

ネパールの“精神ドック”に“入院”して

土井 功

“精神ドック”に“入院”する

長寿社会になると、還暦になっても誰も祝ってはくれない。人口構成が三角型からキノコ型になり、今までの生活慣習は、新しい生活規範によって消滅している。

思いおこせば、原爆投下によってキノコ雲から出たエネルギーが一瞬にして国土を焦土化して、終戦を迎えた。原爆キノコ型の人口構成は、まさに国土を疲弊させる方向に進んでいる。

こういう渦中で、俺は還暦を迎えた。誰も喜んではくれない。厄介者が一人誕生してきた、と思われている。物資の欠乏時代から豊饒時代へとうつり、あらゆる価値観が見直されている。俺は、戦中戦後の長いトンネルを歩いてきたのに、ようやく通り抜けたら、老人を尊敬する時代は遠のいていた。老人が古稀になると「まあまあ」、喜寿になると「そろそろ」、米寿になると「困ります」、白寿になると「死んでくれ」と、冷たい眼でみられている。

老人は、尊敬の言葉でなく蔑称となり、産業廃棄物同様、厄介物として扱われている。介護保険が4月から開始されたが、俺は、老人の廃棄処理と思っている。老人たちは社会の冷徹な仕打ちに対して、痴呆症になったり、アルツハイマー症になったりして、社会に無恥の攻撃をかけている。そして家庭を困らせ、社会を混乱させている。老人は意識なきゲリラ活動をして溜飲を下げて、弥陀の世に飛びたってゆく。

俺は老人である。現世で阿修羅行になるのか、好々爺行になるのか、俺は世間の対応によって行動を決めると息巻いている。「若者よ老人を尊敬せよ、さもなくば」なのである。

高齢化時代になって、我々老人が、老人の役割と消滅を背負って長寿をまっとうするのも容易なことではない。老人は弱者であると自覚すればす

るほど、自己防衛を鮮明にして行動をとらなければならない。痴呆症やアルツハイマー症になってゲリラ活動をするためには、身体が頑健でなければならない。老人は天命を知っているが、忍びよる死に対して人間ドックに入院する。老人疎外の社会になっている現在、老人の人間ドック入院は、生命をまっとうする人生の寂びでも侘びでもなく、老人の哀れであると思うようになった。

人間ドックの検査は、肉体の機能にかかわるものであって、精神の検査は行われていない。大きなストレスが溜まる文明社会なのだから、精神状況の検査を重視するべきなのに、どうしてか放置されている。

還暦になると、肉体同様、精神にも歪みが生じているに違いない。この60年間の人生、自分自身をいつも自覚して歩んできたわけでもない。いつも時の流れに身を任せてしまい、自失してしまった。従って、身体は空洞化され、老人は廃棄物として扱われるようになった。

精神の歪みを見つけ出し、それを是正するためには、どのようにすればよいのか。文明社会で多くの精神的障害が発生しているので、ここから脱出する必要がある。また、初期に宇宙に打ち上げられた宇宙飛行士は、宇宙に数日の滞在で宗教的な啓示を受けて、宗教家として人生を送っている人も多い。宇宙の未知の真空状況に接し、心が浄化されたに違いない。

ことほど左様なことから、文明社会から離脱し、空気が浄化されている高地で生活するならば、いささかでも心が浄化できると思い、チベットに入国したいと思うようになった。

チベットは標高4000mもあり、チベット仏教の行者は「チベットの生と死の書」を著していて、生命観について深い知識をもっていることもあった。しかし、チベットは中国の弾圧を受けていて、長期の滞在は難しいこともあり、釈迦が生れたネ

パールに入国することにした。

こうして、標高2600mにあるムスタン郡ツクチェ村に入村し、セルチャン家の自宅を療養の場とする精神ドックに入院することになった。

歴史ある“入院病棟”は爽やかである

ネパールでの入院病棟は、ニルジャル・セルチャン家の自宅である。この病棟は、首都カトマンズ西方200kmのムスタン郡ツクチェ村にある。この村は、標高8000mのヒマラヤ連峰のダウラギリとニルギリの大峡谷にあり、インド洋に流出するカリガンタキ川の標高2600mの河岸段丘にある。

