

オウム真理教信者だったトシエさん(33)が脱会したのは、同教団への強制捜査が始まって8カ月後、1995年11月のことだった。「オウムがサリンを撒いた」ことを知ったショックよりも、東京都内で共同生活していた信者たちが、修行もせずに荒れた生活をしているのが耐えられなかった。共同生活していたアパートを飛び出してひとり暮らしを始めた。「自分を高めよう」という目標を失って不安になり、何日も悪夢を見た。「助けて」と叫びたかったが、どこにも訴える場所がなかった。仕事もなく、食べて、寝て、酒を飲むという生活は約2カ月で破

綻し、実家に戻った。そのころから、日記を書き始めた。原稿用紙に向かい、自分に向き合うと、浮かんでくるのは、歩んできた人生だった。日記の大半は、両親との葛藤が綴られた。ACだと納得した。上場企業の重役だった父親は体面ばかり気にして、オウムにいる彼女に会いに来るのを嫌がった。会いに来て、トシエさんの話を聞こうとはしなかった。母親は、友人からの電話を逐一チェックした。トシエさんは子どもたちから常に感情を抑えて「優等生」を演じてきた。

「人間は、宗教がなくても生きていける」。35年間、ある教団の信者だったわたちさんにとって、それは全く新しい発見だった

現代の「ニュー」の闇をさぐる

脱カルトの苦ししみ

虚構と気づき、マインドコントロールを脱しても、こころの支えをなくした喪失感が襲ってくる。その空洞を埋める術を自らの手でつかむまで、元信者たちの「自分探し」は終わらない。

編集部 朴 琴順、江口和裕(写真)

両親を恨む言葉を重ねながらも、徐々に気持ちが整理された。同じころ、アダルト・チルドレン(A・C)に関する本に出あった。「親から十分な愛情を与えられなかったために、自分の判断に自信が持てない。自虐的……」そんな記述に、自分のことだ、と思った。

「私はあの親のせいで、家のなかに居場所を見つけれず、オウムにひかれたんだ」
気持ち少し楽になった。トシエさんは再び家を出た。小さな診療所で働いたが、同僚とうまくいかなかった。雑誌でさえ生真面目に受け答えるトシエさんを、周囲は煙たがった。

職場に向かうのが苦痛になり、以前所属していたオウムの支部に思わず電話をかけてしまった。脱会から1年がたっていた。「彼らなら、この気持ちを分かってくれる」
かつての仲間4人がアパートにかけつけてきた。酒を飲みながら、悩みを打ち明けた。だが彼らは、「だから現世はだめだ、汚い。修行の生活は素晴らしい、美しい」と繰り返すばかり。

その言葉をきいて、トシエさんはふっと冷めた。「この人たちは社会が嫌いで、人間が嫌いだという、ただの子どもだ。何も建設的な話ができない」
そう客観的に見つめている自分がいた。

現在、パソコンソフト関連の会社で働くトシエさんは、「人間関係、いまだに下手です」と話す。それでも、「現世」でA・Cという言葉で自分を説明できたことで、少しずつ「脱カルト」していると感じている。

「宗教サーファー」も「マインド・コントロールとは何か」などの著書がある静岡県立大学の西田公昭講師(41)は、「カルトを脱会するということは、心の支えをすべて失うということ」と指摘する。心を埋めていたものを失えば、そこにはほつきりと空洞があく。だから、リハビリの難しさがあるというのだ。

まず直面するのが、入信前に抱えていた問題だ。トシエさんの場合は親子関係であり、人間関係だ

宗教家の立場から、脱会カウンセリングに携わるパスカル・ズイヴィーさんのサイト。<http://www2.ocn.ne.jp/mind123c/>

カナリヤの情
1997.6.14~2002.1.7
収録時間 約25分

元オウム信者の手記が公開されている。
<http://www.cnet-sc.ne.jp/canarium/>

弁護士、心理学者、精神科医など約140人が協力して運営している「日本脱カルト研究会」(JDCC)
<http://www.cnet-sc.ne.jp/jdccc/>

