

トランスパーソナル心理学、スピリチュアリズム、初期仏教における「魂」の諸問題

石川 勇一 相模女子大学*

Issues of the Soul in Transpersonal Psychology, Spiritualism, and Early Buddhism

ISHIKAWA Yuichi

失われた魂との絆

本日は姫路の地にて公開シンポジウム「魂との出会いを語る」が開かれました。たった今、シンポジストの先生方のお話を拝聴しまして、私はとても暖かい気持ちになっております。なぜならば、日本人が今までどのように、生きた人間同士だけではなく、動物たち、死んだ者たち、餓鬼界の人々、神々など、多様な存在者たちと関わってきたのかということが、生々しく、具体的に語られたからであります。このような、生きた人間以外の者たちとの関わりが、今日でもなされているところではなされていることを目の当たりにして、安堵の念を抱いたのであります。

今日の近代化された世の中で、人間同士の絆が解体されてしまったということは各所で指摘されているとおりです。けれども、先祖など死んでしまった人々との絆とか、仏教でいうところの餓鬼、畜生、夜叉、神々、こういった有情たちとの繋がりも、実は解体されていることはあまり指摘されることがありません。かつては日本人の多くが自然にもっていたと思われる有形無形の存在者達とのつながりも、合理主義と

技術主義全盛の風潮のなかでその存在が否定され、忘却され、切断されてしまっているのです。この切断によって、無意識のうちに、私たちは心の安定感を失っているところが案外大きいかもしれないと考えさせられた次第です。

本日のシンポジストの方々のお話は、自分を取りまく周縁の世界が、科学的、近代的な世界観で、ばらばらなモノの集合体にされてしまっていて、ある種の寂寥感と申しますか、気がついていない寂しさがあることに気づかさせてくれるものでした。私達は、人類という種別を越えて、いろいろな世界と繋がりながら生かされているわけですから。微生物を含む小さなものから大きなものまでの多様な生物種との生態系的なつながりはもちろんですが、それ以外にも、目に見えない精霊や神々との絆、さらには高い意識領域に人間が繋がることの意義を、このシンポジウムではさまざまな角度から語っていただいたと思います。

霊性 (spirituality) と靈魂 (spirit) のすれ違い

私たちトランスパーソナル心理学/精神医学会という団体は、非常に単純化して申し上げれば、既存の心理学や精神医学にスピリチュアリティ (霊性) というものを主題として加え、

* 〒252-0307 神奈川県相模原市南区文京2-1-1 相模女子大学
人間社会学部 人間心理学科
<http://www.sagami-wu.ac.jp/ishikawa/> (石川勇一研究室)
y-ishikawa@isc.sagami-wu.ac.jp

研究を行おうとする学術団体です。にもかかわらず、今日までこれほど正面から、靈魂とか、死者の魂との関わりをとりあげて、シンポジウムや討論をしたことは、いくつかの個別の研究発表を除けば、一度もなかったように思います。この学会は1998年に設立され、間もなく20年を迎えようとしており、もう一つのトランスパーソナル学会はすでに設立20周年を過ぎておりますが、どちらも実は魂という問題を正面から受け止めていなかったのではないかと思われます。つまり、トランスパーソナル心理学においては、抽象的な靈性（spirituality）は取り上げても、ソリッド（固体的）なイメージの靈魂（spirit）は暗黙のうちに回避されていたのです。しかし、これは考えてみると不可思議なことでもあります。

スピリチュアリズムの遺産

シンポジウムの冒頭で實川先生が仰っていたように、もともと魂とか靈魂、あるいは死後生と呼ばれるもの存在／非存在の議論や、魂があるとしても果たして私達人間は魂と交通・交流できるのかということを本格的に研究しはじめたのは、今から150年くらい前のスピリチュアリズム（spiritualism）と呼ばれる潮流に遡ることが出来ます。

スピリチュアリズムの発端は、1848年にニューヨークの民家で続けざまに衆目の前でポルターガイスト現象が起り、マスコミにも取り上げられ、激しい議論が巻き起こったいわゆるハイズヴィル事件です。この民家に現れたとされる靈は、文字盤を指し示すことによってラップ音で返答してきたため、対話をする事ができたといわれています。さらに、ハイズヴィル村以外の各所でも同様の現象が報告されるようになると、議論の焦点は靈的現象の有無・真偽から、次第に靈の発するメッセージ内容へと注目

が移っていきました。ハイズヴィル村で起きたような出来事を信じ、諸々の靈が発するメッセージに関心を抱き、あるいはそのメッセージに共感する人々の集会在、スピリチュアリズムの原点です。

