかになっている。

太陽系が属する天の川銀河に一番近いとされるアンドロメダ銀河。そのアンドロメダ銀河でさえ、我々から230万光年（光速で230万年かかる距離）離れている。ということは、我々がアンドロメダ銀河を夜空に見つける時、我々の瞳は230万年前にアンドロメダ銀河を旅立った光を受け入れていることになる。230万年前といえば地球上で人類が初めて直立歩行を始めたとされる時期。遥かな距離、時間を思い浮かべる時、私達の中で眠っていた何かが動き出す。クラスで、ハッブル望遠鏡が捉えた多種多様な銀河の姿やスーパー・ノバ、たちこめるガス雲の中に現れる新星誕生のスライドイメージを見た時、宇宙の美、力、神秘というものをより現実味を持って学生たちは感じ、受けとめたように思う。科学によって新しく発見された宇宙の姿について学びつつ、想像の翼を広げて「宇宙」という時空を「自分」の中に呼び起こす。一人の学生はこんな風にその体験を表現している。「私が宇宙のことを知ろうとするのは、私の指先にある一個の細胞が私というひとりの人間の生い立ちを知ろうとするのに似ている。私が宇宙のことを知ろうとする時、私の意識の中に宇宙が入ってくる」（99555宮島美香）。宇宙を「モノゴトの集合体」として学び、考えるのではなく、自

分もその一部である「ダイナミズム」、あるいはヒト、いのち、地球、太陽系、銀河、その他すべてのものを生み出してきた母体として捉え、意識する時、上記の学生のような理解が生まれるのだと思う。

テキストとしては、ブライアン・スウィム著による『宇宙はグリーンドラゴン』、チン・ズアン・トゥアン著の『宇宙の起源』を使用。スライドやビデオなどのヴィジュアルエイドも導入して授業を進めたが、実際に夜空を観測できるようなところへ行って合宿などの形式で授業ができれば、もっと実感を持って宇宙を体験できるのでは、と思う。将来的にはそんなことも考えてみたい。その他の改善点としては、宇宙の姿やあり様を身近なものとして感じられるようなエクソサイズの開発、実施が挙げられるだろう。「宇宙を身近に感じる」ためにはものすごく大掛かりな仕掛けが必要なのでは、と思われるかもしれないが、例えば私達をこの地球に結び付けている重力を意識しながら体験してみる、というようなエクソサイズだって、十分にその役目を果たす。重力があるからこそ、それを頼りに胎児はお母さんのお腹の中で背骨を組み立てることができる。重力があるからこそ、地球は太陽のまわりに一定の軌道を保つことができ、銀河はバラバラにならず、その美しい姿をとどめる。日常的な体験や、「自然」と私達が呼んでいる生き物の共同体あるいは事象を、宇宙のダイナミズムと結びつけて考える時、地球、自然、人はその存在の根本を分かち合っていることが感じられ、「ともに生きる」ということが新たな意味を持って我々に迫ってくるように思う。

ii）エコサイコロジーB：心理的、社会的側面から人と自然のつながりを考える。

「エコサイコロジーB」は一般に理解されている「エコサイコロジー」の領域をカバーしつつ、「環境問題」と呼ばれている現象が持つ様々な社会・国際的側面、心理的側面を互いに関連づけることに焦点を当てた。授業のねらいとして、1）地球の形成や、いのちの誕生、新化の過程で起こった出来事を学ぶことによって、地球の中に生きる自分、地球の一部として生きる自分に気づく；2）環境問題を考えるときに起こる感情、自然に対する感受性、自然と自分の関係にまつわる気づきに目を向ける；3）様々な社会現象（暴力、犯罪、消費主義、戦争、グローバリゼーションなど）と環境問題のつながりを考察する、ということを挙げた。テキストとしては、今地球がどのような状況に置かれているのかを具体的なデータを収集、分析することで説明する、レスター・R・ブラウン編著による『地球白書1999－2000』を使った。

具体的には、まず子供の頃どんな自然とのつながりがあったか、あるいはなかったかをフリー・ライティングをすることで思い出してもらいながら、今現在、自分がどのように自然を感じたり、意識しているかということに目を向けることから授業を始めた。そういった個人的レベルでの自然体験を振り返るとともに、人類の歴史の中でどのように自然観、あるいは人と自然の関係が変化

