

トランスパーソナル心理学と東洋思想

合田 秀行 日本大学*

Transpersonal Psychology and Eastern Thought

GODA Hideyuki

はじめに

本稿は、日本トランスパーソナル学会との合同大会におけるシンポジウムにおいて、表題のテーマで話す予定であった内容に依拠しつつ、加筆補足を試みたものである。大会当日は筆者の体調不良により、實川幹朗先生に急遽シンポジストを交替していただいた。この場を借りて、無理なお願いを承諾していただいた實川先生、さらに個人的な事由で発表できなかったにも拘わらず、寄稿の機会をいただいた先生方に深謝申し上げたい。

筆者は、仏教の中でも、とりわけインド大乘仏教の瑜伽行唯識派に関する研究の立場からトランスパーソナル心理学に関わってきた。というより、仏教心理学の性格を有するこの学派の意義を、トランスパーソナル心理学の文脈において、現代的な視野から捉え直すことを目論んできたというのが、より正確であろう。本稿も東洋思想研究に関わってきた一研究者の視点からのトランスパーソナル心理学の潮流に関する管見というべきものである。拙いながら、大会テーマの副題にあるように、原点・課題・展望に即して、筆者なりに考えてきた一端を記してみたい。

1. トランスパーソナル心理学との出会い —原点—

日本におけるトランスパーソナル学を回顧する上で、重要な一歩として刻まれているのが、1985年、京都で開催された第九回トランスパーソナル国際会議である。この会議録は、翌年に河合隼雄と吉福伸逸との共編によって『宇宙意識への接近 —伝統と科学の融合—』と題して刊行された。そこには、フランシスコ・ヴァレラ、スタニスラフ・グロフらの論客の名前も見出される。さらにこの国際会議において、筆者の師である玉城康四郎も講演を行っていた。玉城は仏教学者でありながら、比較思想の視点から、西洋哲学の諸学派との比較をはじめ、多角的かつ現代的な文脈において仏教思想の解明を試み続けてきた先駆者である。科学的な知見に基づいて、ユングの分析心理学や大脳生理学などの視点から、仏教の比較思想的究明も深めてきた。現代では、瞑想に関して脳科学の領域における研究が急速に進展しているが、玉城はいち早くそのような科学的知見によるアプローチを進めてきたのである。

筆者にとってもこの会議録に影響を受けたことが、トランスパーソナルという分野に興味を抱く出発点となった。ただし筆者自身が専門とする瑜伽行唯識派という学問領域の特質から、ユングをはじめとして、意識の重層性を前提と

* 〒156-8550 東京都世田谷区桜上水3-25-40
日本大学文理学部哲学研究室

する考え方には、元々関心を寄せていた経緯もこの分野に惹かれる下地となっていたし、瞑想を中心とした修行法の研究と実践の面からも関心は募っていった。

国際会議の話題に戻るが、玉城の講演は「過去の未来」と題され、古代ギリシアやインドのウパニシャッドの哲人から、ゴータマ・ブツダ、イエス・キリスト、パウロ、荘子、列子、淮南子などに言及した上で¹⁾、玉城は以下の命題を主張した。

無限の過去から、生きとし生けるもの、ありとあらゆるものと交わりつつ輪廻転生して、今、ここに現れているところの存在の統括体にこそ、形なき純粹生命があらわになる時、始めて人間存在の根本転換、すなわち目覚めが実現する、言い換えれば、閉じられた自己から開かれた自己となつて、全宇宙につつまれながら、その全宇宙を貫いている純粹生命と一つになりつつ思惟が持続する。(玉城, 1986, p. 200)

玉城は仏教用語を極力避けているが、人間存在の根本転換が悟り・解脱に相応し、存在の統括体が、仏教では業異熟（玉城の表現では業熟体）に対応している。輪廻転生・業・解脱、さらには梵我一如というインド思想の基本構造が、東西思想に共有の根本命題であるという主張と解される。また、ここで注目すべきは、すべてのものとのつながり合いが語られている点である。仏教の縁起思想は、原始仏教の十二縁起から、大乘仏教では法界縁起や六大縁起へと宇宙的規模での縁起観へと展開していった。この個を超えた森羅万象とのつながりや開かれた自己という視点からも、トランスパーソナルという概念に対する理解の素地が筆者に培われていた。