その後、スピリチュアリズムは米国から欧州に飛び火し、各地で降霊会が盛んに開かれ、靈との交流を試みる人々が増えていきました。さまざまな靈能力をもつ人物や、公開の場でヒーリングを行う人物、あるいは靈との媒介となって生きている人々にメッセージを伝える靈媒などが数多く現れるようになります。日本でも流行したいわゆる「コックリさん」（狐狗狸さん）は、この潮流で欧州に流行したテーブル・ターニング（table turning）が海を渡って伝播したものであるといわれています。

一方で、心霊現象を科学的な立場から検証しようという人々が集まって、ダブリン王立大学物理学教授のウィリアム・バレットの提案に基づき、世界初の心霊研究機関である心霊研究協会（Society for Psychical Research：SPR）が1882年に設立され、第一線の科学者、政治家、靈能者が多数これに参加しました。SPRの会長は、ケンブリッジ大学倫理学教授のヘンリー・シジウィック、アメリカ心理学の祖であるウィリアム・ジェームズ、フランスのノーベル賞生理学者のシャルル・リシェ、哲学者のアンリ・ベルグソンなど、そうそうたる面々が代々務めています。SPRは厳格な学術研究を行いましたが、心霊現象への懐疑派とスピリチュアリストとの間で激しい議論が絶えることはありませんでした。SPRの研究活動は現在も続いていますし、心霊現象の科学的研究の一部は超心理学（parapsychology）へと受け継がれました。

スピリチュアリズムの初期には、死後生の有無や心霊現象の真偽が主要な論点となり、SPRのような団体が誕生して学術的な心霊研究を生み出しました。一方では、その後、さまざまな

霊媒が現れ、格調の高い通信内容を次々と、しかも大量に語るようになると、そこに示された霊的な世界観や思想に多くの人々の関心を示すようになり、霊的な哲学をよりどころとした生き方をする人々が多数誕生するようになります。

フランス人のアラン・カルデック（1804-1869）は、信頼できる複数の霊媒による交霊会に繰り返し参加し、天の声を伝える霊たちにさまざまな根本的な質問を行い、そこで得た回答を比較検討し、その結果を『霊の書』（1857）としてまとめました。『霊の書』はフランスやラテン諸国でベストセラーになり、精神主義と区別するためにスピリティズム（Spiritism）と称し、ブラジルではカルデシズムと呼ばれて広く普及しました。『霊の書』は、キリスト教圏で編まれた書物であるにもかかわらず、その教義に反して輪廻転生を説き、霊の世界は心の進化に応じた厳格なヒエラルキー構造になっているとしていることが大きな特徴です。

キリスト教の牧師である霊媒ウィリアム・ステイントン・モーゼスは、インペレーターと名の最高指導霊からの通信内容を『霊訓』（1995, 原著初刊 1883）として発刊し、ジョージ・ヴェール・オーウェンは、母と友人たちや守護霊などによるメッセージを『ベールの彼方の生活』（2004, 原著初刊 1921）として著しました。モーリス・バーバネルは、シルバーバーチと名乗る高級霊によるメッセージとされる『シルバーバーチの霊訓』（2004, 原著初刊 1938年）として公表し、カルデックの『霊の書』（2005-06, 原著初刊 1857）とあわせて、スピリチュアリストたちはこれらを四大霊訓と呼んで偉大な霊的真理が説かれたと考えています。

英国の作家であり自動書記霊媒であったジェラルディン・カミングズ（1890-1969）は、故人の心霊学者マイヤーズから通信が下り、その内容を『永遠の大道』や『個人的存在の彼方』として出版しました。これによると、人間は個で

ありながら、死後はグループ・ソウルの一つとして融け込み、転生の際は再び一部が分かれるという類魂説が説かれています。

これらの霊訓は、そのまま真実であると信じるスピリチュアリストもいますが、霊媒の潜在意識が顕現しているという説や、悪霊の仕業であるという考えなど、さまざまな受けとり方がみられます（以上、三浦, 2008; 津城, 2005; 石川, 2016b）。

米国人の元写真家エドガー・ケイシー（1877～1945）は、医学的素養がないにもかかわらず、催眠状態に入ると多くの人々の病気の治療法を詳しく具体的に語って助けました。さらに、アカシック・レコードと呼ばれる宇宙の記録庫のようところにアクセスして、相談者の過去生を本を読むかのように読み取り（リーディング）、カルマの法則を説き、時に厳しく生き方の指南を行いました。

日本では、浅野和三郎が1923年に心霊科学研究会を設立し、心霊研究や霊界との通信（『小桜姫物語』2003年など）を行いました。

2003年にはスピリチュアルカウンセラーと称する江原啓之氏がマスメディアに登場し、相談者本人しか知らない情報を伝えて信頼関係を形成し（シッティング）、主護霊からのメッセージを受け取って本人に伝えたり、オーラを霊視するなど、問題解決への具体的なアドバイスを行って大きな反響を呼びました。江原氏はスピリチュアリズムの思想を独自に編集し、数多くの著作を出版し、「エハラー」と呼ばれる信奉者たちが現れるなど、日本にスピリチュアル・ブームを引き起こしました。