してきたかを考えるために、コロンバス以降のアメリカの歴史を、自然、土地、生き物を考慮に入れた視点から描いた『地球とアメリカン・ドリーム（Earth and the American Dream)』というビデオを、一例として扱った。すでに都市化されたヨーロッパからやってきたヨーロッパ人がはじめて自然に満ちたアメリカ大陸に出会った時の驚き、原住民であるアメリカ・インディアンとの邂逅とそして彼らに対する迫害、産業発展、鉄道建設、そして度重なる戦争を「資源提供」というかたちで支えた自然。そしてアメリカン・ドリームの象徴でもある豊かな消費社会のために自然が払った代償。こうした現象はアメリカだけでなく、世界の各地で今も起こっているわけだが、このビデオはそういった歴史を説得力のあるイメージと、その時代時代を生きた人々の「発展」に賭ける意気込みに満ちたメッセージや、苦言に満ちた警告を織り交ぜながら、力強く語っている。

地球の歴史は40億年から45億年に及ぶとされているが、仮に40億年としてこの年月を創世記の6日間に当てはめてみると、人類誕生は6日目である土曜日の深夜0時3分前ということになる。今現在を土曜日の深夜0時とすると、キリストの誕生は深夜0時の4分の１秒前、人間の生活の営みを根本から変えた産業革命は40分の１秒前に起こったことになる。つい先ごろ、西暦2000年、新しいミレニアムの幕開けを盛大に祝った人類だが、地球の歴史という大きな流れの中で考えるとその存在の歴史は非常に短いことが分かる。さらに、今日我々が当たり前のように考えている生活様式、社会機構、消費習慣などは、地球の歴史を６日間とした時、僅か40分の1秒の間しか存在していないことになる。クラスではこうした点を念頭に置きながら、今日の我々のライフスタイル、時間とお金の関係、私達の購買意欲をそそるコマーシャルの分析、先進国の消費習慣が途上国と呼ばれる国々にもたらす多大なツケなどを考察していった。

例えば、クリスマスを控えた年末のある日の朝刊に載った、有名なアクセサリー・ブランドの全面広告を分析するということをした。広告には男性に寄り添った若い女性の横顔のアップと、２人の間にある白いリボンのかかったペールブルーの小さな箱が写っている。その若い男女は互いに見詰め合うというわけでもなく、女性の視線はその小さな箱に注がれている。すべてがモノクロの中、その箱だけはカラー処理を施され、現実感を持っている。その箱の仕様だけで、中身のアクセサリーを見せなくとも、「ティファニー」というブランドのものだということが分かる仕掛けになっており、その商品を介して親密な関係が生まれる、というようなことを暗示している。こうした広告の仕組みを考えながら、この広告はどのような感情やムードを我々の中に呼び起こそうとしているのか、商品そのもの付加価値としてどういったイメージを売りつけ様としているのか、そういったイメージを自分はどう捉えるのか、といったことについて話し合った。

時間を「労働」をすることによってお金に換え、そのお金を使ってモノを消

費したり、貯めこんだりしながら、私達は生活をしているわけだが、「お金」というものの本質、その使い方などについて考えるということを普段あまりしない。現実に、ほとんどの学生がなんらかのアルバイトをしてお金を稼ぐということをしており、その中には一週間のかなりの時間をアルバイトにつぎ込んでいる人もいる。自分の手帳を見て空いた時間があるとついバイトを入れてしまうという人から、何かはっきりとした目的があってバイトでお金を貯めようとしている人まで色々だが、授業ではバイトをして得るもの、失うもの、バイトで得たお金をどんな風に使っているか、どんな気分の時にお金を使いやすいかなどについて考えてもらった。

