

拙論「トランスパーソナル心理療法としての修験道」への 塚崎氏の特別寄稿を読んで

石川 勇一 相模女子大学*

Further comments that reads the comment of Mr.Tsukasaki

ISHIKAWA Yuichi

1. はじめに

本誌前号掲載の拙論「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」に対して、塚崎氏よりコメントを寄せられたことはまったく思いがけぬことであった。コメントを拝読すると、比叡巡拝と大峰奥駈行での豊富な修行経験に裏打ちされた体験報告であるだけでなく、修行から得られた数多くの貴重な気づきがしたためられており、すると身に染み入った。塚崎氏の寄稿文は、拙論で描かれた修行の場の特殊性を補足することとどまらず、通常は紙面などで語られることの少ない、修験道の修行過程で得た豊かな洞察に満ちており、本学会誌に掲載されることの意義は大きいと思われる。拙論を契機としたご寄稿に心からの感謝を表したい。

2. 回峰行へのあこがれ

塚崎氏は、氏の修行と筆者の体験では歴史性と集団性の占める割合が違うと指摘し、「お互いの経験を突き合わせ、吟味することを通じて、

共通に議論する枠組みを作り出せるのではないかと考えた」と述べられているので、以下、コメントを拝読して気づいた点について述べてみたい。

まず、比叡巡拝と大峰奥駈行が歴史性と集団性の占める割合が高く、それゆえに「個人がその中に溶け込んでしまう」という指摘は重要であると思われる。「集団の中では、個々人の行動は、あたかも多細胞生物の細胞の一部のようになり、その個性は失われる」という表現は実にわかりやすい。

一方で、筆者が主として行じたのは、集団で山を歩く奥駈行ではなく、単独で山を歩く回峰行である。筆者ははじめから回峰行へのあこがれを抱いていたのである。

個人的な経緯になって恐縮だが、筆者がはじめに修験道に本格的な関心をもったのは、平成十一年に大峰山千日回峰行を満行した塩沼亮潤大阿闍梨の話を書いたことにはじまる。大峰山の千日回峰行は、吉野山の蔵王堂から大峰山山頂までの往復約四十八キロ、高低差約千四百メートルの険しい道のりを、途中百十八カ所でお参りしながら、千日間休むことなく歩くという荒行である。塩沼阿闍梨は、千日回峰行満行後、四無行（九日間食わず、飲まず、寝ず、横臥せずに修行する）や八千枚大護摩供などの荒行も満行している。筆者が塩沼氏に感銘を受け

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

たのは、単に荒行が超人的であるからだけではなく、氏の語りから滲み出る純粋さ、信心深さ、清らかさ、意志の強さを感じ取ったからであった。塩沼氏は丁度バブル期に青春時代が当たる世代であるが、当時物質的欲望の跋扈する狂乱した世相のなかで踊らされた人が多いなかで、これほど質素で純粋で強靱な精神の持ち主が、ひとしれず山奥で日々修行をしていたことに深い感銘を覚え、希望をみた思いがしたのである。筆者は、塩沼氏が住職を務める仙台の慈眼寺で直接話を伺う機会もいただき、そして氏の著作を読み、回峰行の素晴らしさが胸に刻まれた。

しかしこの時は自分が回峰行をするなどと考えることは一度もなかった。知人の山伏に山を連れられて歩いたり、滝行の指南を受ける機会もあったが、修験道に惹かれつつも、依然として自分が行をすることは考えつかなかった。

3. 回峰行の実践へ

転機が訪れたのは、前号の拙稿で触れたとおり、知人の女性から修行体験の話を通じて直接聞いたことである。彼女は立石師のもとで三週間毎日回峰行を行い、その後一週間の断食と集中瞑想を行じたのだが、その体験談を聞いて筆者は強く惹きつけられた。今度石川さんも来るかと声をかけられた瞬間に、自分が熊野の山のなかで回峰行をしているビジョンが浮かび、迷う暇もなく修行に参加することとなった。