スピリチュアリティを主題とするトランスパーソナル心理学は、スピリチュアリズムの全盛期が過ぎた後の1960年代に登場した学問です。興味深いことですが、トランスパーソナル心理学と、スピリチュアリズムは、その内容においてほとんど接点がありません。トランス

パーソナル心理学は、生き方や死に方、悟りなどの自己の究極の成長に関心を傾ける精神主義的傾向があり、あまり靈魂には触れずに避けている傾向があるように思われます。

日本ではブームを引き起こした江原啓之氏の影響もあって、一般の人々は、スピリチュアルという魂・前世・オーラなどを題材とするスピリチュアリズムのイメージが強いように思われます。本来は、スピリチュアリティとスピリチュアリズムは、語源も同一であり、つながっているはずのものだと思われませんが、唯物的な知識人をはじめとして、靈魂などの目に見えないものを生々しく扱うスピリチュアリズムに対しては、強い感情的な反発が見られ、頭ごなしに白眼視されることが現在でも少なくありません。

魂は存在するか否か

多くの人々にとって、魂や神の存在は目に見えませんし、今日の日本人の多くが抱く唯物的な世界観のなかでは、存在しないと考えることはある意味では自然なことと考えられます。魂を否定したからといって、日常生活に支障が出て困ることはほとんどないと感じられるでしょう。

しかし、心の成長や悟りを志向するトランスパーソナル心理学／精神医学においては、「魂との出会いを語る」という今回の企画は、タブーではなく、一定の意義のあるものだと考えております。トランスパーソナルな成長の過程では、他の魂と出会うことは決して珍しいことではなく、彼らとどう関わるかということは、ひとつのテーマだからです。低級霊を神やマスターと勘違いし、転落の人生を辿ってしまうということも十分にあり得るからです。さらに、はじめに申し上げたとおり、神々や魂との絆の喪失による無意識的なダメージは決して小さくないのではないかと推察できるからです。

膨大な原始仏典にしても聖書にしても、神や

霊は至る所に登場します。しかし、唯物主義的な知識人は、これを神話的な象徴であるとか、内的プロセスの投影とか、いろいろと解釈を試みるようですが、原書を素直に読む限り、このような解釈ですべて説明できるとはとても思えません。

宗教が力を失いつつある近代国家では、死者や神々などの魂の存在を前提とすることに眉をひそめ、懐疑的あるいは否定的な見方をする方々が多いことは無理もないことです。しかし私自身は、さまざまな修行の過程で、多様な霊的存在と遭遇する体験をしております。そういう経験があると、神々や魂の話には、すべてを盲目的に信じるわけではありませんが、抵抗感はなく、むしろ自然なこととして受けとめることができます。仏典などに神々や夜叉などがでてきても、リアルな出来事として字句通りに読むことができるのです。そして、魂が有るか無いかという議論に時間をさくことは無駄に思えます。

ただし、ここでもうひとつ重要な論点があります。霊的存在との出会いの経験があるということと、魂が「ある」ということは、必ずしも直結しないのです。有るということ、存在するということは厳密にどういうことかをききつめるならば、魂の実体は無いということも、真実なのです。

ゴータマ・ブッダの教えのとおり、「私」という存在は、縁起によってそのつど生じている心と身体（名色）から成る五蘊（色受相行識）に過ぎません。五蘊は、常に変化してとりとめのない、無常なものであり、実体の無い「無我」（anatta）であるというのが、厳密な意味での真実なのです。

しかし、素朴な意味での私（attan）は存在するといっても間違いではなく、ブッダもそれを否定していません。肉体の死によって終わらない私もあり、それを魂と定義するのであれば、素朴な意味において他者の魂もあるといっても

間違いではないのです。

つまり、素朴な態度で経験論的にいえば、魂はあるといえますが、厳密につきつめてみると、魂というのは実体のない概念に過ぎませんので、魂はないといえるのです。ややこしいところがありますが、実体があると考えるところから、さまざまな迷妄が生じ、苦しみが生じ、いわゆるエゴが肥大化してきます。ですから、「私」「魂」というのは、かりそめの概念であると括弧付きで理解しておくのがよいと思います。

