

キリスト教と禅仏教における愛 (Love in Christianity and Zen Buddhism). 知命 (Shimei), August 16, 2004, pp. 4-8.

Reginald Pawle、心理療法士（カリフォルニア(米国)免許#MFC35774）。博士過程では西洋と東洋の分流について学びその後も異文化心理学について研究を深めました。1974年仏教〔禅宗〕に出会いそれ以来修行を続けています。1999年より花園大学国際禅学研究所に客員研究員として所属。それと同時に日本に滞在する外国を対象にしたカウンセリングームを開業しトランスパーソナル、ゲストオルト、身体的、仏教の心理学を統合し治療を行っています。

## キリスト教と禅仏教における愛

### 心理学的考察

最近、筆者は日本人とアメリカ人の国際結婚の夫婦と話す機会があり、アメリカ人の夫は、夫婦がともに人生を歩んできたなかで生じたストレスや、夫婦間における人間関係で生じたストレスの幾つかを話してくれた。夫は「私たちに愛がある限り、全て乗り越えることができますよ。」と、言葉を結んだのであった。そこで、筆者は日本人の妻に対し、果たして愛によってストレスが解消できると思っているのかと尋ねてみた。彼女はこの考え方にぞっとした様子で、「愛をあてにするなんてとんでもない。愛はあまりにも移ろいやすいですわ。」と答えた。そこで、彼女に一体何を信頼できるかと尋ねてみた。すると、どう表現したらいいのかわからないが、ただし、愛ではないという答であった。

このような対話が、筆者の仕事を通じて垣間見えるアメリカ人と日本人の国際結婚の夫婦がもつ、一般的な愛に対する見解なのである。両者の考え方は、それぞれの国に根ざす宗教的、文化的伝統の相違に深く根づいている。この小論では、日米両国におけるものの見方の根源となるキリスト教と禅仏教の捉え方を簡単に検証し、両者の根本を心理学的意義という見地から考察する。

### キリスト教における愛

キリスト教では、愛は神に等しい。愛によってのみ人間は神を知り、この世で神と共にいることができるのである。これについては、聖書に多くの例が示

されている。一例として、『ヨハネの手紙1』第四章、第7節と8節において、「愛する者たち、互いに愛し合いましょう。愛は神から出るもので、愛する者は皆、神から生まれ、神を知っているからです。愛することのない者は神を知りません。神は愛だからです。」(1147頁)があげられる。

キリスト教では、この世の人間関係において、愛が健全な関係を結ぶ基本要素とみなす。聖書の同じ章に、「『神を愛している』と言いながら、兄弟を憎む者がいれば、それは偽り者である。目に見える兄弟を愛さない者は、目に見えない神を愛することができません。神を愛する人は、兄弟も愛すべきです。これが、神から受けた掟なのです。」(1147頁)がある。愛はとりわけ重要であり、人間関係を形成するうえで、必要不可欠な行為である。人が他者を愛し、互いの限界、自己中心性、心理的欠点を乗り越えることができれば、それは本当の意味で他者と良い人間関係を結ぶことができることを示している。人が愛をそのまま受け入れ、愛以外の想念にふりまわされなければ、愛は充実していると断言できる。人が神と共に生きることを望むのであれば、すべて愛を基本としなければならない。このキリスト教の見解では、愛によって真実の人生が可能となるのである。

西洋では、人は愛によってのみよい人間関係を保つことができると信じられてきた。心理学の分野で一例をあげると、ロゴセラピーの創始者であるビクター・フランクル(1959)は、「愛が人格の核心から他者を受け入れる唯一の方法である。愛なくして、他者の本質を十分に知り得ることはできない。」(116頁)と述べている。ここでは、愛が唯一の方法であると述べている。愛以外のもの

は、すべて不十分なのである。愛によってのみ、人は理解しあい、清らかになり、我慢しあい、信頼し、期待し、また乗り越えられるのである。聖書(1962年版)からさらに引用すると、『コリント人への手紙1』13章4節から8節において、「愛は忍耐強い。愛は情け深い。ねまたない。愛は自慢せず、高ぶらない。礼を失せず、自分の利益を求めず、いらだたず、恨みを抱かない。不義を喜ばず、真実を喜ぶ。すべてを忍び、全てを信じ、全てを望み、すべてに耐える。愛は決して滅びない。」(1078頁)