ツクチェ村は、1950年代までチベットとインドを結ぶ塩の道の重要な拠点であったが、中国がチベットに侵攻してその道は途絶えてしまった。この時に100万人ものチベット人が犠牲になり、ダライラマなどの高僧がインド、ネパールに亡命した。そして、インドのダラムサラにチベットの臨時政府が置かれている。

セルチャン家には、100年前にチベット旅行記を著した河口慧海師が1ヶ月ほど逗留していた。当時この家の戸主はタカリ族長でもあり、ムスタン郡の郡長でもあった。私は、河口師が宿泊していたのと同じ部屋に入院することになった。

現在の家族は、母親と息子、女中と使用人夫婦と赤子の7人で、動物は馬と犬と鶏がいる。稼業はリンゴ園を経営し、リンゴを原料にするブランデー工場を稼働している。自宅は3階建ての石造りで、私の部屋は2階の広さ6坪である。木製の階段を上がると、北面に高さ1.5mの観音開きの扉がある。室内には木製の寝台が2脚あり、東面に小さな窓が2面ある。そこから眼下に中庭が見える。

中庭の中央に丸太のポールが立っている。それには写経された旗12枚が掲揚され、いつも風でビュービュー鳴いている。風の経と言われ、家内安全、家内隆盛などを守るために設置されている。

建物の開口部は小さい。その理由はネパール人が小柄であること、高地での防寒対策、木材が貴重で節約のためと思われる。この構造のために、鴨居に頭をぶっつけていた。信心深い仏教国であるから、いつも頭を低くせよとの教えなのか、ゴツゴツと頭を叩かれていた。

驚くべきことに、夢想だにしていなかったことに、釈迦の言行録、三蔵経のうち経蔵が仏間に安置されていた。三蔵経は全600巻、仏の説法集の経蔵、僧院の戒律集の律蔵、経律についての論釈集の論蔵である。この三蔵経は、8～9世紀にサンスクリット語の原書をチベット語に翻訳したものである。12世紀にイスラム教徒がインドに侵入して、仏教寺院を破壊してすべてを焼失した。このため、三蔵経の原書はほとんど存在していないらしい。

この家の仏間は30坪ぐらい。正面の祭壇に、高さ40cmの釈迦の木像とその弟子の木像6体が安置され、両脇に経蔵130巻が収納されていた。この三蔵経は、現在では非常に少なくなっている高貴なお経であることは勿論のこと、毎日、釈迦の声貌にふれて生活できる喜びは、ただただ「ありがたい、ありがたい」の感謝であった。

この地方の気候は、4月から10月までが雨期で、11月から3月までが乾期である。雨期といっても断続的にしとしと降る雨で、熱帯性スコールではない。乾期は空気が乾き、夜は寒気が強くなり、空は澄みわたり夜空は満天の星のショーが見られる。つい最近まで水道もなく、電気もなく、自給自足の生活であった。集落間の人道は、有名なトレッキングコースになっている。

車道もなく工場もなく、ヒマラヤ連峰で空気は浄化され、食物は無農薬・無公害の健康食品である。遠方から眺める集落は大自然によって浄化され、澄みきった空気と山地から湧出する透明な水、さらにはそれらに育まれた緑が、静寂の中で太陽

の日を受けて眠っている。これが別世界の桃源境なのか、と悠久の中に自分が吸いこまれていくようである。

病棟で似非の三行三昧の生活をする

ここツクチェ村は、空気が薄く浄化され騒音もなく、大自然の真っ只中にある桃源境である。生活慣習は、太陽の浮沈とともに自然サイクルにそった生活である。このような環境で長期間生活すれば身心が洗われ、精神の歪みが自覚できるようだ。

ネパールの精神環境は、神仏混淆の信仰によって培かれている。ヒンズー教は、創造神のブラマン、保存神のビシュヌ、破壊神のシバの三神が主神となっている。仏教はチベット仏教で、小乗仏教、大乘仏教、金剛乗仏教の三乗が混合している。とくに僧は、生命の誕生と死に関して深い知識を持っている。たとえば、意識の連続性による転生の活仏誕生とか、生から死へそして生について三つのバルドを通過する思想。日本では三途の川にたとえられている。

僧侶は5時起床、9時就寝の生活を守っている。僧の修行は、五体投地して仏を拝み帰依する、読経して知識を高め、瞑想によりイメージトレーニングする。これによって、想像力、洞察力、実行力を修得する。僧はこの三行を一日中行っている。私のレベルでの三行の踏襲は、五体投地は立った座ったりするので肉体運動であり、読経は発声するので内臓の活性であり、瞑想は妄想の現出となっている。これを毎日継続していないと、自分自身を自覚することはできないし、心を浄化することもできない。