ここで修行参加に即答した理由は、今にして振り返れば三つあるように思われる。

第一は、都内に住む小柄な女性から修行体験をきくことによって、修験の行が身近なものとして感じられたことである。塩沼氏の荒行は、デスクワークを日常とする筆者には、あまりに超人的に映り、別世界のように思えていたために、自分が修行をするという直接的な動機づけにはならなかったように思われる。

第二は、ご縁である。熊野の修行の話を知ったときには、理由もなく、強く惹きつけられ、いてもたってもいられない気分になった。当時のこの直感に正しかったと思う。実際はじめて熊野に行き、立石師のもとではじめに短い修行をさせていたときには、拙稿に書いたとおり、最終日の護摩の時にありがたいという気持ちが次々とわき上がり、涙がとまらなくなり、これは本物だと腑に落ちたのである。修行においては、知的理解ではなく、突き動かされるような強い思いや、身にしみて腑に落ちる体験こそが決定的に重要である。

第三は、大自然と直接向き合い、つながり、ひとつになる道を筆者は探し求めていたことである。これは筆者が子どもの頃から抱いていた、魂からの希求のようなものである。修験道では、山＝宇宙山＝神仏であり、神としての山に入り、身心を清め、山と一体化することが目的である。これは、読書やワークショップでは決して達成できないことであり、かといって自分一人では手がかりがつかめないことなので、その経験を持つ本物の行者の手ほどきをうけられれば、これほどありがたいことはないと思ったのである。知人からの話を聞いて、これこそ自然と直接つながるための鍵を得られるのではないかと直観したのである。

このように、魂からの自然＝山＝宇宙＝神仏への愛と渴望、そして熊野の行者とのありがたいご縁をいただくことによって、回峰行へのあこがれが現実のものとなったのである。

4. 歴史性

さて、塚崎氏が指摘するように、筆者の行は、奥駈などに比べると歴史性と集団性の割合は確かに低いようにも思われる。

しかしながら、立石師の開いた行道を単独で歩く回峰行も、歴史性と集団性とまったく切り

離されているというわけではない。

熊野の行道は、一部は熊野古道であるが、それ以外は細い獣道や、道とは思えぬルートも多い。しかしそのような獣道や道なき場所にも、なぜか磨崖仏があったり、石仏があったり、地藏や墓に出会ったりする。数多くの川をわたり、滝の前を通り、視界が大きく開ける大岩の上に登るところもある。決められた場所では、回峰行中にそこで法螺貝を吹き、祝詞、真言、経を唱えて参拝する。各地の修験者が置いた碑伝が重なっているところもある。筆者は民俗学者ではないので客観的な歴史性は不明だが、誰がいつこのような山奥の岩に仏を彫ったのかと見知らぬ先人に思いを巡らせることもある。

そして、師匠である立石師は、修験道の生きた歴史の継承者ではないかと私は感じることがある。立石師はもともと金峯山寺における塩沼氏の先輩行者でもあり、大峰山で百日回峰行を満行し、繰り返し奥駈行を行い、金峯山寺で全国の行者に法螺貝を指導してきた正統な修験道の行者である。現在は独立して熊野の山奥に山修山学林を開いているが、全国、そして諸外国からも、立石師の噂を聞いて、さまざまな人々が集まってくる。海外からさまざまな研究者がフィールドワークにやってきましたり、国際的に知られる写真雑誌『ナショナルジオグラフィック』で日本の行者として取材を受けたり、修験道のDVDが山学林で撮影されて海外でも発売されるなど、世界的な注目が集まっている。そして祭りの時には全国から屈強な行者が集まってくるし、各地の霊山に呼ばれて採灯護摩の導師を務めることも多い。世界各地を歩いてきた経験や、楽器、歌、気功、ヨーガ、武術等にも秀でているため、修験道の枠に収まらない幅をもつ。活きた行者としての立石師の存在に多くの人が「本物らしさ」を感じて、引き寄せられているようにもみえる。

