

チベットの宗教文化にみる命 —宗教文化とホリスティックケア—

中島小乃美

[抄録]

チベットの宗教文化が捉える命と、病と、治療を概観し、そこからホリスティックということについて考察した。『大日経』では、悟りに至りその業寿を滅したあとも再び生を与えて衆生済度に赴くことを説いている。そしてA字(阿字)という種字を観想し、身体に布置することで命をもつ我が身を空じ、仏となると捉えることから、仏教における命とは仏果を得て、衆生済度に向かうその連続性としての命であり、仏の寿命である。またチベット医学が病と命に向き合い、さらに鬼神による病に対応するためにシャーマンや占星術なども含めて命を脅かす存在と向きあっている様子から、現在、ホリスティックと言われる全体性とは、この文化においてマンダラの宇宙観や、悟りを得て仏となり衆生済度に向かう存在としての命と、鬼神の調伏までを含む一つの世界観で貫かれている。このような営みの中で命をとらえることがホリスティック(全体性)なのではないかと考察した。

キーワード：チベット仏教、ラダック、holistic、ホリスティックケア、伝統医療

はじめに

チベット仏教文化の中には、仏教に根ざした医学があり、生老病死の全てに渡り仏教が深く浸透している。拙論では、死者儀礼の視点からチベット宗教文化の根底には、阿弥陀如来(無量寿・無量光如来)、除災招福と脱悪趣のためには普明ヴィルシャナ如来が、そして無病息災のためには薬師如来の信仰が存在することを指摘した⁽¹⁾。

今回は、改めてこれらの宗教文化からホリスティック(全体性)ということと、医療を含むケアということについて考察してみたい。なぜこのことに着目したかといえば、筆者自身が医療職から仏教学研究の世界に飛び込み、一つの確信をもって再びまた教育という点から医療に関わるようになったからである。しばらく医療現場から離れていた間に、医療界も変化が起っていた。高度な救命やガン治療、手術方法の変化、遺伝子操作、iPS細胞などの再生医療が目目されるようになる一方で、補完代替療法(Complimentary/Arternative Medicine)や統合医療(Integrative Medicine; Integrated Medicine; Integrative Health)、ホリスティック医療/医学

(Holistic Medicine)が注目され、学会や研究会が立ち上がっていた。我が国に一步先んじて、欧米ではインドのアーユルヴェーダ、中国医学、鍼灸・漢方などがどんどん臨床導入されており、またレイキなどの手がざし療法や、セラピューティック・タッチ、ヒーリングタッチなどが臨床現場で実施されており、それを追い風に日本でも一部の医療者や健康に関心が高く、従来の医療に違和感を感じている人々の間で静かに支持され、看護学のテキストにも掲載されるようになっていた。ようやく時代が追いついたのだと思ったものの、少しずつ違和感を感じるようになった。筆者が見て来たチベットやインドの人々の伝統医療と現代西洋医学との付き合い方と、現在、日本で取り扱われているそれらとが大きく違うように感じたからである。本稿では一度、チベットの宗教文化の中にみる命という視点から、ホリスティックケアとはどのようなことを言うのか、そしてホリスティックに命と向き合うとはどのようなことなのかについて考えてみたい。

1. チベットの宗教文化にみる命

1) 仏教教理にみる命

仏教における命は、業と煩惱による無明によって生を享けると捉えられている。仏教は、この無限の輪から脱することを目的とした宗教である。特にチベットは仏教の最後の形である後期密教(anuttara-tantra)が世界で唯一現存し、現在も信仰されている地域である。筆者は、後期密教へと発展した仏教が、その過程の中で、『大日経』という經典において大乘の教理を整理して密教へと大きく舵をきったと考えている。そして後期密教の教理の根幹は、この caryā-tantra である『大日経』と、yoga-tantra である『初会金剛頂経』、『金剛頂瑜伽タントラ』、『理趣広経』、『悪趣清浄儀軌』、『降三世儀軌』で理論構成を整えていったと考えている。そのため、命(寿)についての基本的な考え方を『大日経』からみてみたい。

『大日経』「住心品」では、

有情の業寿を完全に生じている人たちが、初の心(初発心)を起こしてから十地に至るまで、この十地においてことごとく完成すべきことと、業寿を完全に滅した人たちもまた有の芽を再び生起させんがために、執金剛と等しき者や、普賢菩薩や、蓮華手〔菩薩〕の身と等しき者たちを十方に〔現して〕秘密真言の理趣なる言葉によって法をお説きになった。

sems can las kyi tshe rnam par rab bskyed pa rnam sems dang po bskyed pa nas
bzung ste/ sa bcu'i bar la gnas pa 'di nyid la yongs su rdzogs par bya ba dang/ las kyi
tshe bkag pa rnam kyang srid pa'i myu gu mngon par 'grub par bya ba'i phyir/ rdo
rje 'dzin pa'i lus 'dra ba dang/ byang chub sems dpa' kun tu bzang po dang/ phyag na

padma'i lus 'dra ba phyogs bcun gsang sngags kyi tshul gyi tshig P.116b rnam par dag
pa'i tshig dag gis chos ston pa dag kyang mthong ngo// (D.152a, P.116a-b)
所謂初発心。乃至十地次第此生満足。縁業生増長有情類業寿種除。復有芽種生起
爾時執金剛秘密主。於彼衆会中坐曰仏言(T18,p.1b)

とあり、われわれ有情の命を業寿ととらえ、業寿の存在である人が、初発心から十地に至るまで悟りを完成すべきであることと、業寿を完全に滅した人であっても有としての命を再び生起させて密教の法を聞く存在になることを求めていることがわかる。これは大乘仏教の中に貫かれている般若としての智慧の獲得と、方便として衆生再度に赴く存在となることが求められているということであり、ここでいう命(寿)は、そのような存在を意味しているといえる。