この命題に加えて、玉城は人間の思惟構造を

二つの路線から説明しようとし、対象的思惟に対して全人格的思惟と命名した。これに関連する一連の論文は、1970年代後半から、80年代前半に集中して発表されているが、対象的思惟が通常の主観-客観の二元的構造における思惟であるのに対して、全人格的思惟とは、分かりやすく言えば、冥想²⁾（瞑想）・禪定などと同義であり、心も魂も身体も一体となった営みに他ならない。これを通じて到達できる無の境地を唯識派では境識俱泯と呼ぶが、まさにケン・ウィルバーが説く非二元的（non-dual）な段階とも通底する。

その後、玉城は自らの禪定体験を深化させながら、全人格的思惟に関して考究し、晩年、禪定とは全人格体をも超えていく意味において、次のように表現している。

すべてのすがた、かたち、したがって仏教の教相的な枠組み、たとえば、縁起、諸法実相、空、等々の諸観念をことごとく超える。そのものが、形の外はない全人格体に顕わになる。それゆえに、禪定は、超全人格的思惟から超格的思惟と改めることができる。(玉城, 1990, pp.160-161)

「超格」と名付けた意図について、筆者は直接確認する機会を持たないままとなったが、トランスパーソナルを念頭に置いたであろうことは、容易に推測できる。玉城は国際会議における提言の結びにおいて、二つの思惟の路線の併存、そして全人格的思惟（超格的思惟）の遂行によって、無限の過去から未来にわたって、ありとあらゆるものとのつながり合いに目覚めていく道を提唱した。その中から、人類が生きとし生けるものによって生かされ、そのつながり合いに順応していく方向を大前提として、未来に向かつての倫理や人生観が導き出されると締め括った。

おそらくこの国際会議の数年後と記憶しているが、玉城康四郎と吉福伸逸との対談企画が、川崎大師内の施設で開催され、筆者も参加し、質疑応答や懇親会では吉福に質問を投げ掛けた。簡潔に言えば、トランスパーソナル心理学の諸理論は着実に提起されつつあるが、その臨床的応用や日々の実践に関する実情を問い掛けたのである。吉福からは、いくつかの取り組みに触れた上で、まだ模索の段階であるという率直な回答が戻ってきた。

さらに1989年、『東洋学術研究』誌上に、玉城と吉福に加えて、ギリシア哲学研究者でウィルバーの翻訳も手掛けている井上忠との鼎談が掲載されたが³⁾、そのタイトルは「ニューサイエンスの現在」であった。この中で、当然のことながら、トランスパーソナル心理学にも言及されているが、吉福はトランスパーソナル心理学を含めて、ニューサイエンスが台頭してくる背景に西欧的な価値観や人生観を変革していこうとする草の根的なニューエイジ運動があると指摘していた。さらに、この潮流を形成してきた人物として、宗教的な修行や神秘主義に基づく行法に関わっていたジェイコブ・ニードルマンやケン・ウィルバーらの名前が挙げられていた。

玉城はこの鼎談の中で、オルダス・ハクスレーの『永遠の哲学』に触れ、永遠なる真理は西洋だけではなく、東洋にも現れるとの指摘に言及した上で、それを精力的に位置付け、組織づけた一人がウィルバーであるとして、人類の思想にとって注目すべきであると高く評価している。このようにして、筆者にとってのトランスパーソナル心理学との邂逅は、紛れもなく恩師の影響に尽きると言ってよい。

井上はウィルバー編『空像としての世界』の翻訳依頼がきっかけとなって、この分野に関心を持ったと述べているが、比較思想の立場から、すでに玉城と井上の対談は複数回に及び、

井上のギリシア哲学に関する著作にも惹かれるものがあつた。さらに玉城によれば、井上からウィルバーの翻訳書を献本されたことが、この分野に一層関心を持つ契機になったというが、この頃、玉城が大学院の演習などでもしばしばウィルバーの著作に触れていた記憶が蘇る。井上が、鼎談の中で〈こころ〉言語と物言語という概念を用いて、トランスパーソナルを説明している視点も興味深いが、ここでは深入りしない。