魂を前提とした研究における問い

素朴な経験論的な意味で、自分以外の魂を主題として研究しようとするのであれば、心霊科学や超心理学が主題とする魂の存在の有無ではなく、魂の存在を前提とした次の問いへと進む方が、トランスパーソナル心理学／精神医学の問題設定としては適切であり、実りも多いと思います。すなわち、「どのような魂と」「どのように関わるべきか」「その関わりがいかなる心の成長をもたらすのか」という問いを立てて、これについて関心が払うということです。

私が霊的存在と関わった経験の一部は、本学会の学会誌に掲載されている研究論文「アマゾン・ネオ・シャーマニズムの心理過程の現象学的・仏教的研究」(2016a)にも記述していましたが、それは上記のような視点から論考を行いました。

スピリチュアリズムのメッセージ群も、「その関わりがいかなる心の成長をもたらすのか」という観点からみて、興味深い内容です。私は若い頃からひそかに四大霊訓などを読んでおりましたが、特にモーリス・バーバネルという霊媒が50年以上にもわたって霊界通信した記録である『シルバー・バーチの霊訓』は、十巻以上におよぶ大部ですが、吸い寄せられるようにして通読したのを覚えています。長期間にわたっ

て膨大な内容が通信されたことに驚いただけではなく、内容の格調の高さに感銘を受けました。

先ほども申し上げましたが、日本にも浅野和三郎氏の妻が霊媒として語った『小桜姫物語』という詳細な霊界通信があります。この通信では、小桜姫と称する霊の生前の人間としての人生の回顧にはじまり、死までの経緯、死後に龍神に指導を受けながら「精神統一」と呼ばれる瞑想修行をして成長していく過程、やがて神として神社に祀られてからの出来事などが綴られています。私は、この通信記録も興味深くあつという間に読了し、実際に小桜姫が祀られている神奈川県三浦半島にある神社まで参拝してきたほどです。

さまざまな霊訓を読み比べると、それぞれに共通する内容もあれば、互いに矛盾するような内容もあり、またキリスト教圏での霊媒にもかかわらず輪廻を語るものが多いなど、興味深い側面が多々あります。霊訓の内容は、実在の人間の思想と同じように、さまざまな角度から研究される価値があるのではないかと思います。

本日のシンポジストのお話には、神々、人間、餓鬼（死んで悪いところに生まれた者）、動物が登場しておりましたが、このように魂の存在を前提とし、彼らとの交流を語るという試みは、ある意味で、スピリチュアリズム的な視点であり、精神主義的なトランスパーソナル心理学／精神医学においては、大げさかもしれませんが歴史的な企画だったように思われます。しかし、そのような学問領域の区分云々よりも、こうした体験が、いたずらに懐疑の目にさらされることなく、反対にいたずらに持ち上げられることもなく、自然と語られることの方が大切であるように思います。もちろん、真実の魂との出会いが飾られずに率直に語られることに意味があるであって、自己や組織に益するための作り話や、妄想・幻覚にもとづく虚構、興味本位な怪談話などが語られることには意義がないことは

いうまでもありませんので、理性的な懐疑精神も失ってはなりません。

苦しむカミサマと救いのプロセス

本日のシンポジストの先生方のお話は、それぞれに完結しておりますので、私がコメントを差し挟むことに気が引けておりますが、役割上、感じたことを少しだけ申し上げますことお許しいただければと思います。

はじめに精神科医の吉村哲明先生ですが、カミサマのお話、大変興味深かったです。特に印象に残りましたのは、「カミサマが救われたがっている」という表現が何度かされたところです。キリスト教的な、全知全能の神という観念のなかではありえないことですが、これは実際にカミサマと関わると、決して奇妙なことではないと思いました。

私は現在、ゴータマ・ブッダの直説に基づく初期仏教を学びながら修業をしているのですが、その観点からみますと、「カミサマが救われたがっている」ということがよりよく理解できると思うので、少しご説明させていただきます。

まず初期仏教といいますのは、ゴータマ・ブッダすなわちお釈迦様が実際に生きて活躍されいる時代と、ブッダ入滅後、直弟子たちが活躍していたおよそ100年間くらいの時代の仏教のことです。日本に根づいて知られている仏教諸宗派は、この後に仏教教団が分裂した後に新たに経典・教義が形成された大乘仏教であり、初期仏教の伝えているブッダの教えとは異なっている部分が少なくありません。

ブッダが実際に説かれた可能性が高いパーリ語で書かれた初期仏教の経典（パーリ聖典）によりますと、私達が関わる神様というのは六つの世界に住んでいるそうです。六つの世界とは、人間界に近いところから順に、四天王天

（catumahārājika）、三十三天または忉利天（tāvātimsa）、夜摩天（yāma）、兜率天（tusita）、化乐天（nimmānarati）、他化自在天（paranimmita-vasavatti）です。この六つの神々の世界を六欲天（cha kāmavacara-sagga）といいます。六欲天は、どれも非常に美しく神々しい世界ですが、ブッダによると、ここに住む神々は皆、まだ煩惱が残っています。実際、次のように説法されています。