さらに「世間成就品」では、世尊ヴィルシャナが金剛手菩薩に対して、真言をいかに成就し、修習した果はどのようなものであるかを説くから聞くよう諭す。

字(akṣara)と字(a-kṣara, 不壊・菩提心)を相応し、

同様に句(pāda)より句(dvipāda)に転変させ、

よく制御して意(心)で10万遍(D.180b)念誦すべきである。

〔初の〕字は菩提心であり、第二は声と言われている。

句は自己の本尊と設定し、自らの心位に〔安立〕すべきである。

第二の句は遍学(sambuddha)の最勝の両足尊(dvipāda)と知るべきである。

真言行者はその〔不壊の菩提心である〕清浄月輪に住すると思念し、

諸字をその〔月輪〕中央に順次によく建立して、

収斂する言葉で制御し、生命(prāṇa)と活動(vyāyāma)を浄めるべきである。

生命とは息風(vāyu)と言われ、活動とは憶念(smṛti)と言われ、

その両者を制御(niyama)して、先行(pūrvasevā)をよくすべきである。

yi ge dang ni yi ger sbyar //de bzhin gzhi las gzhir gyur ba //

shin du bsdams pas yid la ni/ /bzlas brjod 'bum phrag gcig bya'o//

yi ge byang chub sems yin te/ /gnyis pa sgra zhes bya ba yin//

gzhin ni rang gi lha bzhag pa/ /rang gi lus kyi gnas la bya//

gzhi gnyis pa ni rdzogs sangs rgyas/ /rkang gnyis mchog tu shes par bya//

zla ba'i dkyil 'khor rnam dag pa/ /sngags pas de la gnas par bsam //

yi ge rnams ni go rims bzhin/ /de yi dbus su legs par dgong //

slar sdud pa'i tshig gis non/ /srog dang rtsol ba rnam par spyangs//

srog ces bya ba rlung du bshad/ /rtsol ba dran ba zhes bya ste//

de gnyis bsdams pa byas nas su/ /sngon du bsnyen ba legs par bya// (P.144b, D.180b)

當字字相応	句句亦如是	作心想念誦	善住一洛叉
初字菩提心	第二名為聲	句想為本尊	而於自處作
第二句當知	即諸仏勝句	行者觀住彼	極圓淨月輪
於中諦誠想	諸字如次第	中置字句等	而想淨其命
命者所謂風	念隨出入息	彼等淨除已	作先持誦法(T18.p.17b)

とある。仏教は大乗仏教から密教へと発展していく中で、インドの宗教文化の中で用いられてきた真言(mantra)を積極的に導入してきた。身・口・意の三業を三密に変え、口密としてこの真言の力を用いて仏の悟りを得ることを目指すため、従来のマントラとの差別化をはかる必要があり、この文字や声の解釈が示された。ここでは声と文字の関係における説示の中で、命は呼吸をしている状態とらえ、その呼吸を制御して、憶念に努めることを活動として捉えている。

また「阿闍梨真言智品」のなかには、A字が一切真言の真髓であるという根拠を説明するところで、

正覚両足尊がAは生命⁽²⁾であると仰せられ、
それ故に、これは一切の全てであり、一切支分に安住する。
諸支分にも〔住すると〕随宜に常に普く知るべきである。
諸字を以って一切に遍周し、諸字もそれによって遍周し、
諸字より⁽³⁾声が生じ、部分と部分より生じた。
それ故にこれが一切の全てであり、身は種々なるものより生ずる。
(中略)

我は有情と種々の器世間の全てに普く遍満するものとなる。
Aは最勝の命であり、VAは語と言われ、
RAは火と言われ、HŪMは忿怒と言われ、
KHAは虚空と知るべきである。空点は空の最高と言われる。
これこそが最勝真実であると知る者が阿闍梨と言われる。
それ故に一切処においてこの正覚の真言と言われるものに
常に精進なせば不死の位を得ん。

rdzogs pa'i sangs rgyas rkang gnyis gtsos/ /a ni 'tsho ba yin par gsungs//
de bas 'di kun thams cad de/ /yan lag kun la rnam par gnas//
yan lag rnams kyang ci rigs par/ /rtag par kun du rig par gyis//
yi ge rnams kyang thams cad khyab/ /yi ge rnams kyang de yis khyab//

yi ge rnams la sgra 'byung ba/ / cha dang cha las byung ba'o//
 de bas 'di kun thams cad de/ /lus ni sna tshogs las byung ba'o//
 (中略)P.182a

rgyu dang mi rgyu sna tshogs pas/ /mtha' dag ngas ni rab tu khyab//
 a zhes bya ba srog gi mchog/ /ba zhes bya ba tshig du bshad//
 ra zhes bya ba me zhes brjod/ / hūṃ zhes bya ba khro bor bshad//
 kha ni nam mkhar shes par bya/ /glad kor stong pa'i mchog ces bya//
 gang shes slob dpon zhes bya ba/ /'di ni yang dag dam pa yin//
 de bas rnam pa thams cad du/ /rdzogs sangs rgyas sngags zhes 'di la//
 rtag tu btson par byas na ni/ /'chi 'pho med pa'i go 'phang 'thob// (D.217a, P.181b-182a)

仏兩足尊説 阿字名種子 故一切如是 安住諸支分
 如相應布已 依法皆遍授 由彼本初字 遍在增加字
 衆字以成音 支體由是生 故此遍一切 身生種種德
 (中略)

普遍於種種 有情及非情 阿字第一命 囉字名為水
 囉字名為火 訶字名忿怒 佉字同虛空 所謂極空点
 知此最眞実 説名阿闍梨 故應具方便 了知仏諸説
 常作精勤修 當得不死句(T18.p.38b-c)

この偈からは、あらゆる真言の源であるA字(阿字)が、身体は一切支分に布置すると観念することによって、この身を空じて仏となることを意味している。阿字は本不生と捉えられ、このA字については、サンスクリット語の場合、a-は複合語として否定詞となる文法上の特徴から、象徴的に本不生として捉えている。