先日、知人から「京都でダライラマの講演を聞くことにしているが、ダライラマは偉いのか」と尋ねられた。私は「彼が偉人かどうかわからないが、幼少の頃から今まで数十年間、三行三昧の生活をしてきた人である」と言ったら、理解したか

どうかかわからないが、沈黙してしまった。

とくに、高齢になると体力の衰えもあり、瞑想中心の生活に入る。瞑想は、イメージトレーニングすることである。たとえば、仏陀になりきる、観音菩薩になりきってイメージトレーニングを行う。このためには、仏陀、菩薩に関する情報を知悉していないと、イメージができない。従って、初心者は簡単なことから始める。座禅は瞑想と違って、あらゆる想念を排出して無の状態にすることである。これらの行動は、目的は同じでもその道程が異なる。一方では知識の源を発展させようとするし、他方では知識を消滅させて根源を求めらるしい。

たとえば、仏典に三千世界の言葉が出てくるが、私の理解では、須弥山を太陽と考えると、この三千世界の宇宙は、太陽系の宇宙が1億倍にもなる空間を持っていることになる。これは想像なのか妄想なのかかわからないが、瞑想によって発現されたものであろう。高僧は、イメージによって宇宙の中心に自己を置き、無次元状態になる。その中で自然発生的にテレパシーを感知する。あるいは、心の中に置かれていた題材に光が当てられて、疑問が解消してゆく。自己と宇宙が一体になる。こういう状態になると森羅万象について送信されたテレパシーが空から形となって生れてくる。それらが仏典の中に書かれている。

三蔵経の中に飛行機のことを描かれているが、2500年前に飛行機が想像されたことを話すと誰もが驚愕する。しかし彼等にとって、自然の中で瞑想していると、鳥が飛行機に連想されるのは不思議なことではない。瞑想によって想念を捨て、ある事物に心を集中すると、その本質がわかるからだろうか。

私は、5時前に起床して、9時過ぎに就寝する。午前7時と午後3時の軽食2回と、午前11時と午後7時に朝食と夕食をとる。世界的に有名なトレ

ッキングコースをジョギングしたり、仏間に入って三行三昧をしていた。成果としては、体重が減量されるのを確信したが、精神の歪みが是正できるかどうかはわからない。

転生の活仏を信じるか

カルマパ17世が、今冬に5000mのヒマラヤの山越えをしてインドに入学したと報道された。中国政府はチベットに経済支援を行っているが、一方ではチベット人の信仰の自由を拘束しているために、毎年多数の人が出国して難民になっている。

チベット仏教には、サキヤ派、カギユ派、ゲルク派、ニンマ派の4派がある。カルマパ17世は、カギユ派の宗派の長、リンボジュである。彼は生き仏で、活仏と言われ、ダライラマは観音菩薩の生れ変わりであると信じられている。彼等は自己を活仏であると自覚しているかどうかかわからないが、幼少の頃から尊敬されている。

ネパール国内に1000人もの活仏がいる。リンボジュの選定には、転生による方法と世襲制による方法がある。世襲制でも狭義の転生である。親族の中から身体の特徴、たとえば黒子とか痣があることによって決められる。カルマパ17世は遊牧民の子である。この転生の教義の根本は、意識の連続性の思想で、魂の存在や不滅性にもとづく考え方である。

我々でも、感性の高い人は亡くなった人が夢枕にたって、その事実を事前に知ることができる。霊魂が雷光のように自宅に飛び込んできて、何かの異変を知る。これらはテレパシー現象である。

チベット人にとって、テレパシーを認めるのはごく当たり前になっている。だから、転生の事実になんらの疑問を持たない。高僧には対面している人たちの心に浮んだ考えが、そのままはっきりとわかる。我々が物質の外見を見てそれを表現できるように、高僧はその内面を見ることができ

る。占いか想像でなく、実態の本質が見られるのである。チベットには物故した賢者の精神を受け継ぐ幼児たちがいる。こうした子供は、生前の高僧の弟子だった人たちの見分けが付き、故人の所持品や住んでいる場所までわかったという事例が、たくさん報告されている。