神々も人間も、ものを欲しがり、執著にとらわれている。この執著を超えよ。

（suttanipāta 333）

経典を読むと、お釈迦様は、数多くの人間だけでなく、餓鬼、悪魔、修羅、神々、梵天と対話をし、どの世界にもよく通じていることがわかります。その上で、神々はまだ貪欲から自由になっていないと語られているのです。次のようにも説いています。

神々も世間の人々も汝の軍勢を破り得ない

（suttanipāta 443）

ここでいう軍勢とは、煩惱のことです。具体的には、欲望、嫌悪、飢渴、妄執、ものうさと眠気、恐怖、疑い、見せかけと強情、などが人間にも神々にも心に備わっていて、法（ダンマ）に目ざめてひたむきに修行をしなければ、煩惱に打ち勝つことはできず、苦しみは終わらないと説いているのです。

吉村先生のお話にありました「カミサマが救われたがっている」というのは、パーリ経典のこのような理解からすると、妥当なことだと思われれます。私たち人間からすると、カミサマたちも同じように悩みや欠点があるので、ある意味では親近感が湧くかもしれません。

吉村先生のお話しからは、癒されるという

ロセスは、神が人間を救う、一方が一方を癒すという単純なものではなく、依頼者と、カミサマと、関連する霊が、一つの課題のなかで一つの容器に入って、諸共にヒーリングされていくものだという印象を受けました。パーリ聖典に「ラタナスッタ (ratana sutta 宝経)」というお経がありますが、このお経では、ブッダが神々に対して次のように指令をする部分があります。

ここに集まった神々は地上のものでも空中のものでも、すべての神々は歓喜せよ、そして我が教説をうやうやしく聞け。それゆえに一切の神々は耳を傾けよ。人々に慈しみを垂れよ。人々は昼夜に供物を捧げるがゆえに、それゆえ不放逸にしてその人々を守れ。

(Ratana sutta, Khuddakanikāya khuddakapāṭha 6)

ブッダは、神々に対して、慈愛を持って人間たちを守りなさいと説いているのです。一方で、人間たちに対して、神々を信じなさいとか、神々に捧げ物をしなさいとは語りません。ブッダの教えは、神々を信じることによって救われたり、完成する道ではなく、ダンマ（理法）をよりどころとして、自ら修行して心を浄め、煩惱の汚れを落としていく道なのです。神の存在は肯定しながらも、神を信じなさい、祈りなさいといわないところは、ブッダの教えの特筆すべき点であり、私たちは神々とどう関わるべきか、という点において注目すべき説法であると思います。

神人の協同作業に必要とされる無私の心

金光教羽曳野教会長の渡辺順一先生のお話は、一つ一つのエピソードが大変心に沁みて参りました。神様というのは、信仰深い人間に対しては、先ほど紹介したブッダの言葉のよう

に、本当に動いてくださるのだと感じました。そして、教団や教義が登場することにより、昔ながらの神と人と協働作業がなくなっていったというお話もまた大変印象に残りました。私たちが神々とどのように関わるべきか、という点において大変重要な御指摘だと思います。

哲学者のドナルド・ロスバークは、スピリチュアリティすなわち霊性とは、宗教から教団や教義を差し引いたものであるという説明をしていますが、結局、概念や組織で固定し、それに執着してしまった途端に、生きたスピリチュアリティは掌からこぼれて落ち、消失してしまうということだろうと思います

神様をお願いされて、手ぶらの無一物の人間としてあなたの道具になりますよという心があるときにこそ、もっとも神と人との協同作業が進むのかもしれない。もともとはこのような純粋な神と人との活動だったものが、組織化すると、金銭のことや、人集めのことや、組織の維持のことなどが頭によぎるようになり、そうになると、このような邪念・雑念に邪魔されて、神の働きが鈍化していくということは、多くの宗教でくり返し起きているように思います。世俗的な欲望が肥大化すれば、霊性は地に落ちるといふことだと思えます。

それから私は、エネルギー・ヒーリングを心理臨床のオプションとして実践しているので、渡辺先生のお話との共通点も感じました。ヒーリングというのは、わかりやすうくいうといわゆる「手かざし」なのですが、日本ではあまり知られていません。しかし、イギリスやアメリカの一部の州では健康保険の対象になるほど、ある種のデータもあり、補完代替療法として広く行われているものなのです。

そのようなヒーリングを私はときどきやらせていただいているのですが、ヒーリングに集中していると、目の前に横たわっている方の苦しみをありありと自分のことのように感じてしま