本經の註釈を著した Buddhaguhya(以下、BG とする)は以下のような註釈を示している。

その真言の儀軌はまた何かと謂えば、本来不生の故に A は一切法の門であるから、秘密主よ na ṅa na na [と ma] は一切三摩地に自在にして、一切力を具え、実に速やかに求める一切の目的を成就するものであるまでは、諸真言の相なる言語と名と表示によって標幟されると説かれた。それら自身は、字母と諸々の言葉として世尊が説かれたその諸々が三摩地の門になることを解釈されたのである。言葉や字母より三摩地の門になったそれにも二種の義が示され、[それは] 世俗と勝義とである。その中、世俗の教示は諸々の字母や言葉より仏世尊の功德と無畏などの教示である。勝義の教示は文字そのものの観点から、一切法は本来不生にして空性として教示することである。したがって、字母と言葉の門から世俗と勝義の義を説くために、世尊が真言の相なる印(象徴)などの門より言語と名

と表示によって標幟し、説かれる諸々の字母や言葉として加持して開示されたのである。そういう訳で、ここにおいてA字などの諸字母の門より、一切法は空性の自性として顕示し、開示したことである。それはまた、KA字などの三十二などが空性なる三摩地の門にもなるのである⁽⁴⁾。

これは、文字や句がなぜ仏の標幟となり得るのか、ということについて世俗と勝義の立場から解釈を示し、勝義の点からは、Aが短母音の筆頭であることと否定詞となることを本不生として捉えたインドの言語観の粹を見ることができる。また各種字は母音のAを含むことから、全ての種字もまた一切諸法として空性であることを説いている。この後、『大日経』の中では、たびたびA字を取り上げ、成仏論と関わり、全身に種字を布置することでこの身体を空じていくことや、その観想によって病が癒えることなども説いているが、これらは『悪趣清浄儀軌』に説かれる荼毘護摩へと繋がっていくと考えられるため、その詳細は改めて論じたいと考えている。また、この中にある「不死の位を得る」ことについてBGは、「諸真言の功德であって、その諸真言はわれわれのみが説いたのではなく、往昔の諸仏によっても仰せられたことである。それらの声の真実である空〔性〕を修習するなどによって常に精進すれば、仏位を得んということである⁽⁵⁾」と解釈していることから、不死とは空性を覚り仏と成ったことを意味し、そこから無量寿ということが、仏果を得て仏の寿命を得たことになり、救済者としての命を得た者となったということの意味していると理解することができる。

これらから、仏教における命とは、生物的存在としての生命が、仏となることを目指す菩薩の命を目指し、呼吸を整え、身・口・意を以って空性を観念し、虚空にありとする仏を自分自身の胸に観想し、仏と一体となり、自らが仏の誓願を自身の誓願として有情を済度する存在となることを不死の位を得る、すなわち永遠の命を得ると捉えたと考えられる。

2) チベット人の信仰にみる命

仏教者たちが難解な仏教教理を発展させ、宗教がタブーとしてきた怒りと愛にまでも踏み込んだ経軌をチベットの宗教文化が完成させた一方で、一般の人々にとって大切なことは、自らの苦しみからの解放であり、日々の暮らしにおける除災招福・無病息災である。『初会金剛頂経』から派生した『悪趣清浄儀軌』は悪趣に堕ちないため、または墜ちた者をどうするのかについて、また『降三世儀軌』が作られていったと考えられる。拙論において⁽⁶⁾、『悪趣清浄儀軌』に関しては、西チベット・ラダック地方では、普明ヴィルシャナ(Savrvavitvairocana)に対する信仰があり、現在でも新しく本尊が作成されている様子を紹介した。また、阿弥陀如来のもつ2つの名称、Amitāyus(無量寿)と Amitābha(無量光)について、『チベット死者の書』の中で死者を導く光の存在として Amitābha(無量光)が、そして健康と長寿を得て、仏果を得るためには Amitāyus(無量寿)としての阿弥陀如来が信仰されていることを指摘し、無量寿如



図1 フィヤン・ゴンパで、単独に祀られる薬師如来のタンカ



図2 フィヤン・ゴンパの壁面に並ぶ無量寿如来と薬師如来

来、仏頂尊称母、緑ターラ、そして薬師如来は、宗派を超えて祀られていることから、無病息災、除災招福を願ってチベットの宗教文化の根底にはこれらの浄土信仰が根強く存在していると考察した。

ところで、『悪趣清浄儀軌』には、無量寿に関するマンダラを2つ説く。一つ目の断無量業寿マンダラについてBGは「寿(命)とは、識である。無量とは一切の法を離れていることと同義。業とは善と悪の二種、障とは、明浄なる虚空を雲が覆うように阿頼耶(āraya)を客塵分別によって障碍すること」(D. 196a, P.232a)と解釈をしている。もう一つの無量寿ヤマーントカマンダラは、死主を摧壊することと非時死の息滅を目的に、短命の有情を長寿にし、非時死を息滅させ、悪趣に墮ちることや輪廻を怖れる有情のためにマンダラが示されたと言く(経軌 D. 82b-83b, P.78b-80a)。

これらから、あらゆる衆生が救済されないと自らの寂静はないとした如来の誓願を基本とし、一切衆生が救済されるための種々の方便門として、これらの如来方にそれぞれ役割が担わされていったことが窺われる。そして、何よりこれらを信仰している人々の現在の営みがあるという事実の意味は大きい。この中に見る命は、悪趣に繋がる苦しみから救われ、長寿を得て、亡くなる時には自分の生前の行為(業；karma)に基づいて仏に導かれ、次の生へと引き継がれていくと捉えられている。このように、上求菩提から下化衆生に至るまでの壮大な生命論が展開されているといえる(7)。