「教えはとも深く、広い」と満足している。

「脱会後も別の教会に」
一昨年、18年間所属していたキリスト教系の教団を離れたアキオさん(34)の場合、後遺症は深刻だった。そこでは、禁欲的な生活を強制された。アキオさんは、教義の矛盾を感じて脱会したが、その後でも、目の前でタバコを吸われたり、「いやらしい話」をされたりすると、相手を「殺してやりたい」とまで思った。
「教会にいたころは「いずれ天誅が下る」と耐えられた。その縛りがなくなると、嫌悪感や憎しみの衝動が抑えられなかったんです」
そんな憎しみを和らげたのは、やはり、脱会後も持ち続けた信仰だった。教会に通っており、近く洗礼を受ける予定だ。
「道徳心や、人間としてのある程度の基準を与えてくれるのが信仰以前と違って、具体的な「教会」やリーダーを絶対視はしない」
彼らが「宗教サーファー」なのか、それとも「正しい」信仰を持ったかを他人が判断するのは難しい。しかし、新たな心のよりどころをみつめていることは確かかよかった。
宗教者の立場から、年間3千件ほど、脱会者や家族のカウンセリ



La relation d'aide
2002/11/11
Last Update: 2002/12/20

宗教家の立場から、脱会カウンセリングに携わるパスカル・ズイヴィーさんのサイト。
<http://www2.ocn.ne.jp/mind123c/>

カナリヤの情
1997.6.14~2002.1.7
収録時間 約25分

元オウム信者の手記が公開されている。
<http://www.cnet-sc.ne.jp/canarium/>

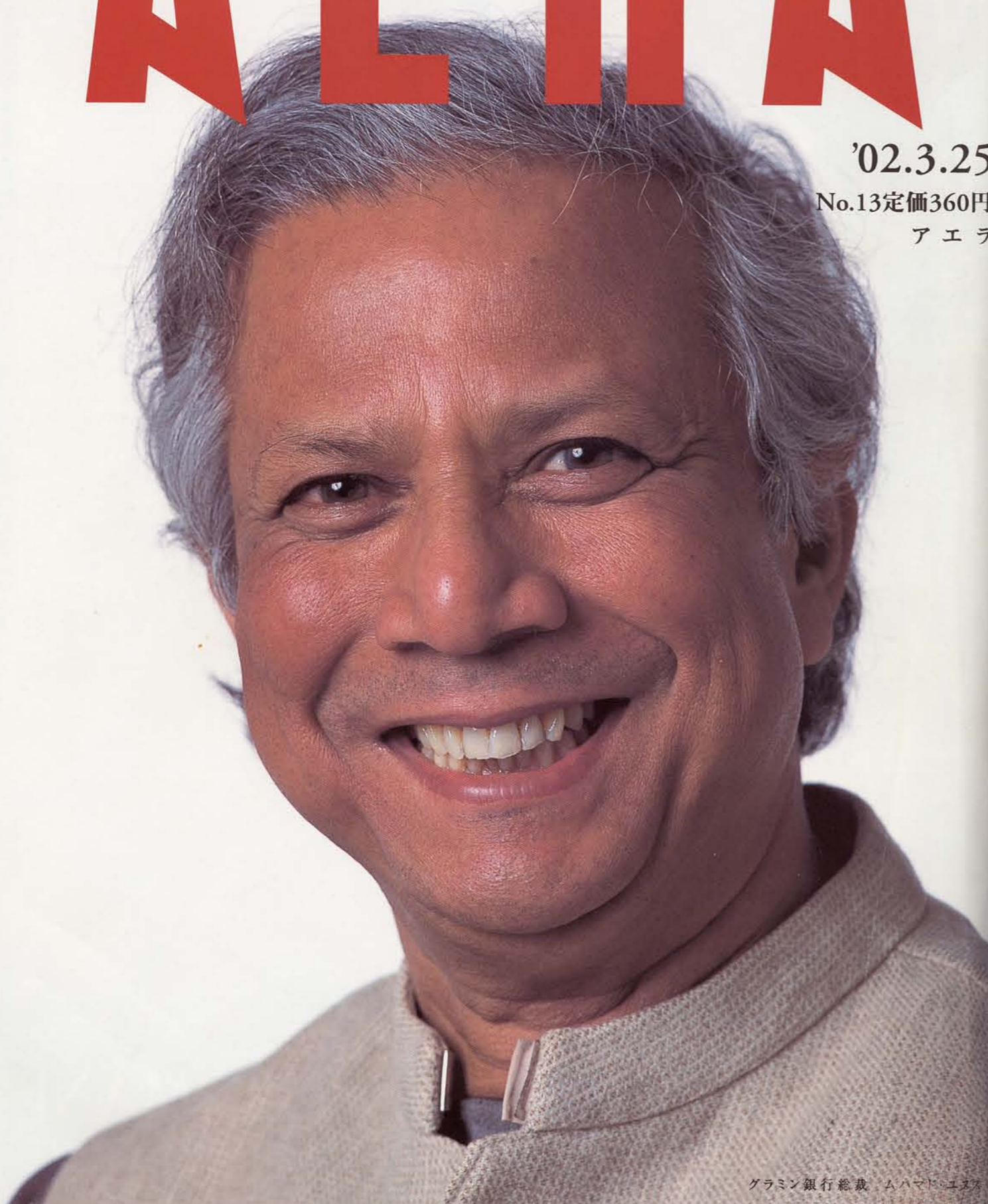
弁護士、心理学者、精神科医など約140人が協力して運営している「日本脱カルト研究会」(JDCC)
<http://www.cnet-sc.ne.jp/jdccc/>

