

第九回日本仏教心理学会学術大会 個人発表要旨

なぜ我々は解脱を目指すべきか ——ノージックの「経験機械」を手掛かりに——

近藤 伸介（佛教大学研究員）

本発表では、ロバート・ノージック Robert Nozick が 1974 年に出版した『アナーキー、国家、及びユートピア *Anarchy, State, And Utopia*』において提示した「経験機械 experience machine」という思考実験を取り上げ、これを仏教哲学である唯識と比較し、その類似性を指摘しつつ、我々はなぜ解脱を目指すべきなのかという問題について考えてみたい。

経験機械とは、自分が望むどんな経験も与えてくれる架空の機械であり、この機械につながれている間、我々は脳に電極を取り付けられ、タンクの中で漂いながら、望み通りの幻想世界を見ることが出来る。その間、我々はすべてが実際に起っていると信じることになり、また一定期間が過ぎたらタンクの外に出て、次の期間の経験を自分で選ぶことができるとする。このような条件を設定した上で、ノージックは「あなたはこの機械につながりたいと思うだろうか」と問いかける。これは、もし機械が自分の望むどんな経験も与えてくれるとしたら、たとえタンクの中で漂いながら一生を終えるとしても、我々にとってそうすべきでない理由があるだろうか、という問いである。これに対してノージックは、我々には機械につながれることを欲しない理由があるという。それは次の三つである。

- ①我々は経験だけが欲しいのではなく、実際にその行為を行うことを欲している。
- ②我々はタンクの中で漂う漠然とした何者かではなく、一つの確かな在り方、一人の確かな人間であることを欲している。
- ③我々は自分の経験を機械が提供する「人工の現実 man-made reality」に限定されることを欲しておらず、「より深い現実 deeper reality」との接触を欲している。

ノージックは言う、「我々が欲しているのはおそらく、現実 접촉しつつ自分自身を生きることである。（そしてこのことは機械が我々に代わってできることではない。）」と。

一方、唯識の代表的な論書『摂大乘論』には、我々の認識の在り方に三種あると述べられている。それは「二分依他」と呼ばれるもので、「依他起相」を根底とし、そこから「遍計所執相」と「円成実相」という二種の認識が成立するというものである。このうち「遍計所執相」とは、虚妄分別によって構成される幻想世界であり、解脱していない凡夫はこの幻想世界を現実と信じて生きている。これに対して「円成実相」とは、無分別智によって開かれる真の世界であり、我々は解脱することでここに至るとされる。唯識が語るこの二種の認識は、それぞれノージックの語る「人工の現実」と「より深い現実」に対応しており、両者の思想には類似性が見られる。そうであれば、我々が経験機械につながれることを欲しない理由を手掛かりに、我々が「遍計所執相」から解脱し「円成実相」を目指すべき理由も考えることができると思われる。本発表では、この点について考えてみたい

浄土真宗の僧侶として生きるということ —臨床心理学的観点から—

菅原 圭（京都文教大学大学院臨床心理学研究科博士後期課程）

浄土真宗の僧侶の援助者側としての研究は数多く存在する。しかし、浄土真宗の僧侶がどのように僧侶になり、僧侶としての生き方を選択してきたかという研究は注目されてこなかった。そこで本研究では、浄土真宗の僧侶として生きることをどのように受け入れていったのか、そして浄土真宗の僧侶として生きる中でどのようなことが僧侶の中で起っているのか、ということについて「葛藤」を中心に検討してみたい。