2. チベットの宗教文化のなかにみる医療

チベットの宗教文化から命を考えようとする時に、生老病死の中、病という視点からも捉え

てみる必要がある。チベットには、伝統医学としてのチベット医学がある。これはチベット大蔵経の中にも註釈があり⁽⁸⁾、医学書自体は『四部医典』(rGud bzhi)としてまとめられた。この詳細については、仏教学研究による紹介や⁽⁹⁾、早くから薬学の立場で伝統医学に関心をもっておられた難波氏らの紹介もある⁽¹⁰⁾。最近では、日本人でチベット医学を学び、医師としての資格を取得された小川氏も活躍しておられるし⁽¹¹⁾、チベット医学に関する翻訳や書籍も出版されている⁽¹²⁾。これらの書籍などでも紹介されていることであるが、チベット医学において病の原因は、貪・瞋・癡の三毒であり、根本煩惱によると捉えられている。

筆者も西チベット・ラダック地方と、東チベット・アムド地方でも伝統医学の医師にお話をうかがうことができた。後者に関しては拙論を参照されたい⁽¹³⁾。本稿では、ラダックで医師にお話を聞く機会を頂いたことを踏まえながら若干の問題提起を試みたい。

1) ラダックの伝統医学の医療

チベット医学では、治療をするところは大きく分けて3つある。一つは、伝統医療としての病院、もう一つは寺院の中にある病院、もう一つは我々がシャマンとして捉えた方が理解しやすい存在による治療である。これらの違いは、我々がきっちりと境界線を引くようなものではない。どのような病を治す(癒す)ことができる能力をもった存在であるのかの違いと捉えた方が良いように感じる。

2017年と2018年に、西チベット・ラダック地方を訪れた際に、寺院の医師と伝統医学の病院を訪問してそれぞれの医師からお話をうかがうことができた。

まず、ティクセー・ゴンパの僧侶でもあり医師でもある方は、医学をこの寺院の僧侶から学び、寺院内の僧侶の具合が悪くなった際に診療していたが、もっと多くの人役に立ちたいと思い、この場所に小さなクリニックを開くことを希望して、それが叶った。ラダックの寺院で診療所があるのはここだけだとこやかに話してくださった。2007年に同じ寺院を訪れた際に

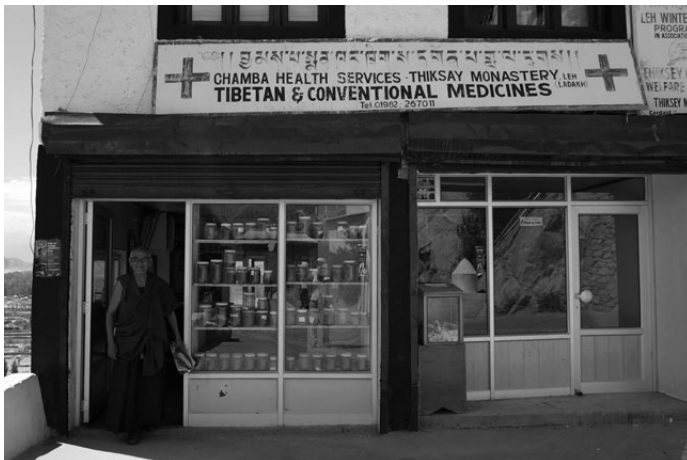


図3 テイクセー・ゴンパ内のチベット医学の診療所

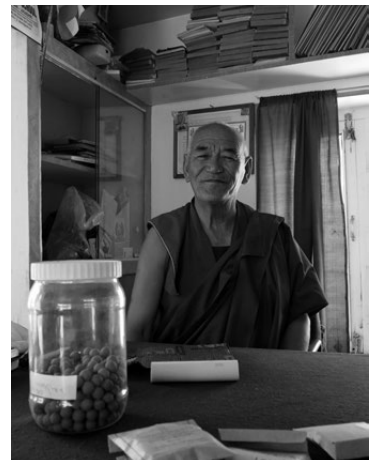


図4 診療所の医師を務める僧侶



図5 チベット医学の病院(sman rtsis khang)



図6 Dr. Sonam Dekey

は、このような診療所はなかったことから尋ねてみると、2016年に開院したとのことであった。さらに、ダラムサラには医学の教育施設があり、そこで学んで医師になった者も多いが、自身は僧侶でもあることから、伝統的な方法で僧侶でもある師匠について寺院内で医学を学んだとのことであった。現在は、レーにも医学を学ぶことのできる施設が作られたと教えて下さった。

小さなスペースには薬棚があり、チベット特有の丸薬がビンに入れられて置かれており、主には消化器系の薬や滋養強壮剤のようであった。チベット語の表記を読んでいると、我々に興味を持たれて色々お話して下さった。寺院関係者以外の患者はそれほど多くはないようで、夏の間は我々のような外国人観光客が高山病や消化器系の症状で、参拝のついでに薬を求めて来られるそうだ。我々が別れを告げ外にでると、暑いから傘をさして行くようにと、傘を手を追いかけて出てきて下さった。写真はその時のものである。その思いがとてもありがたく、嬉しく感じた。

続いて、レーにあるチベット医学の病院を訪ねた(図5)。こちらにも2017年と2018年と続けてうかがうことができた。2017年には突然の訪問であったため、薬局で薬や暦などを見ていると、係りの人が話しかけてくださり、医師に取次いで下さったことから、診療の合間に少しお話を聞かせていただいた。こちらの医師は、女性の医師であった(図6)。彼女はラダック出身で、インドのダラムサラにあるメンツィーカン(sman rtsis khang : sman は医学、rtsis は暦学を表す)で5年間学び、2年ほど研修医をしたのちに郷里に戻ってこの病院で診療をしている。写真の前に開いているのはカルテであるが、一人一人の診療記録を残しておられた。患者数は、1日30人ほどから多い時は60人程度のこともあるそうである。主な疾患は、最近では高血圧、糖尿病が多く、その他には腹痛などの消化器症状、膝関節痛などが多いとのことであった。高血圧や糖尿病では薬を処方することもあるが、まずは食事指導を行なってからだとおっしゃり、日本の現代医療でも同じだと話すと笑っておられた。さらに、最近ではインドからどんどん色々な物が入ってきて食生活が変わり、高血圧や糖尿病が増えてきたと言う。それ以前

