

第二章 超意識的經驗の理想

なぜ靈的經驗が必要とされるのか

私たちが内面を深く見つめるとき、自分自身や自分の住む世界や付き合っている人達に自分が少しも満足していないことに気づいて驚く。こうした不満が、現代世界に増え続けている争いと緊張を作り出しているのだ。異常な争いと緊張は、身心を病気にする。原因が何であれ、外的な生活様式に対する不満から摩擦が生じ、結果として身心の病気が生まれる。そうすると人生が無益で無目的であるかのように見えてくる。その上自分に不満を感じていると、周囲の人々にも平安ではなく不安を与えがちだ。身体の病気と同様に、心の病気も伝染するのだ。

ふさわしい仕事を持っていても、間違った精神で取り組んでいる場合がある。そうであれば仕事に対する新しい態度を身につけなければならない。また自分の特殊な才能を生かせない仕事をしている可能性もある。こうして感じられる欲求不満は、奇妙で有害な行動を引き起こすこともある。おそらくは他者に頼りすぎているか、自分のまわりにありもしない敵意を感じ、想像上の敵との戦いにエネルギーを浪費しているのかも知れない。あるいはまた、自分を周囲から孤立させて、自分の理想像を作り上げ、愚者の天国に住んでいるのかも知れない。自分を憎み始めたときに現れる精

神病の最悪の症状は、それ以後の人生を二重に悲惨なものにしてしまう。

ではその治療法は何だろうか。私たちに何ができるのであるのだろうか。賢明な心理学者は、「意義ある人生を送るための理想を見つける以前に、まず自分の性質を深く理解しなければならぬ」と教えている。自分自身に対する見方を変えることで自分を変えることができる。そしてこの新しい態度によって、自分のエネルギーの正しいはけ口が必然的に見つかるのだ。それではどうしたら自分の見方を変えることができるのか。それは精神分析を受けることで可能になると心理学者は言う。私たちは心理学者に調べてもらわなければならないのだ。彼は知的な質問によって私たちの人格の深層を探り、隠れたコンプレックスを発見し、実際にどこに問題があるのかを告げる。こうした方法は理論的には全く正しいように見えるし、多くの人達が精神分析から多少の利益を得ているのは確かだ。しかしその限界は、心理学者の他者に対する知識が、彼の彼自身に対する通常は浅い知識に基づいているという事実にある。

あらゆる研究にもかかわらず、西洋の心理学者たちは人間を深層において理解するに至ってはいない。彼らは確かに、人の意識的な心は広大な無意識の心の支配下にあり、双方はその動きにおいてしばしば矛盾していることを発見した。意識的な心が高い理想を持つ一方で、無意識的な心は卑しい情欲に満ちていることはありうる。無意識的な動機は、意識的な行動や思考に反して働くが、西洋の心理学は、人の無意識と意識を統合させる満足のいく方法を発見できないでいる。大部分の

心理学者が患者に勧めるのは、無意識の要求を認めよということだ。確かにこれは内面の緊張を解放する場合があるかも知れない。しかしそれは恒久的な解決法ではなく、むしろ有害だ。

ヒンドゥ教のヨーガが、考慮されてくるのはこの段階においてだ。ヨーガはまず第一に無意識の浄化から始め、無意識と意識が調和できるようにする。この浄化は決して人工的なものではない。清らかさは私たちの本性であり、人の「自己」の真の性質である。ヒンドゥイズムははるか昔に、人格のより高い次元である超意識を発見した。より高い真の「自己」についての知識を与えてくれるのは、超意識である。それは「自己」の光を映し出している。この光が心の暗い無意識の部屋に射し込まなければならぬ。こうして浄化された無意識は意識的な心とその理想に協調するようになる。内的な分裂、争い、緊張は消失する。それゆえ内面の平安と調和を得るためには、超意識の発見がもっとも重要なポイントだ。超意識の発見は第一の霊的経験であり、無意識と意識の心を統合するものだ。こうして私たちは全人格すなわち自己全体を取り戻すのだ。

霊性の体験は超意識の知識をもたらすだけではなく、無意識的な心の諸問題をも解決してくれる。私たちの問題のなかには、無意識の中に隠されているコンプレックスから生じているものもある。特に若い盛りには、性が葛藤の原因であることが多い。しかしフロイトのように人生における性の役割を極端に誇張することは、明らかに間違いだ。他者を支配したいという攻撃的な傾向が、葛藤の原因である人もいるだろう。しかしアドラー博士の心理学派が主張しているように、攻撃性の役

割を誇張して、それがあらゆる病氣の原因とするのも確かに間違っている。いわゆる唯物主義の西洋に長く滞在するうちに、私は靈的に飢えている多くの人々に出会った。彼らの問題は主として靈的な性質のものであった。彼らの多くが普段の生活から得られる喜びに、また制度化された宗教の因習的なあり方にさえ不満を抱いていたのだ。彼らはより高い經驗を、より高い存在を探し求めている。