方法

浄土真宗の男性僧侶に 1 対 1 形式の半構造化面接を行い、そのデータを M-GTA を用いて分析した。

結果

M-GTA を行った結果、28 個の概念、8 個のカテゴリが生成された。

考察

本研究では「浄土真宗の僧侶」の視点から捉えた「浄土真宗の僧侶が僧侶になるための葛藤のプロセス」を提示した。得られた結果は、葛藤を乗り越えるわけではなく、様々な葛藤と折り合いをつけ、抱え続けながら、僧侶としての自分を確立し、それを個人の自分に取り込み、統合していくというプロセスである。この葛藤のプロセスは、浄土真宗の開祖である親鸞の生涯に非常に即しているように思われる。親鸞の仏教との出会いは苦しみや悩みを与えるものであった。これは【寺院に生まれた運命性】を抱え、悩み苦しんでいることと重なる。その後親鸞は下山し、法然と出会う。そこで初めて同じ考えを持つ人と出会うという経験をする。その後島流しにあい、新潟での生活の中で、共に生きるとは何か、人間の矛盾など様々なことを学んだ。これは【価値観の変わる出会い】と重なる。その後、親鸞は息子と絶縁するという経験をする。その中で、親鸞はかえって絶縁しなければならない子を持った親として、息子の犯さねばならなかった罪の深さを、自身に重く背負わせた。これは違う形で【寺院に生まれた運命性】という葛藤が表れていることや、＜自身の子どもに繋げる責任＞と重なる。これは、浄土真宗の教えそのものを、僧侶は人生を通して歩んでいるということではないだろうか。

浄土思想と心理学の交流史に関する試考 —現存宗派の枠を超えて—

太田 俊明

日本仏教における潮流の一つとして、阿弥陀仏の名号を唱えることで往生できるとされる浄土思想が挙げられる。この思想を背景にした教団は数多く、大きく分けても浄土宗（鎮西派）・浄土宗西山三派（時宗含む）・浄土真宗がありそれぞれに個性をもつ。

この浄土思想と心理学・心理療法の接点・焦点化の研究については教団・特定の祖師を背景にした思想レベルでは着実に進行しているように考えられる。一例としてカウンセリングと仏教（真宗）が挙げられる。カウンセリングと仏教に関する分野に関しては特定の祖師を背景にした論文が数多く見られ、近年では周辺分野にも拡充がなされ研究が進んでいるように見受けられる。しかし、特定のテーマに基づいて深化した研究論者は存在するものの、研究史始め心理学を俯瞰した立場のものは管見の限り存在しない。これは太田俊明〔2003〕「仏教と心理学・心理療法に関する著作リスト（修正版）」（『西山学会年報』13号）にも当てはまる。このリストでは、一応分野ごとに分類を試みたものの、各々の分野ごとの詳細な分析、歴史的経緯に関する論者は作成されなかった。研究史が執筆されなかったことや配列の問題も批判されてしかるべきである（岩田文昭〔2004〕「仏教徒心理療法に関する文献表について」『心理主義時代における宗教と心理療法の内在的関係に関する宗教哲学的考察』平成13～平成15年度科学研究費補助金（基盤研究（B）（1））研究成果報告書）。その後も、一部にはそのような動きがあったものの（李光濬〔2016〕「禅と浄土教の心理学研究史」藤能成『仏教と心理学の接点 浄土心理学の提唱』法蔵館）、特定の個人の業績を中心にしたものであり、日本における浄土思想の流れから考察したものは皆無と考えられる。

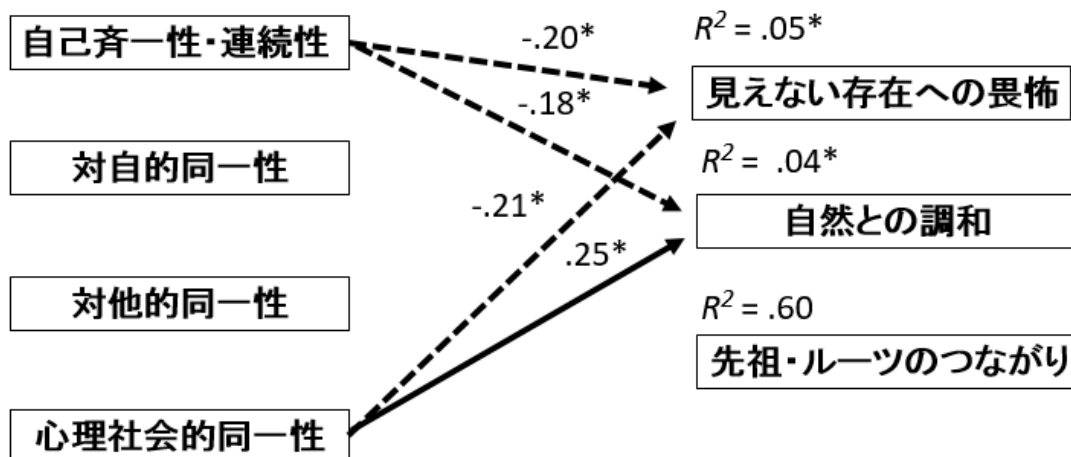
この原因はいくつかある。それは、中国仏教より伝来している禅と浄土教が一体化されている禅浄一体の思想である。また浄土思想は日本に伝来されたものの、法然以前は主たる教派形成がなされなかったこともある。更に言えば現行の浄土系教団の教学構造が安心を中心にした立場と起行を中心にした立場とに二分化されていたこと。このことにより法然上人の正嫡を主張するあまり教団間の教学論争のみが先行し、全体的かつ包摂的な心理的側面の視座を見失っていたことも挙げられる。ゆえに浄土思想における教団を超えた思想と心理学との連関が課題となる。また禅と心理学みたいに時代区分の構成が可能か否か疑問もある。