のチベット人の食事は、ツァンパと呼ばれる大麦の粉を挽いたものとお茶にヤクのバターと塩を入れたバター茶が主な食事で、それ以外はヤクなどの動物の干し肉とのことである。またはトゥクパと呼ばれる野菜の入った煮込みうどんのような料理があるが、現在は食生活も大きく変わったようで、インドからスナック菓子や甘いお菓子やジュース類が自由に購入できる。また伝統的にチャンと呼ばれるお酒が作られ、何かあると人が集まり飲み交わす文化がある。これらの背景を考えると、高血圧や糖尿病の患者が多いこともわかる。疾病構造の変化まで質問することができなかったが、また尋ねてみたいところである。糖尿病の薬を尋ねると、紅茶のようなティーパックになったものが一般的であると見せて下さった。診療代は、初診とその後の診療の2回で100ルピーとなる。2回というのは、最初の診察による治療効果を確認するためであり、薬代は別料金であった。立派な建物なので、入院施設もあるのかと問うと、部屋はあるが自分一人では入院治療まで手に負えないため、入院治療が必要な患者はグラムサラのメンツィーカンで治療している。西洋医学の病院へ患者を紹介することがあるのかと尋ねると、それはしないとのことで、治療の選択はあくまでも患者本人の意思であり、自分で決めることだとおっしゃっていたことが印象深かった。

2018年に訪問してみると、欧米系の人も診療に訪れていたことから、外国人患者が増加しているのかと問うと、夏の間だけだとおっしゃり、大概是消化器系や風邪の症状で、なれない高山地帯だから体調を崩しやすいのだろうと語った。この病院からさほど離れていないところに西洋医学の病院がある。にもかかわらずわざわざ伝統医学の病院を受診していることに興味を感じた。機会があれば、このような受診者にもお話をうかがってみたいと思う。

ところで、チベット医学における健康の目的は、長寿を得て仏道を修め、仏果を得ることであると明瞭に説かれており、『四部医典』を元に描かれたタンカの中にもその図様が見られる⁽¹⁴⁾。このことから、チベット医学はチベット仏教を根底に据えた総合的な医学であることを理解しておく必要がある。

2) シャーマンによる治療

この地域では医師のことを“アムチ”とよぶ。前述した医師もアムチと呼ばれていた。このアムチ(am chi)とは、山田氏の研究によると、ラダックでは、薬を使って治療する医師を指し、アムチ(am chi)という語彙は、本来、チベット語にはなく、“すべてのものに優る”というアム・ジェ(am rje ; am rjay)という語彙の誤用であるともいわれていると、Phunsog 氏の研究を引用して述べ、「リンチェン・ザンポのもたらした新しい医術が、その効力のすばらしさからアム・ジェと呼ばれ、それが次第にアム・チという名でラダックで浸透していった可能性も考えられている」と指摘している⁽¹⁵⁾。ラダックにおけるシャーマンの治療については、この他にも先行研究がある⁽¹⁶⁾。

ところで、チベット医学では、病を4つに分類し、その中には鬼神による101の病も含まれ



図7 診療の前に神仏に祈りを捧げる様子(2007年)



図8 治療の様子(2007年)

る。山田は「身体の不調である病は、ラダッキにとって、単に病理学的現生であるばかりでなく、さまざまな超自然的存在の関与、あるいは曆学的原因に因るとみなされてきた。多元的な病因論を背景にして、病気の治療は多様な職能者によって担われてきた伝統がある」としている⁽¹⁷⁾。したがってこの文化では、薬草や薬物の処方によって治療を行う者はアムチと呼ばれる。ラー(IHa)と呼ばれる地方神の憑依によって超自然的な力を得て治療を行うシャマンは、女性はラモ(lha mo)と呼ばれ、男性はラバ(lha ba)と呼ばれる。さらに、病気の原因を仏教的占い儀式であるモ(mo)によって占う僧侶。占星術によって占うチスパ(rtsis pa)、またはオンポ(ompo)。そして仏教の儀軌にしたがって魔を降伏する儀礼を行うことのできる僧侶などによって、この文化の治療という行為は担われてきた。ここからもわかるように、この文化では病という現象を多元的にとらえ、それぞれの状況に応じてふさわしい専門家が呼ばれ対応されてきた。現在、日本の中では西洋医学と伝統医学の間ではつき境界線を引いているが、この文化ではこの境界線が非常に緩やかであり、その症状にふさわしい知識と技術をもった者が、病人だ者を癒すというシンプルな構造であると思われる。

筆者は、2007年にラダックのシャマンの元を訪れ、治療の様子を調査させていただいた。治療を求めて来ていた現地の12、13歳ぐらいの子どもの母親、そしてイギリス人女性2名に承諾を得て同席させていただいた。この時の親子の治療の様子についてはすでに報告しているが⁽¹⁸⁾、印象深かったことは、シャマンが最初に子どもの治療を、次に母親にも様々な注意を与えて、お祓いのような仕草を見せていたことである。子どもの治療をするだけでなく、母親も共に治療の対象としていた。そして、これらが終わった後、この親子がとてもスッキリとした表情で帰っていった姿が印象的であった。“治療”とはいったいどのようなことを言うのか、改めて考えることとなった。シャマンによる介入を儀礼とするか、治療とするかは意見が分かれるところだろう。しかし、治る・癒えるという感覚は、患者本人の主観によるところが大きいし、この文化では長年シャマンも人々の治療を担ってきている。改めて治療ということを考えるためにも筆者は治療と捉えたいと思う。