この間、恩師の示唆や影響もあり、筆者は仏教の中でもインドに展開した唯識思想（瑜伽行派）に関心を抱いて文献学的な考察を試みる一方、玉城の主宰していた坐禅会をはじめ、さまざまな場で瞑想や気功などの東洋の身体技法に取り組んできた。その過程で生じてきた切実な問題は、次の節に譲りたい。

2. 禅病との格闘 ―課題―

筆者自身、今にして思えば、大学生の後半から大学院生の前半にかけて、所謂「禅病」と格闘していた。なかなか光明の見えない袋小路の中にいた感覚が強かった。玉城と出会う以前も、大学に入学して間もない頃から、鎌倉や都内の禅寺で坐禅に参じていた。そのうち幼馴染みの親友が、ある宗教家に傾倒し、瞑想にも真摯に積極的に取り組んでいると聞いていたが、幻覚をはじめとする症状が現れ、精神科に通院する状況に至った。まもなく仕事も辞めて、ついには自死を選択したことは、筆者にとって痛恨の極みであり、電話で頻繁に語り合った内容を思い起こしながら、自らの無力を痛感した。その宗教家への傾倒や瞑想と精神的疾患との因果関係を、筆者が知り得た情報で判断するのは不可能である。ただ筆者には、その親友の性格、定期的に電話でやり取りした内容から、その宗教家に対して相当深く心酔していた状況は

間違いなかった。そして、親友を悩ませていた症状に、その宗教家あるいは関係者たちから、適切なアドバイスはなく、彼が失望しつつあった状況も窺い知れた。やはり筆者としては、スピリチュアル・エマージェンシーに直面し、とうとう克服できなかつた可能性が高いと推測している。

また、玉城康四郎が夏休み期間中に企画していた三泊四日の坐禅合宿でも、特異な現象が起きていた。筆者が参加するようになる2年前のことだが、その様子は玉城や先輩から詳しく聞いていた。ある学生が、参禅中に人間とは思えないような動物的な呻き声を繰り返したり、所謂「狐憑き」とはこのよう現象に由来するのかと思えるほどに、室内をくるくると跳ね回ったり、意味不明の異言を発したという⁴⁾。玉城が坐禅会に関わる責任者としての深い覚悟について語っていたのを思い出す。このような経緯からも、関心を寄せてきたトランスパーソナル心理学/精神医学に、極めて切実な問題を対象とする学問領域として主体的に関わっていった。

幸いにも筆者は、玉城が主宰していた坐禅会に参加する機会を得て、玉城が逝去する前月まで、約十八年間にわたって、その会において参禅し、聞法と対坐の時間を持つことができた法縁は、心の大きな拠り所となっていた。さらに玉城を通して白隠禅師が自らの禅病体験とその治癒への道程を綴った『夜船閑話』の存在を知り、禅病と思われる身心の不調も次第に治まっていた。

やがて本学会の初代会長である安藤治が著した『瞑想の精神医学 ―トランスパーソナル精神医学序説―』に出会ったが、本書はまさに特筆すべき一冊となった。「瞑想に危険はないのか」と題された章では、禅病に関する記述はもとより、瞑想がもたらす副作用、その途上における落とし穴、危機的事態についても、多くの紙数が費やされていた。その後、安藤とは本学

会が設立されて、三年目の頃に、共通の知人を介して直接会う機会を得て、学会にも関わり、現在に至る。たとえば、安藤はその著書で、トランスパーソナル心理学者/精神療法家であるフランシス・ヴォーンの指摘を引用しつつ、信心を前提とする集団内での問題点を次のように指摘している。

それぞれの集団が自分たちの信念こそが真実に近づく唯一の正しい道であると主張し、他の集団を排斥しようとする傾向を強くもってしまうことである。(中略)そこには意識されずに眠っている自分自身の影を外部や他者に投影して、それらを強く否定しようとするメカニズムが働いている。健全なスピリチュアリティへの欲求は、決して他を排斥したりするものではなく、むしろ他の伝統や信念への尊敬を含んだものだと言っている。(安藤, 1993, p.119)

これらの視点は、最近のマインドフルネス瞑想が形成される前提にも関係しているが、トランスパーソナル心理学では、特定の信念を単純に排するだけで解決できる問題ではないと位置づけていたと思う。意識の領域はそれほど単純な代物ではない。