心理学者カール・ユング博士は、人間の靈的な要求をいち早く理解した人々のひとりだった。彼は現代人が自分の魂を探し求めていることを指摘した。しかしユング博士自身が眞の自己を見出せなかったことは、彼の書物から明らかだ。私はスイスで彼に会い、私の著書の幾つかを進呈した。彼は無意識について私に語り、ヒンドゥ教のいう超意識は、無意識に含まれると言った。これは奇妙な学説であって、実際は逆である。一般に身体は最外層にあり、心はそのなかに、魂は更にそのなかにあると考えられている。この順序は逆にしなければならない。アトマンすなわち「自己」は、無限にして普遍の意識だ。心はその内部に含まれている。さらにその内部にある限定を受けた存在、もっとも広がりを持たないものが肉体だ。

超意識はいまのところ私たちには知られてはいないが、だからといって心理学者の言う無意識と同じものであるなどとは言えない。それは靈性の修行によって得られるもので、至高の平安と至福の源だ。そして何にもまして、完全無欠感と至高の成就感を与えてくれる。

ユング博士は人格の類型を内向型と外向型に分類したことで知られている。内向型はくよくよ考

えて自己批判する傾向があり、主として自分の心の内部の主観的な世界に生きる。外向的な人は社交的で、外界の出来事に忙しく従事する。彼にとっての現実は行動という客観的な世界だ。こうした類型は互いに相容れないものではなく、私たちのなかにはその両面が見られる。ヴェーダーンタでは、カルマ・ヨーギ（仕事に方向付けられた人）、バクタ（信仰の人）、ギャーニ（知識の人）という分け方をする。しかしこうした類型は完璧な分類というわけではない。すべての類型要素が各人のなか存在している。こうした異なった傾向の間には、ほどよい調和がもたらされなければならない。訓練によって自分の性質のなかに様々な傾向を兼ね備えて統合し、最終的にはこれら全てを超越することができる。こうして熱心に仕事をし、高い理想への熱烈な信仰を持ち、そしてまた自分の思いと働きにおいては理性的であるということとは可能なのだ。しかしそのためには、熱烈な霊的渴望が統一力として必要とされる。

『神経症的緊張からの解放』という本のなかで著者フィンク博士は、弛緩法の実践を積極的に提唱している。「最初は頭と首を、次に左右の膝と足を、それから胸部、両腕、まぶたと、次々に全身を弛緩させる練習をするように」と彼は教えている。こうした断片的な緊張の緩和が適切に訓練されるなら、確かに効果はあるが、私たちの師たちは、自己分析と瞑想によって全人格の制御が可能になることを教えている。これは身体の各部分をひとつずつ弛める試みよりも、はるかに有効で永続的な緊張除去法だ。

適切な訓練によって心を制御し、一度に自分を解放してくれる霊的経験を得られるというのに、苦勞して部分ごとにばらばらに解放する必要があるだろうか。私はあるけちん坊の話を思い出す。男は臨終の床にあった。そして彼を「救う」ために神父が呼ばれてきた。神父は欲の深い人だったので、彼を一部分ごとに救うことにして、救われた部分全てに料金を課した。最後の右足にきたとき、神父は考えた。「彼はこれでいなくなるのだから、ここで大金を取ってやろう」そこでそのけちん坊に向かって大声で言った。「さてあなたの右脚は高くつきますよ」この瀕死の男は、非常に勘定高い人だったので、あらん限りの力をふりしぼって言った。「でも神父さん、こいつは義足なんですよ」神学者たちが手足ごとに救うことで何と言おうとも、真の霊性の教師たちはもっと有効な救済法を知っている。それはより高い「自己」を直接認識することによって、自己解放するという理想だ。霊的経験は全人格を変える。深い平安と至福が魂を満たし、身心の完全な解放をもたらすのだ。

知覚——直接知覚と間接知覚

宗教を意味する正しいサンスクリット語は、ダルシヤナだ。このダルシヤナという言葉にはふたつの意味があり、見ることに、あるいは悟ることを意味する。それはまた悟りに導く道、あるいは修業を意味する。宗教ではその双方を意味している。ダルシヤナという言葉はまた、哲学の意味にも

用いられる。ヒンドウイズムには六つの哲学体系があり、これらはすべてダルシヤナと呼ばれている。

ヒンドウイズムにおいては宗教と哲学は不可分で、さらには同義語でさえあるのだ。双方に共通の目的は真理の直覚的なヴィジョンで、互いに補い合う関係にある。「この双方が調和的に協調しているのはインドにおいてのみだ。ここでは宗教はその視野の広がりや哲学に学び、哲学はその霊性を哲学から得ている」とマックス・ミュラー教授はいみじくも述べている。宗教とは哲学の実践的な形態であり、哲学は宗教の理論的な形態だ。ヒンドウの哲学者たちは、元来霊性の悟りを得た人々だった。それゆえ彼らの哲学体系は超越的な経験に基づいているので、誠実に信仰をもって実践するならば、同じ目標へと導いてくれるのだ。