い、それを吸い取ってしまいたいという気持ちになることがあります。しかしもし私が吸い取ってしまったら、私に害が及んでしまうのではないかというエゴの声がよぎる瞬間もあります。それでも「もういいや！」という感じになって、吸い取ってしまえと思う時があります。

それは、渡辺先生がおっしゃっていたように、私個人がどうこうするというよりは、「その苦しみを神に預ける」という意識に似ております。他人のカルマというのは、私ごときの一人の人間ではどうにもならない重さというものを感じますので、より大きな存在にお任せします。私は単なる道具になって一生懸命やりますという気持ちになると、ヒーリングがより強力に機能すると感じています。たとえばそのヒーリングしたときにヒーラーがブワーッと泣いて、全身が意味不明の震えに襲われた後に、深いところの悲しみや恐怖が洗い流されていく、そういうことがあるのです。このようなことは、誰かに教えられてやっていたわけではないのですが、金光教の方々のやっておられることと、一致しているように思われました。人間が、神と協同して、神の道具として働いている時には、みなそういう気持ちになるのだらうと思ひ、励まされた思いがいたしました。

衆生への供養と慈悲

僧侶の太田宏先生からは、解離性障害の事例、ペルーでの出来事やペットのことなど、興味深いお話をたくさんいただきました。

ペット供養は教義にあるのだろうかかと仰っておりましたが、パーリ聖典を読みますと、餓鬼 (petā)、畜生 (tiracchānayani)、地獄 (Niraya) という悪処に堕ちたものたちも含めて、あらゆる命あるものたち (有情 sattā) へ慈悲の念を向けることは、メッタ・スッタ (mettha sutta 慈経) をはじめとして、各所で推奨されています。

餓鬼に対する回向によって、餓鬼が救われる話などは、ペータ・ヴァットウ (Peta-vatthu 餓鬼事経、小部經典所収) に多数出て参ります。日本語で餓鬼とか畜生という、差別的・侮蔑的なニュアンスを感じられる方もおられるかもしれませんが、ブッダがこれらの言葉を使っておられるときに、そのような意味はまったくありません。

私が短期出家修行させていただいたミャンマーの僧院では、たびたび慈悲の瞑想を行いました。そこで行われていた慈悲の瞑想は、餓鬼、畜生、地獄の悪趣だけではなく、人間界、その上の六欲天の神々、その上の色梵天界と無色梵天界の梵天衆 (細かく分けると 31 の世間になります) すべてに、ひとつひとつはっきりと意識を向けて、慈悲を向けて瞑想します。出来る人は禅定に入った後にこれを行います。私達の心がザワザワしてる時にはどうしても情が入ったり観念が入ったりして散漫になるため、もっとも心が落ち着いて澄んだ状態になり、強い集中力のあるところで、もっとも強い慈悲を向けなさいと教えていただきました。慈経のなかにある次の一節をかみしめながら心の中で唱えてもよいのです。

Sabbe sattā bhavantu sukhitatta

サッペー・サッター・バヴァントゥ・スキタッター
(生きとし生ける者が幸せでありますように)

これをやると、不思議なことですが、しばしば、鳥肌が立つのです。機械的にお題目を唱えるのではなく、集中した状態で、しっかりと対象に意識を向けてやると、背筋が伸びて涼しくなり、心は満たされ、時には涙が流れ、鳥肌が立ちます。本当に不思議なことです。ブッダの勧めの瞑想は、いわれたとおりに、本気でくり返しやると、いろいろなことが体験的にわかるようになっていきます。

現代の日本では、ペットが家族の一員になっている人も多く、ペットロスに深く悩まれている方々も少なくありません。一方で、人間の都合が悪くなるとペットは捨てられて、挙げ句の果てには大量に殺処分されていたり、闇取引されて劣悪な環境に放置されているというも厳然たる現実です。さらに私たちは、平気で生きものを食べて、生きものが殺されるときの痛みと恐怖に思いを寄せることなく、自分の食欲・快楽欲を満たして暮らしています。

ブッダは、生きものを殺すこと、生きものを売り買いすることは悪行為であり、悪業になると説いています。ペットも含めて、動物・畜生にも、どのような境遇の生きもの（一切衆生）にも、慈しみと憐れみをもつことや、そう思えるようにと精進することが、現代の私たちにとっても、とても必要とされているように思います。

