

# 妬みという感情はやっかいなもの その気なら自分にだってと思える まずは能動的に行動してみないか



永田 和宏

## 一步先のあなたへ

### 19 「妬み」は〈微差〉にこそ由来する

見て自分もそうなりたいたいと思  
う」と解かれ、だいたいの辞  
書でも同じだが、「新明解国語  
辞典」では、その後ろに、「(が、  
そうならなくて不満に思う)と  
まで書き加えてあり、クスッと  
笑える。もともと語源的には  
「心(こころ)病む」からきている  
のだから、不満に思うという注  
釈も領けることではある。

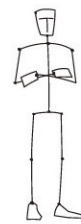
いっぽう「妬む」となると、

ここには「羨む」よりはるかに  
強い敵意が感じられる。先の辞  
書は「他人の幸運・長所をうら  
やんで、幸福な生活のじゃまを  
したく思う」とまで言う。

「羨む」が「自分もそうなりた  
いと思う」と肯定的なのに対し  
て、「妬む」は「じゃまをしたく思  
う」と、きわめて否定的で、陰湿  
な匂いがする。「羨む」には、自分  
をその高みに持ち上げたいとい  
う能動的な契機が含まれている  
が、「妬む」という感情には、自分  
をどうするかということば棚上  
げにして、そのじゃまをしたい  
という暗い思いが内攻する。

「妬む」という場合、妬む対  
象は、成績が良かったり、異性  
にモテたり、金回りが良かった

りといろんなケースがありそう  
だが、はっきりしているのは、そ  
れが自分とはかけ離れた存在で  
はないということだ。圧倒的に  
優れた人、はるかなる名人、あ  
るいは比較にならないくらいよ  
くてできる人に対しては、実は妬  
みの感情は湧かないのである。



妬みも羨みも、ともに誰かと  
の比較から生じる感情である  
が、その比較による差が〈微差〉  
である場合にのみ、なぜか羨ま  
しい、妬ましい思いが湧く。自  
分との差が大きい相手にこそ、  
そういう感情が起ることもよき  
そうなの。不思議だが、悲  
しい人間の性である。それはか  
け離れた存在は、自分と同じ地  
平で考えられないからである。

自分と同じ場にいる、ごく親し  
い仲間、小さな世界の小さな人  
間関係の輪のなかでこそ、それ  
らの感情は抜き差しならないま  
でに精神を支配する。

もう十年以上前になるが、私  
の研究室で、修士課程の大学院  
生として入ってきた女性が

た。一年で素晴らしい仕事をし、  
「サイエンス」という生命科学  
のトップジャーナルに論文が掲  
載された。彼女は現在京都大学  
の助教として勤めているが、ま  
ことにシンデレラのように、彼  
女の論文が載ったとき、他のメ  
ンバーに明らかに変化が起った  
のを膚で感じたものだ。日常  
一緒にいて、同じような仕事を  
している彼女の仕事が「サイエ  
ンス」に載るのなら、自分の仕  
事も同じレベルじゃないかと実  
感したのである。その後のみん  
なの意識が一気に能動的な変化  
を見せたのはありがたかった。

〈微差〉を「妬み」につなげ  
るのではなく、そんなに違わな  
いあいつにできるのなら、自分  
にだってと思えること。これは  
羨ましいという感情が、肯定的  
なモチベーションに繋がった、  
私の身近な実例である。



「妬み」に縁のない人間はい  
ない。しかし、「妬み」は常に  
〈微差〉に由来しているのだと  
思えること。〈微差〉だからこ  
そ、その気になれば、自分もそ  
の妬んでいる相手と同じ場に立  
つのは可能だと思えること。そ  
のために行動に移せること。そ  
の大切さを今一度確認しておき  
たいと思うのである。

「妬み」は心を内攻させ、行  
動を抑制する。何もしないでひ  
と暗い部屋に逼塞している  
と、精神も行動もどんどん消極  
的になる。妬ましいと思うのは、  
それが〈微差〉だからこそなの  
だと思えば、能動的なアクシ  
ョンへ自分の背中を押してやる  
ことも可能になるはずである。



とげ

1947年、滋賀県生まれ。京都大理学部卒業。京大再生医科学研究所を経て、  
現在は京都産業大総合生命科学部教授。歌人で、短歌結社「塔」主宰。

※コラムへの感想をメールでお寄せください。  
minna@mb.kyoto-np.co.jp