さらに本書では、筆者個人として禅病克服の一助となった白隠禅師の『夜船閑話』についても、詳しく言及され、現代の精神医学の分野から見解が述べられている。安藤は、「内観の法」や「軟酥の法」に対して、心身医学の見地からのアプローチはあっても、禅病そのものに対する独特の治療法として捉えた研究はないと明言した上で、禅病に対する精神医学の立場からの考察を試みている。

白隠禅師の禅病には幻覚の要素も含まれていた。すでに述べてきた事例以外にも、筆者は瞑

想を実践していた知人が精神病や錯乱状態にいたる複数の事例を目の当たりにしてきた。このような例に対して、従来の精神医学の研究は不十分であると安藤は認めている。そして、グロフの説く「スピリチュアル・エマージェンシー」、ルーコフの「精神病的特点を伴った神秘的体験」などに、優れた洞察が認められると指摘している（安藤, 1993）。

近年、マインドフルネスやヴィパッサナー瞑想が注目を浴びている。聞こえてくるのは、その効果ばかりであるような気がする。筆者が寡聞にして知らないだけであれば、お許しいただきたい。宗教性を排除したとされるマインドフルネスが、広く受け容れられる現実には、先述の視点からも評価できるが、一抹の不安を覚えるのは筆者の杞憂であろうか。坐禅は、念仏や密教の行法と比しても超越的な存在を前提とした信心を伴う営みではなく、欧米ではすでに宗教の枠を超えて心理療法として受容されているが、禅病は起こりうる。形の上で、宗教性を排除したという発想のみで、マインドフルネスによる禅病的な弊害が皆無になるとは到底考えられない。無論、筆者は最近のマインドフルネスの広がりをも否定的に捉えているわけではないが、起こりうるネガティブな現象についても、予め配慮すべきであろう。

トランスパーソナル心理学においては、スピリチュアル・エマージェンシーという視点が重視されている。これには、クンダリーニ症候群も含まれる。もとより、まだ課題は残っているが、ここで改めて肝に銘ずべきは、安藤の示唆である。この点を忘れることなく、トランスパーソナルな視野を踏まえ、従来の精神医学的な枠組みを超えた対処法を探求していくべきである。

国内外の事情を見ても、具体的に国内のトランスパーソナル心理学に関わる両学会の状況も、停滞の感は否めない。しかし、トランス

パーソナル心理学/精神医学の領域の内実が、進展していないわけではない。むしろ分野が細分化して、意識変容に関する多角的な研究をはじめ、トランスパーソナルという概念を表面的に打ち出していないだけでも、さまざまに分化した取り組みの根底にはトランスパーソナルな視座が脈打っている。

禅僧の藤田一照⁵⁾は、仏教の枠組みから切り離れたマインドフルネスに、ある提言を試みている一人である（藤田, 2016）。仏教性を排して多くの人々に受容可能とする現代的な要請は、必然的に仏教の体系の中で有機的に位置づけられたマインドフルネスの要素を切り離すことに他ならない。この点は、筆者自身もしばしば指摘してきた⁶⁾。

マインドフルネス（mindfulness）という英語は、1881年に仏教学者のリス・デヴィッツがパリ語仏典の「サティ」（漢訳の念ないし憶念）の翻訳語として用いられた。現実的には、マインドフルネスはヴィパッサナーに対応するとも言えようが、ここでは語源を踏まえて少しく考えてみたい。ブッダの最初の説法に含まれていた八正道の一つの要素として正念（サンマー・サティ）が説かれるのであって、あくまでも正見・正思・正語・正業・正命・正精進・正念・正定は、それぞれの要素が密接に関わり合って実践されてこそ意義がある。例えば、最初の正見と正思とは、仏教教理に基づく正しいものごとの見方、それらに基づいた思考・判断を意図しているが、それらとも相互に関係しつつ全体的な営みであってこそ、正念も培われていくのであって、個別に切り離れた実践は想定されていない。

このような視点を踏まえて、藤田は「固体化の方向でのマインドフルネス」と「ナチュラルなマインドフルネス」（本来的にすべてがつながっているという仏教の正見などに基づくマインドフルネス）とを区別している。また、別の