音・光・供養と神通

最後に修験道行者の立石先生のお話です。

私事で恐縮ですが、立石先生は私の修験道の師匠でもあります。今から7年ほど前でしょうか、都会育ちで、インドアのデスクワークばかりの軟弱者の私が、熊野の険しい山奥にある立石先生の修行場に詣でて、修業させていただきました。私が行った修行は、先生がされた修業の何百分の一にも満たないものですが、私にとってはかなり大変なものでした。立石先生が開かれた熊野の回峰行のコースを毎日歩かせていただきました。獣道や里道からなる約10キロ程のコースですが、要所で法螺貝の奏上と勤行を行いながら歩きます。最初は5日間だけ参加させていただいて、5日間歩いた後にお堂にてお護摩が焚かれました。御護摩の時に立石先生が法螺貝を吹かれますと、その音が自分のなか深くに染み入ってきて、私は涙が止まらな

くなってしまったのです。「これはいったい何だろう」というぐらいに意味がわからない涙でした。理屈ではないのですね。自分でもよく説明できないけれども、この音にはなにかある、ものすごい優しい音だ、ここには本物があるに違いないという風に思い、その後幾度も熊野に通い、修行をして、ご指導をいただきました。この修行体験の一部は、本学会の学会誌の論文「トランスパーソナル心理療法としての修験道」（石川, 2012）にも記したとおりです。

さて、本日も立石先生の、今ここしかない！ 今日しかない！ 今できることを命がけでやるんだ！ という気迫が感じられ、嬉しく思いました。しかし、立石先生のこの迫力は山の中にいる時の方がもっと強力であるように思います。立石先生の場合は、不思議なことに、大事なことは山の中で仰ることが多いのです。私がお話を聞いてメモ取ろうとすると、「メモを取るな！」といわれたりします。頭の表層でわかるようなものではどうにも動かない、忘れるぐらいだったらどうしようもないということなのだろうと思います。心の中に刻みつけろという、そういう熱さなのだろうと理解しています。

考えてみれば、ゴータマ・ブッダも、特に寺などが無い初期には、森などの自然のなかで説法されることが多く、説法を聴いた人はだれも紙にメモすることなく、皆、ことごとく暗唱して、数百年間は口伝だけで伝承されてきたわけです。多くの修行者が、膨大な量の説法を正確に記憶していたお陰で、二千五百年後の日本でも、ブッダの説いたダンマ（法）を読むことができるのです。大事な言葉を心に刻みつけられず、忘れるような人は、修行も進まないのだろうと思います。

今日の立石先生は、いろいろな魂との出会いや奇跡のエピソードをお話してくださいました。行者が自らのドアを開けると、仏菩薩、神々が現れ、行者はメディエーターつまり媒介者にな

なのだと言っていました。しかし、単に神仏と人とを媒介すればよいというものでもなく、山のなかで精神を斗敷して、六根を清浄にし、自らを浄めることによって、狸や猪^{むじな}ではなく、より高次のレベルの魂とつながることが重要であるというお話が印象に残りました。供養をなす行者は、魂の霊格を見極める審神者の能力も必要とされるということでしょう。

「どのような魂と」関わるべきかという問いに、ここで一つの回答が与えられたように思います。より高次の魂と出会うべきである、そうするために、自らを浄める修行をせよ、ということであります。

遠野で供養のため、オカリナを吹くと、苔むす岩に刻まれた文字が光って見えたというのは、まったく不思議なお話でした。心を整えて息を吹き、オカリナの音で供養したら、光の返答があったようにも受け取れました。供養の過程で、ある種の神通力が開眼されたのではないかとも思いました。

ブッダは、神通力を開発する方法として、四神足（cattāro iddhipāda）と呼ばれるものを説いています。残念ながら四神足の詳細は伝承されていないのですが、相應部經典の神足相應などの經典によりますと、四神足を成就するための基礎は、揺るぎない集中力による瞑想（samatha bhāvanā）、すなわち禪定です。地・水・火・風・空を対象とした瞑想は、分別観とも呼ばれますが、これも集中瞑想の一つです。集中瞑想を深めることが、神通力の発現に関わることは間違いのないようです。パーリ聖典には神通について次のように書かれています。

熱意をもち、努力し、専修し、怠らず、正しく考える修行者・パラモンは、精神を統一した状態で、さまざまな種類の神通を経験するように心を集中します。すなわち、単独であっても多数となり、多数であって

も単独となり、姿を現したり消えたりし、妨げられることなくまるで空中を行くように壁や石垣や山を越えて進み、地面の上で水上のように浮沈し、水上で地面の上にいるように歩き、羽のある鳥のように空中を結跏趺坐して進み、また太陽や月のように偉大な神力と威力をもつものを手で撫でまわし、さらには梵天界にまで生身で到達するのです。

（「自歡喜經」 Dīgha Nikāya 28）

神通のスケールの大きさに、思考がストップしそうになります。このような記述は、後代に付加された文言であろうとか、神話的比喩であるという解釈もされるようですが、それにしても、パーリ聖典には、至る所に神通力やその顕現について刻銘に記されています。これは聖書でも同様です。