チベットの宗教文化における病は、身体を構成する要素(mkhris pa · rlung · bad lan)間の平衡状態の乱れや、食事や日常生活態度や活動によって生じると捉えられるだけではない。山田は、病は「超自然的存在、精霊、死霊、生霊などによる関与、曆学的関与の結果によっても生じるものであるとみなされる。このような疾病観においては、病とこれら多様な超自然的力との関係は、超自然的力が人間の身体に直接働きかけること、超自然的力が体内に侵入することが前提となることによって身体の変調、病を発現させるとまとめることができる」と述べている⁽¹⁹⁾。この文化においては、病は超自然的な存在の影響も含めて捉えられており、人々にとっては西洋医学も含めて病に対応する手段なのである。これらから、治る・癒えるという状態は、治療者と患者および家族との関わりの中で、患者の心身に生じた変化であり、患者自身がその状態を受け入れたことであるように感じる。

3) チベット文化にみる宗教の医学の接点

次いで、宗教儀礼と医学との関係を見てみたい。医学というよりは薬なのであるが、チベット仏教は周知のように仏教の最終形態である密教を導入して発展させ、今も篤い信仰があることは知られているところである。密教では、様々な宗教儀礼がおこなわれ、そこではマンダラが造られ、灌頂や護摩などの儀礼も行われる。この儀礼の中でも薬草や薬が用いられている。

例えば、財宝神として日本でもよく知られている毘沙門天の立体マンダラを作成するにあたり⁽²⁰⁾(図9)、様々な供物をそのマンダラ壇の中に納めていくが(図10)、その中には宝石、金銀、香木と一緒に多くの薬物が納入される(図11)。これは毘沙門天の役割にも関係があり、財宝神としてのこの神が多くての財宝をもたらしてくれるよう、毘沙門天が好む供物が準備される。そのため、立体マンダラにもまず財宝物が納められることは理解しやすいが、この中に薬物が入られるということは、薬は財宝と等しいということを示している。また無病息災、すなわち健康の重要さは、金銀宝石と等しいと考えられていたことが窺われる。

3. チベットの宗教文化とホリスティックということ

1) ホリスティックという概念

ホリスティック(holistic)とは、ギリシャ語の“全体性”を意味する“ホロス(holos)”を語源としている。ここから whole、heal、health、holy が派生したと言われており、健康(helath)という言葉自体が本来「全体」という概念をもっていたことがわかる。

ホリスティックの字義は、もともと「ホーリズム(holism)的な」という形容詞として生まれ、一般に「全体論」と訳されている哲学用語である。これはジャン・クリスチャン・スマッツ(Jan Christiann Smauts ; 1870-1950)という南アフリカ生まれの政治家、哲学者、将軍で1919



図9 ギュトウ密教大学作成の
毘沙門天立体マンドラ

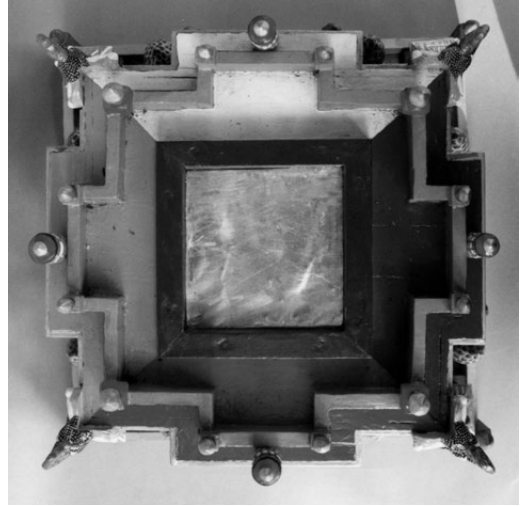


図10 左図1段目に宝物や薬物を
納入して封印したところ



図11 納められた薬物

- 1段目の納入薬物(左図左上段から右に)
1. dban lag(indrahastā, 白皮、仙人掌)
 2. dza' ti(jāti, 肉苁蓉)
 3. 'u tpa la(utpala, 青蓮華)
 4. rgya mtsho'i lbu ba(abdhiphena, 海浮石)
 5. snying zho sha = bse yab(cinca-phalam, 酸冬仁 [タマリンド] の実)
 6. mkhal mo zhog(白刀豆)
 7. dla gor zho ga(pūga-phala, 檳榔子、木腰子)
 8. shu dag dkar po(vacā, ṣad-granthā, 菖蒲)
 9. na' ga ge sar'(nāgakeśara, 竜華)
 10. spang spos(gandha māmsi, 甘松 [纈草かのごそう])
 11. ru rta(kuṣṭha, 広木香・青木)
 12. li shi(lavaṅga, 丁香)
 13. su kme la(sūkṣmālā, 宿、豆蔻)
 14. shing mngar(yaṣṭimadhu, 甘草)
 15. ka ko la(kakkola, 草果)
 16. sle tre(苦參)
 17. kiṅḍakari(kiṅḍakari)
 18. dri bzang(妙香)

年には、南アフリカの首相になった人物が、1926年に発表した『ホーリズムと進化』(Holism and evolution⁽²¹⁾)という著作の中で使ったことが始まりと言われている⁽²²⁾。

この概念は、様々な学問分野に刺激を与え、医学の分野では、1970年代頃より対抗文化(counter-culture)の流れをくむ少数の医師や、この文化に比較的寛容な医師たちの間で、“身体性・精神性・霊性(spiritual)の統合体としての人間”を診るための理論と実践の構築が試み

られ、“ホリスティック・ヘルス”という思想を土壌としてホリスティック医学(holistic medicine)という概念が生まれた⁽²³⁾。ちょうど同じ頃にアメリカで発達した人類学から医療人類学が発展している⁽²⁴⁾。

医療におけるホリスティックという概念は、体を細分化して細胞レベルで病気を診るのではなく、心身の相関性と“人間が本来もつ治ろうとする力”(自然治癒力)の存在を重要視し、それを発揮させることを目指す医療であった。アメリカでは、1978年にアメリカ・ホリスティック医学協会(American Holistic Medical Association)が設立され、日本でも1985年に日本ホリスティック医学協会が設立されて現在に至っている⁽²⁵⁾。また、2011年には、WHOの健康の定義が改めて検討されるということが起こり、従来の身体的・精神的・社会的に加えて、spiritualという概念を加えようと検討された⁽²⁶⁾。結局、採択されなかったが、取り上げられたspiritualの訳語と解釈を巡って、日本では様々な論議が起こった。現在も統一されるには至っていないが、健康は身体的・心理的・社会的な側面だけではなく、spiritualな側面からも考える必要があることに気づかせた意義は大きい。