そもそも修験道は、約千三百年前に役行者が

大峰山で蔵王権現を感得し、大峰山脈を修験道の霊場として開いて以来、さまざまな行者が全国の山を行場として開拓して来た。立石師もまた、熊野にひとつの行場を開き、役行者の弟子として山を守っていると思われる。因習や教義にとらわれず、山と裸で向き合い、山からインスピレーションを受け取りながら、日々新たに創造的に修行するスタイルこそ、他の宗教にみられない修験道の優れた独自性であり、重要な無形の歴史的遺産であるようにも思われる。

筆者がはじめて熊野で修行させていただいたときには、一日のスケジュールとやるべきことを師匠から指示され、それが絶対的なものだと思い込んで日々を過ごした。ところが回数を重ねて修行に訪れたときには、「石川さん、指示を待つのではなく、行を自分で考えて組み立てろ」といわれ、修行とはそういう自由なものなのかと驚いた。「こうあるべき」というものから解放され、山や自分と対話しながら、主体的に修行のあり方を考えながら取り組むことが、自立した行者の本来の修行なのだと気づかされた。

立石師から「奥駈病」なる言葉をきいたこともある。奥駈をしないと生きている気がしないという行者がいるが、そうなったらいけないという趣旨の話だったと記憶している。つまり、行にとらわれ、観念が固定化し、あれをやった、これをやったとこだわったり自慢するようになれば、行をした意味はまったくなくなり、本末転倒であるということなのだろう。

筆者がはじめて三日断食と瞑想修行をさせていただいたとき、いろいろな断食の本を読み、数日前から減食して意気込んで臨んだ。ところが熊野の山学林に着くと、まず出された指示は、川で泳いで遊んでくることであった。川で遊んでから戻ると、今日はいま鍋をつくるからめいっぱい食えということであった。断食行に向けた減食の準備はこれで無意味となったの

だが、硬直した観念を持っていると、いつでもそれをつき崩し、とらわれない態度になるように働きかけてくる。筆者のような観念的になりやすい傾向の人間には、このように期待をはずすように師匠は振る舞うが、一方で自分勝手に傲慢な人には、それを粉碎するような強い態度に出て杵をはめることもある。相手に応じて態度も語る言葉もまったく異なっており、まさに自由自在な対機説法であり、山のなかで変幻自在に一瞬一瞬を目覚めて生きることこそ、修験道の魅力であるように思う。

きわめて主観的な理解であるが、筆者は立石師は役行者の意志を継ぐ本物の修験道の行者であると思っているので、その元で修行ができただけで満足であり、奥駈など他の地で修行する必然性は特に感じていない。迷いなくそう腑に落ちている自分にいささか驚きつつ、そのような心になったことに満足している。

いってみれば、私が師事したいと思える優れた行者が、たまたま修験道の行者だったということである。私の行は、塚崎氏が指摘するとおり、集団性と歴史性によって規定される奥駈行とは異質であり、筆者にとっては優れた師のもとで学べたことは幸せなことであった。それは単なる形を学ぶことではなく、形の背後にあるエッセンスを感じ取ることが出来るからである。形だけまねようとしたり、形だけを作ろうとすると、かならずその形を崩されたり、時には否定される。その奥にあるものを自分で感じ取れということである。

5. 集団性

塚崎氏のコメントには、奥駈行における集団の一体性の体験が見事に描写されている。

一方、単独で歩く回峰行では、歩行中はこのような集団の一体性はない。もちろん、山学林の修行は師匠の下で行っているし、他の行者も

いるので、行者の活動は常に互いに意識されており、それに守られて行っていることは当然である。

そして、立石師の考えでは、回峰行だけが行ではなく、二十四時間が行である。掃除、洗濯、食事やその準備と後片付け、勤行、農作業などは、すべて集団生活である。都会生活のように、引きこもれる個室などはない。