著作では、「世俗的マインドフルネス」と「仏教的マインドフルネス」とも名付けている（藤田, 2018）。前者は心理療法やビジネス界での社員研修などで実践されて、普及しつつあるマインドフルネスを指す。このような動向を単に批判するつもりはないが、やはり仏教の教理に組み込まれた本来のマインドフルネスの意図、そして繰り返しになるが、禅病に象徴される側面への配慮を欠くことは否めない。藤田もこの二つのマインドフルネスのあり方を同一のように呼ぶことで、混乱が生ずると懸念している。ただし藤田の比較は両者の優劣などを論ずるのではなく、前提となるパラダイムの相違に着目している。そして、仏教が示してきた縁起やすべてのものとのつながりという正見も不可欠であるが、それは仏教色あるいは宗教色という限定とは言えず、むしろ現代では科学的視点とも相反しないと主張している。マインドフルネスに関して、仏教が育んできた蓄積を現代において応用しながら、世俗的マインドフルネスと相補的な関係を保つべきであろうとの藤田の見解には、筆者も大いに共感する。

トランスパーソナル心理学の成立背景を見ると、東洋思想との融合が当然のこととして打ち出されていたのに対して、より万人に受容されるには、科学的知見を前面に出す立場が優先される現実の一つの潮流であろう。やはり東洋思想を研究してきた者からすれば、部分的な切り取りがもたらす制約や限界という印象を否めない。

結びにかえて — 展望 —

学会としての活動の盛衰という現実も無視はできないにせよ、トランスパーソナルという概念は確実に存続し続ける。仮に表現こそ時代の流れと共に変化しても、自己超越の要求、あらゆるものとのつながり合いの中で開かれた自己

の目覚めという宗教的境位がなくなることはない。少なくとも筆者には、そのように思える。そして、安藤治は出会った時に、トランスパーソナル心理学において日本が果たす役割は大きなものがあると語っていたが、筆者には深く印象に残っている。冒頭でも触れた国際会議のテーマとも結び付くが、東洋思想に息づく伝統と科学的知見をバランスよく融合させるという目的を達成するに向けて、日本の精神風土が有する潜在力は広大であると感じる。

筆者は大乗仏教の唯識派に惹かれ、仏教の原点であるブッダの実像に関する研究も含めて、当時の実情をより深く知りたいと考えて今日に至っている。インド仏教を直接吸収してきたチベット仏教に学ぶ努力も試みてきた。掘り下げていく中で、唯識派の修行の実態をより深く知りたかったのである。さらにトランスパーソナル心理学の動向からも、チベット仏教の最高指導者であるダライ・ラマ法王14世が西洋の科学者との対話を積極的に始めて、その蓄積はやがて Mind & Life Institute⁷⁾に発展するが、それと繋がる部分も関心があった。この創設者こそ、京都での国際会議に触れた際にも名前を挙げたヴァレラである。ヴァレラは、ダライ・ラマ法王との会議はもとより、欧米においてチベット仏教の普及に尽力したチョギヤム・トゥルンパ師との交流も知られ、特に中観派の哲学に触れている。また、ウィルバーの著作からも、さまざまなレベルでチベット仏教からの示唆が確認できる。

筆者の中では、両方の関心からチベット仏教に惹かれていった。以下、あくまでも私見であるが、チベット仏教史を紐解くと、ある時点から中観派の思想を仏教哲学の最高位と位置づけ、その立場を継承する高僧をインドから受け容れてきた経緯がある。その後、チベットにおける仏教の受容に際して、巨視的なレベルからの批判精神が働いたとは思われない。必然的に

唯識派の立場をかなり低く捉えた固定観念を抱いたまま現代に至っている。唯識派の評価については違った視点から発言するチベット仏教の高僧にも出会ったが、極めて例外的である。中観派の哲学を貶める気はないが、唯識派の心識論に表れた人間観や修行階梯の体系には、現代的な視点からも卓越した要素がある。これは筆者だけの偏った見解ではない。それを物語るように、日本仏教では中観派の流れを汲む三論宗は早々に衰退したが、唯識派の伝統を受け継いだ法相宗は現代にまで、連綿と継承され、さまざまな日本文化や能などの芸能にも影響を及ぼしてきた。