一方で、spiritualにせよ、holisticにせよ、言葉だけが一人歩きして、個々がわかったつもりになっているように感じる。spiritualはしばしば霊性と訳されるが、それは何であるのか。また、holisticは全体論的、全体性と訳されるが、全人的ということ混同されている側面もある。日本ホリスティック医学協会は、ホリスティック医学の5つの定義の中、1番目にホリスティック(全的)な医学に立脚すると掲げ、「人間を[体・心・気・霊性]等の有機的統合体ととらえ、社会・自然・宇宙との調和にもとづく包括的、全体的な健康観に立脚する」とある⁽²⁷⁾。ここからもわかるように、全的ということをどのように捉えるか、ここで言うところの宇宙とは、どのようなものを指すのであろうか。このようなことは日本にありがちなことであるが、新しい概念を医療という実学へ導入する際、いつのまにかその言語の背景にある精神文化が抜け落ち、受け取った側の文化のもつ文脈によって理解されてしまうため、spiritualやholisticのような精神性に関する事柄の理解をより難しくしているように思われる。

2) チベットの宗教文化とホリスティックケア

現代西洋医学が細胞、遺伝子レベルで極度に細分化していく一方で、前述したようなホリスティック医学のように、西洋医学の利点を生かしつつ、伝統医療や各種代替療法を統合させて人の健康に関わっていこうとする動きもある。しかし、現代西洋医学に軸を置くことには変わりなく、“治す”という方法論に視点が向いているように思われる。また先進諸国による新薬開発のために、チベット高地の貴重な薬草が注目されているという傾向もあるように感じている。

ホリスティックケアとは何かを考える時、西チベット・ラダック地方でみた光景は、まさにホリスティックケアそのものなのではないかと感じる。もちろんチベットの人々が、自分たちは

ホリスティックケアを実践しているとは考えていない。しかしチベットの宗教文化には、長い時間をかけて発展してきた仏教のマンドラに象徴される壮大な宇宙観と、僧侶たち自らが仏になるべく修習し、一方で慈悲の実践として他者への救済に向けた働きかけがあり、そして一般の人々の信仰があり、人々に加害する鬼神の障りに対しては土着のボン教とともに対応する人々の営みが続いている。この社会における一貫した総合性が、“全体論的・全体性”と考えることができるのではないかと考える。

翻って、日本においても現代西洋医学が完全なものではないことに気づき、それ以外の方法に関心が向き始めている。看護学においても1990年代頃から看護学のテキストに文化人類学が単独で加わり⁽²⁸⁾、徐々に補完代替療法(統合医療とも言われる)に関する内容も加わるようになった。この中で、「代替医療の全体像が明快な分類を許さないほど複雑であるのは、いうまでもなく、人間と言う存在そのものが複雑であるからにはかならない。複雑系としての人間の治療を援助し、促進するためには、単一の医学体系だけではなく、ありとあらゆる智恵を結集させるべきであることは言を俟たない。その認識が“医療の多元主義”を支える思想的なバックボーンを形成するものである」といわれるまでになってきた⁽²⁹⁾。そして、「人間が身体性・精神性・霊性の3側面によって成り立っているとすれば、その望ましい状態(well-being)が保証されるためには、3側面すべてに対する癒し、もしくは救済が必要とされることは言うまでもない。“医療の多元主義”(medical pluralism)はその意味で、“宗教の多元主義”(religious pluralism)とともに、民主主義国家に不可欠な条件にあげられてしかるべき原理の一つである⁽³⁰⁾」とも述べられている。これらを見る時、改めてチベットの宗教文化から示唆されるところは大きい。

チベットの宗教文化から病との向き合い方を見ると、治癒とは一体どのような状態なのであろうか。チベット仏教のゲルク派のトップであるダライ・ラマ14世(1935-)は80歳を超えておられ、ご自身も西洋医学とチベット医学の両者の治療を受けて現在がある。彼は治療が成功する三大要件を「1番目は、患者の信仰、2番目は医師の信仰、3番目は患者と医師のカルマ(karma)」だと述べておられる⁽³¹⁾。これは『大日経』「具縁品」にある「諸如来の一切智智と、一切如来の自らの福德力と誓願力と、一切法界の加持力を以て衆生に随順しその種々のように真言の教法を開示する(諸如来一切智智。一切如来自福智力。自願智力。一切法界加持力。随順衆生如其種類。開示真言教法⁽³²⁾)」と説かれるところと、「悉地出現品」にある「自らの功德力と、如来の加持力と、法界力とを以て、有情たちを饒益せんがために、それらの諸利益を導くと思念し、この無餘の有情界において、彼らすべてその所応に随って無礙に生ぜしめよ(以我功德力 如来加持力 及與法界力 周遍衆生界 諸念求義利 悉皆饒益之 彼一切如理 所念皆成就⁽³³⁾)」と説かれているこの思想構造を背景として考えると考える。この2箇所説かれていることは、如来ご自身の誓願力と加持力(adhishthāna)によるはたらきかけと、その如来の誓願を自らの誓願とし、加持力と法界力によって衆生済度にはたらくということを示し

ている。ダライ・ラマ14世のおっしゃる信仰の力はこのようなことを背景に述べられたことであると考えられる。したがって、患者と医師の双方の信仰に基づくはたらきかけが治癒へと向かっていく。そしてこのような状況は、何より患者のからだに本来持っている“治ろうとする力(自然治癒力)”を引き出すことになるのではないだろうか。