ただし、こうした人間同士の集団性とは別次元で、個人性を超えた一体感が回峰行にはあり、そちらのほうがより重要な局面であると思われる。

回峰行は、毎日続けていると、足が勝手に行道を歩くようになる。はじめは道を覚えていないし、参拝の仕方が身についていなかったりするので、思考を巡らして注意を払い、道に迷わないように、足場をどこにするかを一步一步慎重に意識的に判断しながら歩いている。しかし、道を覚え、参拝の手順や真言・経・法螺も覚えてくると、やがてすべてが自動化されてくる。足の踏み場や身体の使い方も、考えるというよりは、より細やかで精妙な判断が自然とできるようになってくる。自分が歩いているのか、歩いている身体に自分が乗っているのかわからなくなり、ただ瞑想的な意識で歩けることもある。そうすると、自動的に無駄なく素早く身体が動くようになるので、回峰行のタイムも自然と短縮される。

信じられないスピードで歩くある行者は、龍神の背中に乗せられて移動しているようだったと語っている。回峰行は自然のなかで行う優れた歩く瞑想法である。

瞑想的な意識で山を歩いていると、一人でありながら一人でないという感覚になることがある。山に包み込まれているからである。瞑想意識で歩いているときには、山は宇宙そのものであり、仏の胎内を歩いているのである。

一方で、山は多様な有情と無情の織りなす

とつの集合体でもある。たとえば回峰行のあいだには、多くの動物や虫に出会う。特に雨上がりは、カエルや蛇、ミミズなどを踏まないように足下に最新の注意を払う。夏などは、毎日歩いている道でも毎日新しい蜘蛛の巣が張られているし、狸、鹿、猿、猪などにも遭遇する。さらに多様な有形無形の生命や無生物に見つめられ、見守られているような感覚に満たされることもある。一人で歩く山は、清らかで、一即多である山の集合的生命体との交感の場であり、一体化の舞台であり、孤独とはまったく無縁である。このようなとき、山々、宇宙、有情無情、神々、諸処霊の集団と交感し、ときに一体化していると思われる。

6. 法螺貝

このような大自然と自分とを直接に結ぶときに、重要な働きをするのが法螺貝だ。立石師のところに世界から多くの人々が集まるひとつの大きな理由は、その法螺の音が滅法美しく、優しく、力強いからである。筆者の場合も、立石師の法螺の音が身心の深層にまで染みこんだ経験が、修験道との縁を確かなものにしたのだといえる。

筆者も法螺を授かり、山で吹くようになると、はじめはあまりの心地よさに一瞬恍惚状態に陥った。法螺を吹くということは、山と直接つながり、交流することであることをすぐに理解できた。これは私がかねてより希求していた、自然、山、宇宙とひとつになる道具であると思った。

法螺を授かって以来、筆者はさまざまな山を法螺ひとつをもって一人で歩きまわった。法螺があることによって、どの山ともつながることが容易になり、歩くのが楽しく、それぞれの交感を味わった。ひとりで山を歩いても、孤独は全く感じない。藪こぎをして道なき道を歩き回

り、気がつくとはほとんど日没してあやうく遭難しそうになることもあった。

筆者の技術はまだ未熟であるが、法螺は楽器ではなく法具であり、法螺の音にどのような気をのせるかということがもっとも大切であるとの教えを受け、本当にその通りであることを実感している。

7. 心の動きが止まって歩く行者

塚崎氏は比叡山で回峰行者とすれ違ったときの印象を「人間の気配が全くしなかった。動物でもなく、幽霊のようなものでもなく、限りなく透明で清純なものに感じられた」と述べているのは大変興味深い。

筆者もこれと類似の体験をしている。東京から熊野の行場にはいったときに、ある行者が回峰行から帰ってきた。その姿にハッと目を見つめられた。雨の中を無心で歩いてきたその姿は、心の動きが全く感じられず、それゆえにまぶしく輝いていて、神々しく見えたのである。行者は、有情と無情の境界を超えるのかもしれない。行をして無駄な心が脱落し、山で清められた姿とは、こうも美しいものかと思った。その行者は、前回熊野に来たときに同じ小屋で生活していたので気心が知れていたが、都会で欲や想念の垢にまみれた自分と、山で垢を落として浄化された彼の姿は、対照的で印象深く、自分も再びあのような清らかな行者になりたいと思わせるのであった。