AERA

'02.3.25

No.13 定価360円

アエラ



心理

安全な場所を与える

「教義の話をして、難しいからもういい、となるのがほとんど。逆に宗教はこりこり、という人も多いですよ」

そのかわり、カウンセリングをしているうちに、多くが「先生」と、楠山さん自身に頼ってくる。「まずは、カルトから離れても安全だという場所をつくってあげないといけない。問題はそこからどうやって自分をつくっていくか、自立させていくかなんです」

高校1年生のときに、ある宗教教団に家族そろって入信したエミさん(21)の場合、「脱カルト」には友人たちの支えが不可欠だった。

両親が、知人に誘われて足を運んだ自己啓発セミナーがきっかけで、一家5人で入信。将来は教団の仕事をしよとまで心に決めていたエミさんが脱会したのは、たまたまマイインドコントロールに関する本を読んだからだだった。

「リーダーだけが唯一の真理を知っている」と主張し、信者たちを「選ばれた者たち」と呼びながら、細かな行動をコントロールする組織のあり方。本の記述は、ど

れも教団とそっくりだった。

脱会後は「家族のきずなも、自分の考えたと思っていたことも、全部うそ。まやかしたかった」という無力感と、頼るものを失った不安に苦しんだ。

アパートの押し入れに閉じこもり、泣きながら大声でわめいた。大学も休みがちになった。

「カルト」にいる期間が長いほど、実社会での経験は空白になる。それだけ、後遺症は重くなる。「教を信じている間は、答えはすべて教団が用意してくれるから自分で考えなくていい。精神的にも成長が止まっているんです。脱会者は、陸に帰ってきた浦島太郎の状態ですよ」

「お姉さんやお母さんの病気は、前世でリーダーに逆らったから。あななりたくなければ、しっかりと信心しなさい」という教団の言葉を信じて幼いころから活動にのめり込んだ。

