

# 知 識 探 訪

## 多民族社会の横顔を読む

協力：日本マレーシア学会 (JAMS)

### クアラルンプールのヨガ教室：「ヨガは私の人生を救った」

板垣明美（横浜市立大学大学院准教授）

さまざまな民族がそれぞれの文化を発展させ、同時にマレーシアとしてのまとまりもあるこの地域で、身体技法というテーマには奥深い意義がある。そこには、人類共通の老化・病気・死という課題に取り組む知恵がある。

2017 年と 18 年の 8 月から 9 月にかけて、クアラルンプールでインド系マレーシア人の友人の M さん宅に泊めてもらい、身体技法の研究を実施した。彼女は腰痛の治療を兼ねてヨガを実践しているという。最初は「太陽礼拝」という朝起きてすぐに朝日の中で行う一連の動きを教えてくれた。呼気と吸気とヨガポーズを組み合わせて流れるように移行するルーティンだ。彼女は毎朝「太陽礼拝」を実践している。

ある日、彼女が参加しているヨガクラスに出ることが許可された。暗いうちに M さん宅を出てヨガ教室が開かれるヒンズー教寺院に着いたのは午前 6 時ごろで（写真 1）、ヒンズー教の寺院の屋根付きオープンエアの緑豊かな気持ち良いスペースでその教室は営まれていた（写真 2 と 3）。青色の上着を身につけて模範のポーズを示している人がこの教室の指導者、並んで指導者に向かい合って練習をしているのが生徒たちである。指導者は一人ひとりの生徒たちの様子を見ながらその体調に気を配り無理のないように動きを導き勇気づける言葉を発した。



写真 1（筆者撮影）

投げかけられたこれらの言葉は、心に染み入るような優

また闇の中のろうそく光のイメージ、「あなたの体は完璧だ。そして完全に守られている (your body is perfect and fully protected)」という言葉などを使って前向きな気持ちを導いた。ポーズを繰り返している生徒たちに繰り返し投

しい声の静かな語りかけであった。



写真 2（同）



写真 3（同）

マレーシア人の 3 名の友人が「ヨガは私の人生を救った (Yoga saved my life)」と言った。そのうちの 1 人は中国系マレーシア人であり、ヨガは民族の垣根を超えて人々を支えている。私は学位論文のためのフィールドワーク中にマレー半島北西部クダ州のマレー人農村で出会った天才的な呪医であるおじいちゃん治療師を思い出した。

彼もまた良い治療者は良い声で賢明な思考を

もっていなければならないと言っていた。人々の苦しみに寄り添い、そして人生をサポートする人は、染み込むような声で人々の心身に語りかけ、肯定し、そして勇気付けている。「ヨガは私の人生を救った」と語った友人たちの身近にもヨガの指導者たちが寄り添っている。

#### < 筆者紹介 >

1993 年、筑波大学大学院博士課程歴史・人類学研究科単位取得退学。博士（文学）。現在、横浜市立大学大学院都市社会文化研究科准教授。専門は文化人類学、研究分野は医療人類学、文化生態学。薬剤師の免許を持つ。著書に『癒しと呪いの人類学』（春風社、2003 年）。