回峰行は夜明け前または日の出とともに出発するので、夏ならば朝六時には熊野古道を下って降りる。そこで早朝登山の人とすれ違うことがあるが、向こうは一瞬ぎよっとすることがある。それは日の出の時間にすでに山から下ってくることへの驚きだと思われるが、実は毎日瞑想状態で行をしているとその姿は心のない不可思議な存在のように映るからかもしれない。

聖なるものに没入しているときには、その自覚がないことが多い。俗なるものにまみれているときに、その対比によって聖性が認識されるのである。

勤行もお堂の中で必死でお経や真言を唱えているときには、没入していて意識状態の変容に気づいていないことが多い。しかし時間に遅れて、お堂の外から読経や法螺の音を聴くと、勤行の音はなんと美しいのか、この音は地球の大気を清めるに違いないと感じ入る。いつもは自分もあの中にいて一緒に唱えていることの幸福を、外から聴いてあらためて気づかされるのである。

8. 修行の目的と歴史性、集団性

筆者の主要な関心と目的は、大宇宙、大自然、その象徴としての山、至高の神、空、タオ、ブラフマン、大いなる生命などと呼ばれるものと身をもって交感し、一体化すること（即身即身）であり、それに向けて身心を浄化し、成長することである。そしてその体験と体現によって、他者への奉仕や道案内の力量を増すことである。

自然＝山＝宇宙＝神仏とつながり、この身をもって今ひとつになる（即身即身）という修行の目標に照らしてみれば、その成就にとって歴史性や集団性のあり方や割合は、多様であってよいように思われる。筆者にとっては、師匠の元で学ぶということのほうが重要であった。

塚崎氏の指摘された歴史性や集団性は、修行の味わいを左右する重要なファクターであるが、修験道がどうあるべきかという問題については、筆者は答える資格をもっていない。

9. 現代日本人における修験道療法

今日の日本人は、あまりにも対人関係に埋没

し、消耗していることが多いように思われる。人間社会だけに意識が集中し、その背後で人類のひとりひとりやありとしあるものへ命を与えている大自然が視野に入っていないことが多い。

修験道療法は、対人間よりも、徹底的に対自然、対神仏の関係のなかで自己を見つめ、自己を超えていくという他の心理療法に欠落している重要な可能性をもっている。人が学ぶべき環境は、人間集団だけではないはずである。

かつて筆者は、日本独自の心理療法三種を考察の対象として、それらに共通する特徴として、「クライアント自身がひとりで自分を見つめることを重視するということ」を抽出したが、修験道療法も、回峰行を主体とするならば、「ひとりになる」という日本の心理療法の特徴を備えるものとなるだろう。

また、神仏と近づき、融合している状態においては、個／集団という区分けや、直線的な時間から解放されているのであるから、歴史性や集団性は、そこに至るまでの環境的要因として意味をもつものと思われる。

筆者は、修行の至らぬ出来の悪い軟弱行者であることを十分自覚した上で、専門の心理療法の経験と修行体験を重ね合わせた修験道療法を、試行錯誤しながら細々と展開したいと思っている。人間関係に消耗し、自然と切り離された都会生活を送り、自らのありのままの姿を見失い、エゴに翻弄されて苦しむ多くの現代人にとっては、直接に自然＝神仏と対峙する修験道はかなり有効で有用な薬になると思われる。

真心から真摯に修験道療法を模索するならば、役行者神変大菩薩も苦笑しながらも見守っていただけるのではないかと思いたい。

参考文献

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

宮家準（2001）『修験道』講談社学術文庫

塩沼亮潤、板橋興宗（2007）『大峯千日回峰行：修験道の荒行』春秋社

塚崎直樹「石川勇一氏の『トランスパーソナル心理療法としての修験道』を読んで」『日本トランスパーソナル心理学／精神医学』Vol.13, No. 1, p40-49