人生は人格と環境との不断の相互作用だ。人格には異なったレベルがあり、環境も同様だ。肉体は物質の世界と呼応している。幽体は心の世界に通じ、霊体すなわち魂は宇宙霊である神と通じている。人格はこうしたすべての様々なレベルにおいて、経験することができる。私たちはどのレベルにとどまっても、その特定のレベルの経験が真実であると考ええる。目覚めている状態の私たちは、目にする多くのものに完全に注意を奪われてしまう。夢見の状態でも、多くのものを知覚するが、夢を見ている限り私たちにはそれが現実だ。これらすべては知覚、すなわちダルシヤナであるが、真実とは限らない。それゆえ正しい知覚と偽りの知覚を識別することが問題になる。インド哲学で

は正しい知覚の判断規準について多くの議論がなされている。科学者は物質的対象物の真理を知ろうとする。彼はまた自分が知覚する事実を実験的に証明する。心理学者もまた彼のダルシヤナを持っていて、その洞察力で思いの法則を発見する。靈性の求道者は、神すなわち究極の實在を直接經驗しようとする。これがアパロクシャーンブーティ（直接經驗）と呼ばれるものだ。

私たちは自分の感覺認識を重視し過ぎてゐる。自分は外界の事物を直接知覚していると思つてゐるが、決してそうではない。刺激は外界の事物から目に入ってくるのだ。目からメッセージが心に運ばれ、そこから認識者である「自己」に運ばれてくる。何という間接的な過程だろう！ しかも私たちはそれを直接の知覚と呼び慣わしているのだ。眞の直接認識、すなわちアパロクシャーンとは、「自己」であるアートマンの光に眞理が直接照らし出されることだ。この内なる光は、心と感覺を通して輝く。またそれ自らも輝くことができる。これが超意識で、トゥリーヤとも呼ばれるものだ。私たちの經驗は一般に意識の三つの状態の範囲に及んでゐる。すなわち覚醒状態であるジャグラー、睡眠状態であるスワプナ、深い睡眠状態であるスシュプティである。これら三つの状態とは別に、第四の状態トゥリーヤがある。それは厳密に言えば他の三つのような「状態」ではない。それは超意識のひとつの形であつて、他の三つの状態はその部分的な現れに過ぎない。その状態に入った魂は、自分が無限の靈の一部であることを悟る。

書物からの知識では不十分である

書物から得た知識に頼って霊性の修業を試みてはならない。もちろん情報を得るために書物を読むことはあるだろうが、考え方の選択方法を知っていなくてはならない。様々の修行法を本で読んでも、どれが自分に適したものを予め知らずに修行法に従ってはならない。多くの方法を知ること、心の視野が広がることはあっても、自分にとってはどの方法がふさわしいかを知っておくべきだ。たいていの場合、霊的生活の初期は実験的段階なので、自分の心と体に起こる変化に留意し、それに順応しながらゆっくりと進むべきだ。

正しい方法でもふさわしくない人が行えば、悪い結果が生じる。それゆえ求道者には、ふさわしい資格が要求される。しかし現代ではどんな本の入手も可能で、誰もが読み知った修行法を實踐できようになった。それでまた憂き目を見ることにもなるのだ。指導は相手によって常に異なってくる。ある人にとっては栄養物でも、別の人にとっては毒であるかも知れない。それぞれが自らの法則に従い、その身心の状態に応じて、危険のないように順応していかなければならない。正しい基礎の上に建てられる建築物は安全だ。さもなければ倒壊してしまう。

一般に私たちは真理を愛しているのではなく、ある何かのなかに存在している自分を愛しているのだ。真理を示しているからではなく、自分の考えであるからという理由である考えに夢中になる

のだ。そしていつの世にも知識が乏しいことは、大変危険なことだ。

「神は、『彼』を知らないことを真に知っている人に知られている。そして『彼』を知っていると知っている人には知られていない」(『ケナ・ウパニシャッド』：二、三)

堅実な真の信者に主はその栄光を示される。信者のなすべきことは、無限者であられる神と同調することだ。そのとき主はその栄光を彼に現される。人が神に近づこうと努力するのとまったく同様に、神は常に喜んで人に近づこうとしておられるのだ。

科学者や哲学者が知的な探究によって自然の神秘を証そうとしても、真理を示すことはできない。事物の根本原因を知性をもって解明する努力が不可能なことに気づくだろう。現象を突き抜けて真理を悟るには、より繊細で精妙な手段が必要となる。実におかしなことではあるが、私たちの肉体、思考などすべてを含むこの現象界が理にかなっているとは、少なくとも私たちには思えない。形なきものが形をとる、その理由はなぜか。何もかにもが不条理に見えるのは、その理由が理性を超越しているからだ。こうしたマヤーの千変万化の遊戯には全く説明の付けようがなく、これまで相対的な方法では説明できた人もいない。キリスト教徒のように神の御意志と呼ぼうと、ヒンドゥ教徒のように神のリーラーあるいはスポーツ、お遊びと呼ぼうと、相対的世界では全く説明することはできない。それは超越することはできても、説明の付けられるものではないのだ。

万物の究極的証明は直接の認識のみある。もし神がおられるなら、「彼」は見触れられるも