体験にまさる真実はないが、このようなことは、私が入院したセルチャン家の息子がその体験を話した。活仏を探して、リンボジュの就任式に弟子の数珠を集めて幼児のリンボジュに渡すと、弟子一人ひとりに聖水を与え祝福して数珠を間違いなく返した。「タイム」に報道されたことであるが、カトマンズのボードナードにある寺のリンボジュはスペイン人である。10年前にスペインまで行き、探し出してきた。

日本の僧は葬式坊主になってしまい、死に方を教えてくれないが、チベット仏教は死への準備、移行を重要なこととしている。彼等は死への移行を、バルドという中間状態によって説明している。肉体や感覚能力が解体する外的解体のバルドの状況になると、体と意識が分離する。次に、脳の働きが解体する内的解体のバルドの状況になると、意識があらゆる概念から解放されて幸の気分になり、絶対状況になり、それにとどまる人とそうでない人に分かれる。

とどまっている人は解脱した人で、転生を指名できるが、そうでない人はカルマの風に運ばれ漂ってしまい、自分の転生を指名できない。この解体のあとに生成のバルドがきて、形が現われはじめる。亡くなった高僧は自ら選んで生れ変わるの

で、高僧の新しい存在を見分けられることになる。高僧の遺言は明確に表しているものもあるが、一般に漠然としている。弟子たちはそれをもとに探し出している。

この転生の考え方は動物のみに限定されるのか、それとも植物を含めて転生されるのか、不明

であるが、痴呆症とかアルツハイマー症の人たちは社会に迷惑をかけたのだから、生れ変わりには桜の木になって、毎年人を楽しませ、いさぎよく散ってゆく。さてさて、俺は何に生れ変わろうかと迷っている。

仏教は一神教か多神教か

仏教は、釈迦が創始者であり、釈迦如来となっているので一神教か。それにしても、大日如来、薬師如来、文殊菩薩、観世音菩薩、不動明王、愛染明王などが存在する。寺院には御本尊があり、寺院ごとにそれぞれ異なっている。さらに、各家庭では先祖に法名が付けられて祭られている。これらの仏を数えると数10億の仏様が存在するので、多神教なのか。

多神教であれば、それぞれの神の生い立ちや立派な功績を持っているが、我々の先祖の位牌は身内の人だけがその存在を知っていて、その仏は偉大な功績を持ってはいない。在世の人格に関係なく、死後すべて平等になって仏になっている。普通の人の仏、聖者の仏、想像された仏をすべて信仰の対象にしている。これらの仏を普遍化して、悟りを開いているので総称して仏とするならば、一神教と言えるかもしれない。

宗教はただひたすら盲目的な信仰によって受け入れる。それは、神は絶対的な全知全能の神であるという教義の真理を、ゆるぎないものとしているからだ。しかし仏教の教義は、一人ひとりを悟りに導く教えである。我々に精神的、実践的側面によって現象世界の本質を認識させる。従って仏教の信仰は、賢者を崇拜することであり、宗教学的な信仰とは違うらしい。信仰によって真理に目覚めることである。目覚めさせる行為が教えである。

ドライラマは言っている。仏教は宗教家から無神論の哲学とか精神科学と言われ、哲学者からは他の宗教と同様にされているが、仏教は宗教と哲

学を橋渡しするものであり、人生のあらゆる状況に生かす知恵の源としている。こういう観点からみると、仏教は世界の三大宗教になっているが、そうでもないらしい。一神教でも多神教でもない。我々は仏教徒であるが、信仰心を持っていない無神論者のような存在である。それは、仏教が日常生活の中で空気のような存在であることに気がついていないからだ。

世界の紛争地帯をみると、ボスニア、チェチェン、インドネシアもエルサレムも、キリスト教、イスラム教などの宗教戦争である。一神教は他宗を邪宗とするので、人を殺すことを何とも思っていない。ボスニアの戦争も、宗教間の憎しみの増大である。彼等は異教徒に対して寛容ではない。しかし仏教の価値観は寛容である。あらゆるものを受け入れる柔軟性を持っている。

このたびローマ法王ヨハネ・パウロ2世がエルサレムの旧市街地を訪れ、ユダヤ教、キリスト教、イスラム教の三宗教の聖地で異宗教徒間の対話と和解によって、世界平和を訴えた。そして、キリスト教が過去にユダヤ人を迫害したことなどに謝罪する祈りをささげた。