授業では、「HALT」という一つの説を挙げて、人は Hungry な（お腹がすいている）時、Angry な（怒っている、あるいは気分がムカムカしている）時、Lonely な（心寂しい）時、Tired な（疲れている）時にお金を無駄に使いやすい、ということを紹介。自分たちのお金の使い方にそのような傾向が実際にあるかどうか、などについて話し合った。話し合いの中では、「バイトをすると確かにお金は入るのだけれどストレスもたまって、そのストレスを解消するためにお金をアッという間に使ってしまう」、「コンビニのお弁当とかって結構割高だと思うんだけど、お腹がすいている時にはつい買ってしまう」、「最近、衝動買いって多くなった」というような発言があった。こういった話し合いを通して、本当に必要なものを購入するということの他に、ストレスや、満たされない思い、やり切れぬ気分などを解消するためにお金を使う、ということがある事実に目が向けられた。それまで無意識にしていたことを意識化することができたように思う。

“Halt” という言葉には「止まる」という意味がある。意識化されていれば、今までの無意識の習慣を断ち切り、立ち止まって考え、どのように有効にお金、ひいては時間を使うのかを考えるチャンスを持てるようになる。そうすることによって、お金という媒体だけに頼った気分転換や幸福の追求の他に、自分の中の深いレベルで起こってくる必要性や欲求、夢などといったものに、もっと直接的に関わっていくことができるのではないか、と思う。

モノをとめどなく購入、消費することで成り立っているライフスタイルは、それをしている本人にとって有害なだけでなく、そういった先進国でのライフスタイルを可能にするために、自分たちの生活とは直接関係のない作物や製品を作っている人々にとっても有害だ。市場作物を作ることで、自給自足の暮らしのあり方が変わってしまった地域は世界中に数多くある。そういった地域では耕地が酷使されたり、もともとの自然体系のあり方が変わってしまったり、ということがある。新たに持ち込まれた貨幣経済や、資本主義に基づく組織によって貧富の差が激しくなり、それまでにはなかったような規模でのスラム化、暴動、犯罪の増加といった社会問題が噴出する、という現象も起きている。「グローバリゼーション」というと、今はまだどちらかというと明るい、希望

に満ちた面が強調されているが、クラスではその影の部分として、途上国の「再植民地化」という問題や、多国籍企業による自然資源の独占化、地元民からの土地の剥奪などという問題が起こっていることにも目を向けていった。

毎回の授業は新聞の切り抜きコピーを読みあい、それについて話し合うことから始めた。具体的には、東海村での臨界事故、遺伝子組換え食品の安全性、し尿の海洋投棄の問題、食品ごみ再利用の法案、投資を通じて自然環境を守ろういうエコファンドの試み、臓器売買の問題、そして有害廃棄物をフィリピンへ不法「輸出」した事件などを扱った。こうした新聞の読み込みを通して、今何が起こっているのかをリアルタイムでキャッチし、そういった出来事そのものについて、自分なりに何がどうおかしいのか、変なのかを考えたり、問題への焦点の当て方、記事の書き方をも吟味するということをしていった。そういった積み重ねを経て、学期の後半では実際に新聞社に投稿するということをした。5つ程こちらが選んだ記事の中から各自一つ記事を選んでそれに対して原稿を書き、3、4人のグループで原稿を読みあい、コメントを交換。その後、もらったコメントを参考にしながらが各々原稿を書いた。各授業の最後に書いてもらうジャーナルにその日は、

- 私の家も朝日新聞なので、「声」(投稿欄)はよく読むけれど、でもいつも投書してくる人の意見を見て、「こんなの送ってくる人はよほど頭のいい人か、弁論家タイプの人だよなあ」と思って見ていた。だから、自分が同じことをできてなんだか嬉しい。日頃、新聞記事に書いてあることって、読んで「はい、お終い」みたいなところがあるし、新聞に書いてあることはすべて正しいことを言っているみたいに考えてしまうけど、どんどん疑問や自分なりの意見を持つことって大切なんだなあと思った。(99591　須賀景子)
- 新聞社に投稿するのは初めての経験だったので、文章をどう書き直すと良いのか、難しくていろいろ思案した。グループの子やペアの子からもらった紙には率直なメッセージが書かれていた。ペアの子とかは本当に悩んで悩んで手直しをしてくれていて、直されるのが嫌というより、逆に嬉しかった。私も頑張って考えることができた。同じ記事を読んでも目の付け所とか、感じ方とか違っていて、ひとそれぞれで面白かった。(99519　堀江佳代)