ここで便宜をはかるために、心理学の専門用語では、愛は感情の一つであると定義されていることを紹介しておこう。おそらくこの小論との関連においてみると、キリスト教の愛とは、自我や自己中心に染まっていない感情であると言える。愛という感情を通じて、人間の自己中心的自己愛が消滅すると信じられている。このキリスト教の愛を人体に照らし合わせてみると、人間の心臓部に相当するのである。心臓こそが精神のはたらきの中心である。聖パウロは聖書のコロサイの信徒への手紙、第三章、14節から15節において、「これらすべてに加えて、愛を身に着けなさい。愛はすべてを完成させるきずなです。また、キリストの平和があなたがたの心を支配するようにしなさい。」(1107頁)と示しているのである。キリスト教の観点に立てば、心によってこそ人間が調和し、健全な対人関係を築き上げることができるのである。キリスト教において、心と感情は精神のはたらきの中心であり、治療方法として感情に重きを置く西洋心理学の多方面に影響を与えた一つの要因とも言える。一例をあげれば、ジェームス・ヒルマン(1992)は「フロイド以来、療法分析の中心となったのは

感情である。」(ix 頁)と述べている。ここで強調していることは、感情を通じて心の癒しが生ずると堅く信じられてきたことである。ただし、この信念は今までほとんど検証されてはいない。禅仏教で強調していることは次に述べるが、上記の見解と対極をなし、この信念に対し真っ向から挑戦するのである。

### 禅仏教における愛

禅仏教における愛は、およそキリスト教と正反対に位置する。愛が自己を超越させるのではなく、むしろ愛によって自己欺瞞になり、執着が生ずると考えられている。愛は煩悩であり、精神を乱す幻想である。特に愛は貪欲であり、人やものを無暗にほしがる自己中心的な執着であるとみなす。

池田市にある松雲寺の安永祖堂老師は、筆者とのインタビューのなかで、「愛は、仏教では最悪の煩悩である。愛はもともと渴いていることを意味する。よって渴愛という。渴とは、喉が乾いた状態である。よって、喉が乾くと、水を必要とし、欲しいと思うようになる。愛という言葉には、大変否定的な意味合いがあるのだ。よって、愛という漢字は、ある人が食台の上にある食べ物や飲み物をほしいと思っていながら、その場を立ち去らなければいけない。したがって、得ることができない。この望んでも得ることができない状態を示しているのだ。」と、語った。(2001年、5月8日のインタビュー、2頁。)

禅仏教では、精神を不健全させる原因として、おもに二つが考えられる。一つは幻想からくる精神的なもの、二つには執着からくる感情的なものである。執着とは自己陶醉、貪欲、自己防衛であり、さらに、手放すことが妥当である

状態にもかかわらず、しがみつくさまを言う。愛はある種の執着と考えられている。

仏教の他宗派である真言宗には、愛染明王という仏がある。愛染明王の役割は「染める」、あるいは愛による色付けを示す。愛染明王は変化させる役割になった明王であり、この場合、悪い愛を良い愛に変えるのである。ここには、キリスト教の愛とは異なる愛の形がある。愛が悪い愛にもなりうることや、明王の加護によって良い愛に変化するという考え方はキリスト教にはない。キリスト教によると、愛は愛であり、悪い愛は愛ではない。このような愛の捉え方は、愛が移ろいやすく、独立した精神の機能であり、しかも、精神の多種多様なはたらきに従属するとみなす仏教のような枠組みにおいて生ずるのである。

禅仏教における愛は、キリスト教のように精神のはたらきの中軸とは考えられていない。逆に、心理学的用語でいえば、禅における心のはたらきの中心は自我である。禅でいうところの自我を見極めることで、ビクター・フランクルが述べていることが実現可能となるのである。愛を一つの感情ととらえ、自我のはたらきによって機能し、愛は自我に従属するのである。仏教における感情の特徴は判断を下すことである。たとえその判断が良くても、悪くても、また中立であったとしても、自我の経験により判断が下される。自我が何かを好むようになれば、自我は心地よいと判断する。もしそうでなければ、心地よくない。また、価値判断を下さなければ中立である。愛は自我が対象を本当に好きになったときに生ずるのである。

禅仏教が焦点をあてていることを心理学的にみると、自我を基本としていることである。人間の精神のなかで、自我のはたらきをはっきりと見極めることにより、人は自らの人生を生かしきることや、他者への慈悲—この言葉は愛を仏教での表現であるが—をあらわすことが可能となる。禅仏教によると、自我への執着こそ苦しみの原因なのである。身体で言えば、自我は臍の中心であり、腹といい、身体のバランスを保つと考えられている。このようにして、禅の修行で中心となるのは、キリスト教の心ではなく、腹部となる。自我を明らかにすることを、禅では無我という。禅的見解でいうところの無我であるとき、フランクが述べる「その人の人格の最も深いところから他者を受け入れることができる」（116 頁）ようになるのである。このことを可能とさせるのは、禅仏教の観点では、愛ではなく無我によるのである。