そのような状況下でありながらも可能な限り資料を集め・分析し潮流を把握すること。結果区分分析の創造と展開を試論し、貢献することを通じて本発表の目的としたい。

大学生のスピリチュアリティとアイデンティティの関連

西村 竜騎（北星学園大学大学院臨床心理学専攻修士課程）

学生の宗教意識調査では、若年層の宗教信仰の減少の一途をたどっているが（西、2009）、神仏や霊魂、パワースポットなどの存在を信じる傾向は変わらず、むしろ増加傾向でもあること（国学院大学、2015）が述べられている。青年期がスピリチュアリティを信奉する心理的背景を検証するため、本研究では、青年期のアイデンティティとスピリチュアリティの関連を調べた。調査対象者は、北海道にある A 大学の大学生 225 名（男性 74 名、女性 151 名、平均年齢 19.22 歳、SD=1.17）に質問紙調査を行った。尺度には、谷（2001）が作成した多次元自我同一性尺度 20 項目、濁川ら（2016）が作成した日本人青年スピリチュアリティ評定尺度のうち「見えない存在への畏怖」「自然との調和」「先祖・ルーツ」因子を本研究では使用、ご利益行動について 16 項目、宗教信仰の有無を尋ねた項目を使用した。スピリチュアリティ尺度の下位尺度である「見えない存在への畏怖」「自然との調和」「先祖・ルーツのつながり」を従属変数として多次元自我同一性尺度の下位尺度である「自己斉一性・連続性」「対自的同一性」「対他的同一性」「心理社会的同一性」因子を独立変数とした強制投入法による重回帰分析を行った。その結果、自己斉一性・連続性は「見えない存在への畏怖」と「自然との調和」に負の影響が見られた。このことより自分が自分であるという一貫性をもつ感覚が低い大学生は、目には見えない存在を信じ、自然からの力を感じやすいことがわかった。心理社会的同一性は「見えない存在への畏怖」に負の影響、「自然との調和」に正の影響が見られた。このことより自分と社会との適応的な結びつきの感覚が低い大学生は、目には見えない存在を信じやすく、そのような感覚が高い大学生は、自然からの力を感じやすいことがわかった（図 1）。



* $p < .05$ ** $p < .01$

図1

心理療法としての『摩訶止観』 —そのアセスメントと心理臨床について—

影山 教俊（日蓮宗勸学院嗣学）

心理療法へと応用された「マインドフルネスに基づいたストレス緩和法 [MBSR]」（ジョン・カバット・ジン、1979年）は、近年ではマインドフルネス訓練にもとづいたうつ病再発予防プログラム「マインドフルネス認知療法 [MBSR]」、またマインドフルネス訓練を取り込んだ境界性パーソナリティ障害プログラム「弁証法的行動療法 [DBT]」、さらに第三世代認知行動療法「アクセプタンス&コミットメント・セラピー (ACT)」など医学的な治療の分野へと展開している。この過程で話題となっているのは、これまでのマインドフルネス瞑想法などの技法論的な展開ばかりではなく、マインドフルネス訓練の効果とその機序などへの論及である。すなわち、心理療法としてのアセスメント（見立て）と心理臨床についてである。