などといったコメントがあった。

「投稿する」ということを通して、自分に社会や企業に働きかける力があることに気づいて欲しい、という思いがあったわけだが、同じようなねらいで、学期を通してのプロジェクトとして、「エコ・アクションリサーチ」ということをしてもらった。これはただ文献だけに頼らず、実際に企業や、様々な機関、

場所に出かけていってリサーチしてくるというものだが、学生が選んだテーマとしては、化粧品会社の動物実験の実態について、リサイクル・ステーションやその他回収場所でリサイクルの現状について、旧型の携帯電話や使い捨てカメラの行方、100円ショップでの購買行動の実態、コンビニエンス・ストアのお弁当に使われる着色料の調査など、があった。

知的レベルで地球の歴史や地球の現状の理解すること、そして物事を総合的に結びつけて考える力や、社会に働きかける力を育てることは、これから自然をどう守っていくか、ということだけでなく、様々な質の多種多様な情報が氾濫する中でどう主体的に自分が生きていくかということにも大きく関係していると思う。それと同時に、感情、心のレベルでの理解ということの重要さも忘れるわけにはいかない。この授業も「エコサイコロジーA」と同様、限られた環境、設定の中で行われたわけだか、体験的理解を呼び起こすために次のようなことを試みた。

一年で最も日が短いとされる冬至に近い授業日、校舎の屋上に出て、夕陽を見ながら「日が沈む」という表現について話してみた。太陽は不動で「沈んでいく」わけではない。実際には地球の表面のうち我々が「乗っかって」いる部分が、地球自身の自転によって太陽の光のとどかない宇宙空間に向けて動いているわけだ。しかも地球はすごいスピードで自転している。日の出を見たことがある人なら、そのスピードを実感できると思う。地平線、あるいは水平線から日が出たと思ったら、あっという間にずんずん登ってくる。地球がこうしたスピードで自転しているからこそ、そのように見えるわけだ。そして、こうした自転スピードにもかかわらず、私達が地球の上から振り落とされずにいるのは重力のおかげ。こうしたことを説明しながら、太陽を巡る地球のダンスを「体感」すべく、皆で暫く夕陽を臨んだ。その後、教室に戻ってビデオ録画された地球のサテライト・イメージを見た。何の解説も入らない、ただ地球の上を流れていく雲、大地の上の川の流れ、青い海やベージュ色をした砂漠を捉えた映像。画面の片隅に漆黒の宇宙空間があり、それを背景に地球の丸いラインが冴える。緩やかな音楽を流しながらこのビデオを見たのだが、これを見るにあたって、「自分がこの地球の上にいる事、この惑星の一部であることを意識しながら見て欲しい」とリクエストした。しなやかな感性で学生たちは色々なことを感じとっていたようだった。

その日のジャーナルには、

- 本物の地球を映像で外から見たことがほとんどなかったので、ビデオはすごく感動した。地球は本当に青くて美しい星なんだなあと思ったし、人間ってちっちゃいなあと思った。あんな小さな狭いところに人間は集まっていて怒ったり、モメたり、感動したり、泣いたりしているんだなあと思った。不思議な感覚だ。地球は今45億歳でこれからも何年も生きていくけれど、

人間の一生はたったの70年くらい。まるでホコリぐらいの小さな存在だと感じた…。地球からしたら人間の一生は点のようなものだし、地球の時間観と人間の時間観はまるでスケールが違う。地球のイメージをジッと見つめていると生きている感じがすごく伝わってくる。普段、大地を踏んでもそんなことを感じることないのに…。地球を見てると大きなことを考える。他の星のこととか、他の銀河のこととか。子供とかに見せたら、きっと大きな世界観の持ち主に育ちそうだと思ったりした。私は地球人で良かったと思った。(98556　中村佳代)