禅において、慈悲は他者との人間関係を築きあげる方法として述べられることが多い。長浜市にある多田幸寺の禅僧、中島義観老師は慈悲について語ってくれた。小我は限定した自我であり、大我は無我であると語った後、「大我と小我の違いは、小我は自我であり、自我中心の考えである。それに対し、大我は自己より他者を想うことである。そこで、これを仏教では慈悲と言う。慈悲とは自己中心の考えのない愛である。」と述べた。（2001 年 6 月 26 日のインタビュー）中島老師は「たとえば、親と子は大変深い絆がある。子供の痛みは親の痛みであり、子供の喜びは親の喜びであるという言葉がある。よって、このような共感が全てに及ぶのである。」という。（2001 年 7 月 10 日のインタビュー）

心理学からみると、自我をあきらかにすることに重点をおく禅の姿勢は、多くの西洋の心理学的な方法論処方にあらたな代替処方を提供している。これは感情を中心にした方法論や、認識的かつ行動的な方法論、無意識や多くのトランスパーソナルな手段を強調するような方法論とは異なるのである。禅では、感情、認識力、無意識あるいは高次の意識などはすべて自我に付随する。禅の方法論は、心理学の方法論に異なる方法を与え、また広がりを持たせる。

### 禅的愛

この論文のはじめに述べた日本人の妻が示した愛に対する姿勢が、日本では当たり前であることを筆者は気づいたのである。筆者は、日本人にとって愛とは、状況に左右されやすく、嫌悪感や怒りなどの異なる感情に簡単に変わると考えているようにみえた。この見方は、前述の禅仏教の見解と相似し、あきらかにキリスト教の見解とは異なるのである。

アメリカ人として筆者は、日本人がどのようにして親密な人間関係を持続させるのかに大変興味を感じた。もしも愛をもって人間関係を持続させないのであれば、どのようにして人間関係を保つことができるのであろうか。筆者はこれを日本人に質問した。他者との<sup>しがらみ</sup> 柵、世間体、信頼、甘える、コミュニケーション、子はかすがい、が答えとして返ってきた。

筆者は単に日本人の感性を研究している研究者であり、これまでの研究から得たテーマを禅仏教の用語をもって説明すれば、他者との間に生ずる尊敬や信頼を通じて人間関係を継続させているのであり、これを日本語で縁というので

ある。禅仏教における縁とは、縁起の一部であり、その一部とは、結果と直結する直接的な原因を示すのではなく、様々な間接的な間接的原因を示すのである。これによって全ての事象が生じ、この世におけるさまざまな関係が生ずるのである。因果とは、この世の状況であり、そこに禅が述べるところの愛が依存しているのである。筆者は、無我を「明確化した自我」と定義づけたが、因果に身を置くかぎり無我であることは、心理学的にみると健全な方法なのである。無我であれば、どのような状況が生ずることがあっても、人は慈悲の心をもつことができる。

日本語では、縁は他者との関係や絆を意味してきた。しかし、人は縁により生まれ、縁により生じた状況にいるのである。よって、自らの力で縁を制御したり、予知することもできない。もっとも、他者との間に持続可能な強い信頼を感じることで、縁を強く意識することができる。人が他者とのあいだに、つながりを感じているうちは、どのようなストレスがかかろうと、無我の人間関係を保つことができる。筆者の見るところでは、禅仏教の言葉を使えば、愛というよりは、縁によって生じた敬意と信頼こそが、人間関係を結ばせるのである。

#### 結語

キリスト教では、愛は自我を抑え、明らかにする。しかし、禅仏教では、愛は自我に付随すると考える。禅では、自我が自我自身を抑えなければならず、それによって無我となる。愛と自我を通じて両者をみると、双方とも自己中心

的な想いや、些細な出来事に巻きこまれてしまう想いを乗り越えることが可能となり、さらに、健全な心理状態をもたらすのである。おそらく、キリスト教でも禅仏教でも、それぞれの実践がめざす究極では同じ結果が得られるではないだろうか。しかし、その方法はあまりにも異なり、それぞれの道から得られる心理的局面が異なるのである。キリスト教では、感情と心臓部が強調される。その副産物として、大いなる創造と多くの社会福祉活動があげられる。禅仏教では、自我と身体が丹田が強調され、その副産物は、(自己中心的というよりは) 偽りのない行為と他者に対する深い感性があげられる。これをキリスト教の観点からみると、禅仏教は無味乾燥ともとれ、情緒的に欠けているとみえる。禅仏教の観点からキリスト教をみると、あまりに主観的で感情に流されやすいとみえる。どちらの見方も真実であり、双方の自己研鑽の型は互いに学ぶところがある。このような検証が筆者の信ずる方向性であり、今後の心理学の異文化研究にむけて大変価値あることと信じているのである。

(翻訳 嶋本浩子)

(翻訳としてもちいた聖書からの引用文は『聖書』、日本聖書協会発行、2000年による)