そもそも修験道の「験」は、験力の験であり、験力とはまさに神通力のことです。修験道開祖の役行者神変大菩薩も大神通力を現したという伝説が数々伝えられています。立石先生は、修験道の修行をされて、あるいは生まれ持った資質もあって、この験力と、高次の神々とのコンタクトによって、供養や奇跡を実現しているのではないだろうかと思いました。

私のような低レベルの修行者でも、僧院で毎日八時間精進して瞑想する生活を送っていると、瞑想中もそれ以外の時も、視界が眩しいくらいに明るくなることがあります。実は、これもしっかり經典の各所に、瞑想中に現れる「光明」として書かれていますし、修行に励んでいる出家修行者にはニミッタ（nimitta）としてよく知られ、光の特徴によって種類も分類されています。つまり、正しい修行をすれば、さまざまな不思議なことが、実際に起こってくるのです。そのような実体験からしても、私はパーリ經典にある神通力をそのまま信じたいと思って

います。継続的に正しく修業を続ければ、人間は信じられないようなこともできるようになるのではないかと思います。

ただし、上記のような人間離れした神通は、経典には「煩惱の汚れをとめない、生存の素因を備え、聖でない神通」とされ、解脱に向けて必ず達成しなければならない能力ではありません。それに対して、快・不快にとらわれず、諸々の快・不快の刺激も嫌悪も起こさず、落ち着いて正しく自覚し、つねに平靜でいられることが、「煩惱の汚れがなく、生存の素因がなく、聖であるといわれる神通」であるとされています（『自歓喜経』Dīgha Nikāya 28）。

立石先生は「信じて疑わない」という言葉を本日仰いましたが、このフレーズは私が熊野で修行しているときにも何度か耳にしておりましたので、私にはなつかしくもあり、よく心に馴染んでいる言葉でした。「信じて疑わない」ことは、修行の上では非常に大切なことだと思います。山道が川のようになる暴風雨のなか獣道を歩く回峰行は、一般的には非常識ですが、このときも「信じて疑わない」心で修行をするならば、神仏とのつながりを感じて安心していられるものです。行者が「信じて疑わない」ときには、宝経のブッダの命令よろしく、善良な神々はその人間を守らざるを得なくなるのではないのでしょうか。信じて疑わず、慈悲のこころをもって精進する行者には、高次の神々が働かれるのだと思います。

私は立石先生の法螺の音、オカリナの音に惹かれて修行をするようになってから、音の背後にある世界を感じとる能力がぐっと高まったのを感じています。記号的意味としての言葉よりも、人の出す音が、いかなる呼吸と身体性から、そしていかなる心から発せられているの

か、というのを自然と瞬時に感じ取るようになったのです。そうすると、言葉ではよいことを言っている、音がよくない、つまり心がよくないということにもすぐに気づけるのです。よい心でよい音を出せば、よい光が訪れ、神々が働かれ、その結果として、よい供養も実現するような気がいたしました。

とりとめのないコメントになりましたが、本日は貴重なお話しの数々から多くを学ばせていただきました。ありがとうございました。

文献

- 浅野和二郎（2003）『小桜姫物語：霊界通信』潮文社
バーバネル, M.（2004）『シルバーバーチの霊訓（一）～（十二）』潮文社
藤本晃（2008）『仏教の正しい先祖供養』サンガ
石川勇一（2012）「トランスパーソナル心理療法としての修験道：修行の心理過程と修験道療法」『日本トランスパーソナル心理学／精神医学』Vol.12, No.2, p49-72
石川勇一（2016a）「アマゾン・ネオ・シャーマニズムの心理過程の現象学的・仏教的研究」『日本トランスパーソナル心理学／精神医学』Vol.15, No.1, p62-86
石川勇一（2016b）『新・臨床心理学事典：心の諸問題・治療と修養法・霊性』コスモス・ライブラリー
カーデック, A. 桑原啓善訳（2005-06）『霊の書』潮文社
オーウェン, G.V. 近藤千雄訳（2004）『ペールの彼方の生活（一）～（十二）』潮文社
三浦清宏（2008）『近代スピリチュアリズムの歴史：心霊研究から超心理学へ』講談社
モーゼス, W.S. 浅野和二郎訳（1995）『霊訓』潮文社
中村元監訳（2004）『原始仏典〈第3巻〉長部経典3』春秋社
中村元訳（1991）『ブッダのことは：スッタニパータ』岩波書店
高楠順次郎監訳（2003）『増支部経典 7』（OD版南伝大蔵経22下）大蔵出版
津城寛文（2005）『〈霊〉の探求：近代スピリチュアリズムと宗教学』春秋社
ウ・ウェープツラ（1978）『南方仏教基本聖典』中山書房
房仏書林