しかし、今まさに個人的に惹かれるのは、日本古来の神道や民俗学の分野であり、その神道とも融通無碍に混淆してきた日本仏教のもたらした果実である。他の仏教圏から、日本仏教や僧侶のあり方に向けられた痛烈な批判も承知している。同じ仏教ではあっても、伝播したそれぞれの地域において、風土や民族性の影響、先行する信仰との習合関係を見無視できない。無視できないどころか、そのような土壌に接ぎ木された仏教は、新たな成長、化学変化、馥郁な醸成をもたらす可能性を秘めている。

最後に一言付け加えれば、筆者自身に湧き起こってきた関心と相俟って、ゼミの学生や卒業生たちと、この一年余りの短期間でも、伊勢神宮参拝、熊野三山参拝をはじめ、日光山から中禅寺湖周辺などを巡るような旅を企画してきた。筆者にとってのトランスパーソナル心理学的な歩みは、日本的霊性におけるトランスパーソナル側面の再検討という方向へ誘われているようにも思える。

注

- 1) 玉城は、晩年において、中国思想の孔子に対する理解を深化させ、ソクラテス、ゴータマ・ブッダ、イエス・キリストに孔子を加えた四聖すべてに

「全人格的思惟」を読み取ることができるとの見解に至る。

- 2) 本稿では、「瞑想」を用いるが、玉城は「瞑想」ではなく、こだわりをもって「冥想」の字を用いた。これは支遁の次の言葉に基づいている。「道液にして空無に帰す。無や復何ぞ傷まん。万殊、一塗に帰す。道合して冥想を貴ぶ」（『支遁集』邵武徐・幹小勿校刊、巻上より）
- 3) 『東洋学術研究』（Vol.28, No.2, 東洋哲学研究所, 1989）所収の座談会録による。この号の特集テーマは、「ニューサイエンスと仏教」であり、心身医学の池見西治郎の論考、1980年のD. ポームとJ. クリシュナムルティとの対談なども掲載されている。
- 4) 坐禅会でのこの現象については、信道会館創立90周年シンポジウムの記録である、玉城・高史明・児玉暁洋『いのちと心 ―二十一世紀に向けて―』（彌生書房、1983）において述懐されている。
- 5) 藤田一照は、長年にわたってアメリカのマサチューセッツ州にあるバレー禅堂で指導に当たり、2005年に帰国してからも曹洞宗国際センター所長として、国内外で広く坐禅の指導に従事し、著作も多い。本学会の学術大会でも示唆に富んだ講演を行っている。藤田は日本マインドフルネス学会の理事も務める。
- 6) 例えば、筆者も創設以来のメンバーとして関わっている日本ソマティック心理学協会主催のシンポジウム『「マインドフルネス」と「ソマティック」』（2016, 4, 8, 於セシオン杉並大ホール）においても、藤田一照、久保隆司らとともにマインドフルネスの諸相を語り合った。
- 7) <https://www.mindandlife.org/>

文献

- 安藤治（1993）『瞑想の精神医学 ―トランスパーソナル精神医学序説―』春秋社
- 安藤治（2003）『心理療法としての仏教 ―禅・瞑想・仏教への心理学的アプローチ―』法蔵館
- 合田秀行（2007）「現代仏教学者における人間観 ―玉城・上田両博士の方法論を軸として―」『仏教の人間観』大正大学総合仏教研究所叢書17巻、北樹出版
- 玉城康四郎（1980）「全人格的思惟の提唱 ―現代において禅とは何か―」『現代思想』11月臨時増刊号第8巻14号、青土社
- 玉城康四郎（1986）「過去の未来」『宇宙意識への接近 ―伝統と科学の融和―』（河合隼雄、吉福伸逸共編）春秋社
- 玉城康四郎（1985）「未来にわたる仏教学転換の根本問

- 題「新教相判積論」『研究紀要』31号、日本大学
人文科学研究所
- 玉城康四郎（1990）『新しい仏教の探求 ―ダンマに生
きる―』大蔵出版
- 藤田一照（2016）『仏教から見たマインドフルネス ―世
俗的マインドフルネスの一提言―』『マインドフルネ
ス ―基礎と実践―』（貝谷久宣ほか編）、日本評論社
- 藤田一照（2018）『曹洞禅とマインドフルネス』『心と体
をととのえる呼吸法とマインドフルネス』、大法輪閣