ところで、日本仏教に伝承する瞑想技術の「止観」は、明治7年の医療法改正で寺社仏閣における施療施薬が禁止され、明治16年の医師国家試験で西洋医学のみが公認されるまでは、伝統医学に組み入れられていた（明治3年『祈祷改正規則之掟』）。また本来、瞑想技術の伝承形態といえば仏道（行学二道）であり、瞑想体験は師匠による技術指導と文献（経釈論）によって裏打ちされてきた。とくに瞑想技術の大著『摩訶止観』（中国天台、6C）の「止観病患境」には、二種類の伝統医学にもとづく治病法が示されているばかりか、瞑想体験による治病法のアセスメント（見立て）と心理臨床を明かしている。

天台大師は瞑想技術によって誘導される最深の瞑想体験を三昧（サマーディ）と呼び、「ただ一心に三昧の瞑想体験をすれば衆病は消えてしまう」と三昧の体験による治病の効用を明かし、そのアセスメント（見立て）として「意識が過剰に働くことで気血の流れが乱れて病気が発症する」と心因論を展開する。さらに大師は自らの瞑想体験にもとづき、衆病の原因である自我意識（妄念）が生成される過程と、瞑想技術によって自我意識から純粹意識（認知主体、マナス）が分離される過程の心理臨床を明かしている。

『摩訶止観』「第七正修止観」「第一観陰入界境」で、龍樹菩薩著『十住毘婆沙論』（鳩摩羅什訳、5世紀）の三科開合（陰入界）を引用し、瞑想技術の対象となる自我意識の生成と、その意識の諸相が感覚的な世界（十二入）と、表象的な世界（十八界）によることを解説する。

とくに仏教心理学の五陰（色受想行識、パンチャ・スカンダ）にもとづき、私たちの自我意識が成立する過程について、「①身体・②感覚器官・③表象機能・④意識の統合機能」の四つの要素は記憶連鎖（名色、ナーマ・ルーパ）であり、それが⑤意識の認識作用（識、マナス）の要素に映ることで、そこに記憶を頼りに分別する自我意識が生まれるという。これが「名色」と呼ばれ、気づいて（色）名前をつける（名）という人間の認識作用となり、記憶連鎖を生みだしてゆく。そして、その一念は記憶連鎖によってさまざまな事象を生じさせるという。これらをふまえて「心理療法としての『摩訶止観』」について論じたい。

迷うことの意義—宗教間の比較を通じて

新田 耕佑（京都文教大学大学院/ 宝塚市教育委員会）

仏教における「迷い」は輪廻という思想と関係がある。仏教事典において輪廻とは、「生あるものが生死を繰り返すこと(中略)、解脱しない限り、生ある者は迷いの世界である三界六道を輪廻しなければならないと考えられている」とある(中村ら編,1989,p.837)。仏教では、解脱、すなわち、何事をも分別の態度をもって臨み、煩惱を制御することによってとらわれのない心の静けさを得ようとする、悟りの境地を目指すことが究極の目的とされている。そのために、様々な思想や修行が説かれ、実践される。

我々は日常的に「迷う」という言葉を使うが、はたして「迷い」を経験しているだろうか。「迷う」という言葉の意味は一定ではないが、文化を超えた西洋、聖書には「さまよう」ことにまつわる描写が散見される。それは、カインに始まり、やがては以降の人々にまで至る。「さまよう」ことと、「迷う」こと、仏教における「迷い」に共通する経験はあるのだろうか。言語表記としては共通していると思われるが、その個人がどのように「迷い」を経験しているかについては不明瞭である。

仏教では「迷い」から抜け出すことが強調され、聖書には「迷わない」ことが示されており、「迷い」から抜け出すことを目指しているという点は、両者に共通している。しかしながら、「迷い」から抜け出すには、まずどのような「迷い」を経験しているのか、あるいは「迷う」ことの性質について、吟味する必要があると思われる。

仏教的思想、「迷う」という言語表記、聖書における記述から、共通する「迷う」という経験を通じて、普遍的な「迷い」に関する示唆が得られることと思われる。

本発表では、人々の経験する「迷い」について考察し、そこから抜け出すことに関する示唆を提示したい。