- 最後のビデオ、やけに胸にきた（エンヤの音楽のせい？)。なつかしい感じがした。なんだかわかんないけどとってもなつかしい。私はなんだろ、私の前世の人は地球に未練を残して死んじゃったのかな。だからこんなに私は地球が好きなのかな。ビデオをぼーっと見てると、地球がドクンドクンと脈打ってるように見えてきて、それが私の心臓の鼓動と重なってきて吸い込まれそう。ドキドキする。ビデオの地球を眺めている私の黒目には、地球が映っているんだよな。地球の映像からグーンとクローズアップして、私を写して欲しい。感動だろうな。「地球の中に私がいた！」って実感できて。(99579　佐渡千枝)
- 屋上に行って夕焼けを見たのはすごく感動的でした。見た瞬間「まぶしー」と思って、次に目の上が熱くなってきた。太陽が動いているんじゃなくって、地球が動いているなんて実感できません。45億年前から光を発している太陽はすごくきれいだと思う。夕焼けじゃなくって朝日も見たいと思った。太陽を見ると元気が出る、というのがよくわかるような気がする。なんかエネルギーをもらっているみたいだった。そして部屋に戻って地球のビデオを見て、「地球は青い」と当たり前に思っていたことを、なんか新鮮に見てた。私達がこの地球上にいることの素晴らしさみたいなのがまじまじと分かった。この地球はなくしてはならないと思った。「地球はみんなのものだ」とはっきり言える。その地球を私達は今どう守っていくかを真剣に考える時だともわかった。(99612　山田悠湖)

などといった、「地球に棲む」ということを実感したり、その意味を考えたり、といったフィードバックが多かった。

エコロジカルな意識を体験的学習を通して呼び起こすとともに、謙虚な態度を持って自然界の他の生き物の声を聴く。それはある種、知的レベルでの地球の現状理解よりも重要ではないか、と思う。知的レベルでの理解をもとに現状打破をしようとする時、我々人間は、どうしても人間中心の世界観から抜け出すことができない。どうしても「人間の生存可能な環境をどのように保つか？」とか、「どのように限りある資源を有効に使えるか？」などといった議論に終始してしまい、「自然」が生き物の共同体であることを忘れてしまいがちだ。

こうした危惧と反省をこめて、「エコサイコロジーB」ではその終盤に、「すべてのいきものの会議（The council of all beings)」を行った。これはディープ・エコロジストであるジョアンナ・メイシー、ジョン・シードによって創作されたエクソサイズで、メンバーのひとりひとりが自然界の生き物、あるいは地球上のある存在になって話してみる、というものだ。各自が何になるかを選択することから始まって、その生き物のマスク作りなどのプロセスを経て、会議に入る。会議では、各自がその種になりきって自然破壊について思うところを述べ合い、ある段階で数名の人間（マスクをはずしたメンバー）が呼び入れられ、動物、昆虫、植物、森林、山、海、など、ありとあらゆる「地球の声」を聴く。今回の授業で学生たちは、空、雲、月、砂漠、雫、風、雑草、ゴキブリ、ミミズ、かたつむり、飼い犬、雪山、野の花など、思い思いの存在として発言した。

実際にそれぞれの生き物、自然界の存在として語ってみた経験を、学生たちは次のように述べている。

- 雲になってみたけど、雲として考えてみるとやっぱり人間に言いたいことがたくさん出てきた。雲として考えているときに出てきた言葉は直接私にもしみこんでいったような気がする。今日のことを忘れないで心に残しておきたいと思った。(99544　小西照子)
- 最初はとても恥ずかしそうにしてたのに、お面をつけるとまるで人が変わってなりきって話していたのが面白かったです。自分が人間であるということを忘れていました。みんなが話していたのはすべて正しいことでどれも役に立つことばかりだったと思います。もし動物たちや大気が話ができたら、今の地球について話は尽きないに違いありません。自分自身が「月」として人間代表に言った「ひとりひとりが今できること」をしていければなあ、と思いました。(99600　多和久美子)
- なんか変な気分だった。わたしはカタツムリになった。あらためて「人間」という存在を考えた…。私が思ってもみなかったことを皆発言していて「なるほど!!」と納得する場面もあった。人間は奔放に生きてるけど、もう少し周りを見て行動すべき、と思った。(99599　丹原明日香)
- 今まで自然環境について調べて発表したことは何度もあるけれど、自然の一部そのものになりきりしゃべったことはなかったので面白かった。こういうことをすると単に一方的に調べるよりも、自然をもっと理解しようとする気持ちがいっぱい溢れてくる気がする。(98512　長谷川直美)
- 今まで思ったこともないような意見が皆から聞けたり、自分から言ったりしてすごくびっくりした。でも一人一人の意見はもっともだ、と思ったし、自然に対して悪いことをしているんだな、と思わされた。45億年の地球の歴史のうちの一部にすぎない人間が、地球の命を奪うのは、何かルール違