何を基準にするのか

だが、20歳を過ぎたころ、教団内部でいざこざがあり、分裂した。いわたちさんは「教義に忠実でありたい」という気持ちと、リーダーへの忠誠心との間で悩んだ。

26歳のとき、街を歩いていて急に胸が苦しくなり、その場で倒れた。一日のうち、多いときは20時間ほど、お祈りや会合、布教など教団にかかわる活動をしてきた無理がたたった。それからは、ひとりでエレベーターや電車に乗れなくなった。夜も眠れない。人とも話せなくなった。

「完全な、神経症状でした」

教団を脱会することを考えるようになったころ、西田さんの本に出あった。

それまでは、教団の書物などを読み込むなどして、「正しい教義」を必死で求めていた。だが、「宗教の問題じゃなくて、心理学的に操作されていただけ」と気がついた。しかし、頭では理解できても、

「教団を離れると不幸になる。地獄に落ちる」という恐怖がいわたちさんを縛りつけた。そしていつのまにか、

「リーダーに逆らうようなことを考えたから、バチがあたった。もう一度熱心に信心すれば、病気も治るかも知れない」と考えてしまった。

やっとの思いで脱会届を出したときには、悩みだして約10年がたっていた。

脱会した直後は、教団と対立する団体での活動に熱中した。そのころは、教団に関連した言葉を見ただけで怒りに震えた。

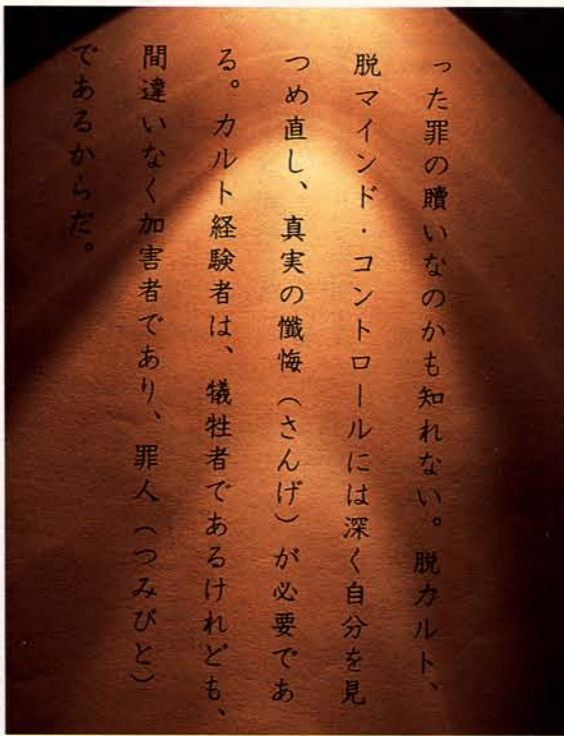
脱会から12年。いまは憎しみの感情も薄れ、対立する団体での活動からも離れた。脱会者たちの相談活動が心の支えになっている。「でも、こういう活動をしているのは、まだ脱カルトの途上だからでしょう」

脱会したいという相談が、メールや携帯電話でいわたちさんのもとに入る。月にやりとりするメールは、200通にのぼるといふ。

大学時代にある教団に出家して集団生活も経験したが、その後、親による引き離しで脱会できたナオミさん(22)は、現在大学院で社会心理学を専攻している(※2)。

教団にひかれた理由をいま、「物事を判断するうえで、自分なりの『ものさし』を作った。今の日本で、特に不自由なく暮らしていると何を基準にすればいいのか分からない。だれでもそういう気持ちになると思う」と、彼女は振り返っている。

(文中カタカナ名は仮名)



であるからだ。

脱会自らは、脱会後につづいて、文章に思いを込めた

援助交際希望のメッセージを載せ、見知らぬ中年男性とホテルに入る寸前までいったこともあった。そんなエミさんの話を、大学の友人や高校時代の彼氏が、根気よく聞いてくれた。みんなが心配してくれている、という事実がうれしかった。

「内」にためこまないで、悩みを話すことができたのがよかった。それに、まだ大学4年生で、若いか