国際社会において、紛争は、宗教や民族の相違を、融和調和させるのではなく、憎悪をかきたて、相互に敵対させるために利用してきた。

キリスト教は愛と憎しみを、イスラム教は目には目を、仏教は悟りを得る宗教であり、寛容と不殺生を戒律にしている。偉大なる宗教の創始者のキリスト、マホメットは解脱した人であったのか、そうでもないとしたら、その宗教は巨大な魔物に見えてきて仕方がない。

精神の歪みを矯正できずに“退院”する

平成11年6月18日（金）午後7時過ぎに夜空を仰ぐ。昨日までの雲海の空が一転して、天体はさんと輝き、巨大なスペクトルを演じていた。

月は上弦の三日月で、それに寄りそうように金星が輝いていた。まるで夫婦のように、ぐんぐんと北西の方向に流れてゆく。星は四方八方に光芒を發し、本体と一体になり星形状になっている。当然と思いながら一瞬それが異状に思えた。星は大きく手が届くようで、ただただ呆然とした。

視界を南に向けると、ニルギリの偉容が見える。万年雪が被っている山頂と、地肌が見える山腹に、雲が漂い流れ、山腹にぶつかっている気流が上昇し、雲が舞い上がる。そこに下方から光線が当り、山容が浮び上がる。その光景は、山体から光を發しているように見える。神秘的とか幻想的という言葉では表現できない、超然とした偉容にうたれた。

太陽が沈んでゆくにともない、地上から闇がきて、暗黒が広がってゆく。最後に、最高峰に光が当って消えてゆく。山体と雲と気流の葛藤が、太陽の光線で浮き出される。太陽による自然のライトアップである。

ネパールの人たちは、この天上の夜景を見て生活している。一方、東京の人たちは地上の夜景を見ている。自然と人工が緩なす現象である。自然が織りなす映像は日々変化して、決して二度と同じ映像を結ばない。人工の映像はいつも変わらず白黒の映像である。

彼等に美しさは何かと問うと、何の躊躇もなく天空の美しさと答えるであろう。文明社会で生活している我々は、この究極の天空の美しさに接して身体を硬直させてしまう。それは驚きであり、恐ろしさである。彼等はいつもこの超自然の美しさに抱かれて生活しているが、文明社会では自然の恵みを収奪し、廃棄物を放出して生活している。我々の生活は非常に合理的で十分な衣食住を確保されている。しかし我々は超自然的な美しさから疎外されている。従って、美しさに憧れる美的求心を失っている。高齢者の人間は、「老人」という非生産的な眼でみられ、廃棄物同様に扱われて

しまう。

こういう状況にいる我々は、死後の世界などを考える能力もない。死んでしまえばそれまでだ、という無神論者が多くなるのは当然であろう。ネパールの人たちは、この大自然の美しさの中に抱かれて生活している。そして、死んで自然の中にもどってゆくのを知っているのも、死後の世界を想像する。彼らは、死に対する恐怖感を持っていない。我々はこのことを否定してしまい、物質社会の中で幸を求めている。心の豊かさから物の豊かさに価値観を求めるようになった。

心の豊かさは、心が何かによって縛られることなく解放されるが、物の豊かさでは心に「欲しい」という想念が生じてくる。想念は、連鎖反応をおこしてしまう。物質的な欲望は、金を求めて借金したり、次から次へと連鎖反応をおこしたりして、殺人事件にもなってしまう。

ボスニアの内戦でも、今まで仲良く生活していたのに不快の気持ちが生れ、敵意に変わり、憎悪になって殺しをはじめた。そして、自分の内面の安定も壊してしまう。

精神の歪みは、想念の有無である。想念を消すことによって、心を浄化することになることがわかってきた。究極の知恵をもっている仏に五体投地して、欲望、傲慢、嫉妬、憎悪、無知の五毒が消え、それぞれに対応する五つの知恵に変えることであるが、俺は五体投地してあいつを殲滅せよとか、瞑想すると女が現われたり、読経していてもそれに集中できないでいたりする。精神の歪みは大きいと自覚した。

自覚することによって次の段階に進めることになるが、この是正は容易でない。ネパールの長期滞在はビザの関係で出国せざるをえないので、精神の歪みをもって退院することになった。

(住鉦コンサルタント(株)特別顧問)