反のような気がします。他の種からの人間への励ましを聴いていたら、私達は何か違う行き方、違うシステムを生み出せるような気がしてきました。途中で人間として他の生き物の意見を聞いていたら、本当になにかしかられているような気がしたし、後ろめたい気持ちにもなった。本当はこういう気持ちがあってこそ、地球との調和がとれるのかもしれない、と思いました。(98511　原田亜季)

このように進められてきた「エコサイコロジーB」の授業は、その最終日を各学生が行ったエコアクションリサーチについて、プレゼンテーションすることで締めくくられた。このリサーチをするにあたって、各学生と30分程の面談をしたのだが、その時に「いつも自分が興味を持っていること、これならば時間を忘れてのめり込める、というものは何か」を尋ねた。自分ならではの興味、ニッチといったものと結び付けて、このリサーチに取り組んでもらえれば、自分について知る機会にもなるのでは、との願いからだったのだが、その裏にはまた別な気持ちもあった。

ともすれば「…すべき」というイメージが伴う「エコロジー」だが、「自然とともに生きる」ということは、宇宙や、自然といった大きなものの流れと自分の流れを調和させることによって、より深い喜び、幸せ、いのちの充足を得ることだ、と思う。自分という存在が持つユニークな感受性や方向性を知り、それらを存分に使うこと。それは自分の中にある「自然」とともにあり、それを生きることだと思う。もちろん週に三時間の授業で生き方、ライフスタイルが変わるとは思わないが、この授業が自分と自然を引き合わせて考える機会になれば、と願っている。

Ⅲ。おわりに

冒頭にも述べたように「エコサイコロジー」には様々なアプローチの仕方があり、私がここで述べたものはそのうちの一つでしかない。またここで私が述べている事柄も、私がカリフォルニアでの留学時代に学んだことを自分なりに統合してみたもので、その基本的考え方は、師であり、友人であるブライアン・スウィム氏、マーヤ・グラスウォール女史、そしてその精神性に満ちたワークに私自身深く影響を受けたジョアンナ・メーシー女史によるところが大きい。こうした数々の出会いに感謝するとともに、人間関係科としてこのような授業の開講をバックアップしてくれた同じ科の先生方、そしてオープンマインドな姿勢で各授業に取り組んでくれた学生たちに感謝したい。

私自身としては「エコサイコロジー」を一つの心理学の分野と捉えるよりも、様々な視点、論点、分野を統合しながら、人、自然、地球、ひいては宇宙との

つながりを考察、分析し、新しい人間観、生き方、あり方を模索していく「フィールド」として見た方が有効ではないか、と思う。そういった意味では、まだ新しいフィールドであり、そこに芽が出て、花が咲くには、様々なレベル、様々な視点からのインプットが必要だ。「エコサイコロジー」という統合の場があることを紹介することで、それまでバラバラに扱われていた事象、事柄が関連付けられ、地球、自然、人とともに生きることの意味が、より総括的な視点から扱われるようになれば、と願っている。

参考文献、及び資料

レスター・R・ブラウン編著、浜中裕徳監訳（1999）：地球白書、ダイヤモンド社

Couturie, B. (Director). (1995). Earth and the American Dream [Film]. Santa Monia, CA: Direct Cinema Limited.

Macy, J. & Brown, M. Y. (1999). Coming back to life: Practices to reconnect our lives, our world. Gabriola Island BC, Canada & Stony Creek CT, U.S.A: New Society Publishers.

Naess, A. (1973). The shallow and the deep ecology, long-range ecology movement. A summary. Inquiry, 16, 95-100.

Naess, A. (1989). Ecology, community, and life style: Outline of an ecosophy. Cambridge: Cambridge University Press.

Roszak, T., Gomes, M. E., & Kanner, A. D. (Eds.). (1995). Ecopsychology: Restoring the Earth, healing the mind. San Francisco: Sierra Club.

ブライアン・スウィム著、田中三彦訳（1988）：宇宙はグリーンドラゴン、TBSブリタニカ

チン・ズアン・トゥアン著、佐藤勝彦監修（1995）：宇宙の起源、創元社