また、統合医療の先駆者でもあるアンドルー・ワイル氏は治癒のための三大条件を「1番目は、患者がその治療法の効果を信じていること、2番目は、治療家はその治療法の効果を信じていること、3番目は、患者と治療者が互いに信じ合っていること」と述べている⁽³⁴⁾。この点からも、シャマンの治療から高度な仏敎の修道形態までが整っているチベットの宗教文化に着目し、その本質を捉えるとき、我々一人一人の自然治癒力に働きかける力となるように思う。

おわりに

以上、本稿ではやや強引ではあるが、チベットの宗教文化からホリスティックケアとはどのようなことなのかについて、現地の調査を含めて若干の考察を試みた。

日本にも類似の文化があるが、それを取り戻すことを奨励しているわけではないし、チベットの宗教文化を無条件に奨励しているわけでもない。しかし今一度、人々の繋がりとともに、神仏または何か大いなる存在を感じつつ、個々が自分自身に向き合い、心身に起こっていることを冷静に感じ取ることが必要だと思われる。生老病死はもっとも根本的な人の営みであるにも関わらず、あまりにも医学や科学の視点に依存し、偏っているのではないだろうか。改めて健康とは、治る、癒すとはどのような状態であるのかを現代西洋医学だけではなく、文化の側面からも捉えることが必要である。人々が命に向き合うその心を定めるために、チベットの宗教文化は我々に多くの示唆を与え、一つの座標軸になってくれるように思う。

謝辞

本稿のために、毘沙門天立体マンダラと納入薬物の写真撮影を許可して下さった種智院大学名誉教授の北村太道先生に心から感謝いたします。

〈略号〉

『悪趣清浄儀軌』:

De bzhin gshegs pa dgra bcom pa yang dag par rdzogs pa'i sangs rgyas ngan song thams cad yong su sbyong ba gzi brjod kyi rgyal po'i rtag pa//(D.No.438.ta, P.No.116.ta)

『悪趣清浄字義釈』:

Buddhaguhya : Ngan song sbyong ba'i don gyi 'grel//(D.No.2624.cu, P.No.3451.ku)

『降三世儀軌』:

'Jig rten gsum las rnam par rgyal ba rtog pa'i rgyal po chen po//(D.No.482.ta, P.No.115.ta)

『金剛頂大秘密瑜伽タントラ』:

gSang ba rnam 'byor chen po'i rgyud rdo rje rtse mo//(D.No.480.nya, P.No.113.nya)

『初会金剛頂経』(仏説一切如来真実撰大乘證三昧大教王経):

De bzhin gshegs pa thams cad kyi de kho na nyid bsdus pa zhes by aba theg pa chen po'i mdo//
(D.No.479.nya, P.No.112.nya, T18.No.882, 885)

『大日経』(大毘盧遮那現等覺神變加持経):

*rNam par snang mdzad chen po mngon par rdzogs par byang chub pa rnam par sprul pa byin gyis
rlob pa shin tu rgyas pa mdo sde'i dbang po'i rgyal po zhes bya ba'i chos kyi rnam grangs*//(D.
No.494.tha, P.No.126.tha, T18.No.848)

『大日経広釈』:

Buddhaguhya : *rNam par snang mdzad mngon par byang chub pa'i rgyud chen po'i 'grel bshad*//
(D.No.2663.nyu, P.No.3490.cu)

『理趣広経』:

dPal mchog dang po'i sngags kyi rtog pa'i dum bu zhes by aba//(D.No.488.ta, P.No.120.ta)

〈注〉

- (1) 拙論「西チベット・ラダック地方の葬送儀礼にみる命(1)」『佛教大学宗教文化ミュージアム研究紀要』14、2017年、pp.1-23。
- (2) D.gtso ba, P.'tsho ba とあり、ここでは P. を採る。
- (3) D., P. とともに la とあるが、las の誤りと採った。
- (4) Buddhaguhya (A), Gshon nu dpal (T) *rnam par snang mdzad mngon par byang chub pa'i rgyud chen po'i 'grelbshad*/ D.No.2663.nyu.338a-b, P.No.3490.cu.90b-91a。
- (5) 前掲(4) D.du.85b-86a, P.197b-198a。
- (6) 前掲(1)。
- (7) 詳細は、拙著『『一切悪趣清浄儀軌』の研究』起心書房、2012年を参照されたい。
- (8) D.Toh.No.4306~4312.he-go, P.Ota.No.5795~5801.se。
- (9) 吉村修基「龍大西域資料中のチベット医学文献の残葉」『印度學佛教學研究』9、1957年、pp.200-203; 水谷幸正「『ギュ・シ』〈rgyud-bshi〉によるチベット醫學の綱格」『印度學佛教學研究』12、1958年、pp.448-452。
- (10) 難波恒雄、小松かつ子「チベット医学」『未来医学』16、2001年、pp.28-36
- (11) 小川康『僕は日本でたったひとりのチベット医になった』径書房、2015年。
- (12) トム・ダワー著、井村宏次・久保博嗣訳『チベット医学入門』1991年; テリー・クリフォード著、中川和也訳『チベットの精神医学—チベット仏教医学の概要—』春秋社、1993年; 中川和也訳『ユトク伝—チベット医学の教えと伝記』岩波文庫、2001年; イェシエー・ドゥンデン著、三浦順子訳『チベット医学 身体のとらえ方と診断・治療』地湧社、2001年; 石浜裕美子、谷田伸治 他『『四部医典』解釈タントラ19章訳注—チベット医学の原典解明(1)—』『杏雨』、2004年、pp.266-253 など。
- (13) 中島小乃美、井内真帆「東チベット・アムド地方の伝統医療と寺院」『佛教大学保健医療技術学部論集』15、2019年、pp.75-90。

- (14) 王ライ著、池上正治訳『四部医典タンカ全集』平河出版社、1992年、pp.2, 63。
- (15) 山田孝子「西チベット、ラダッキの民族医学—アムチの医学理論とその実践」『講座・生態人類学 7 エスノ・サイエンス』京都大学学術出版会、2002年、p.223。
- (16) ダラックにおけるアムチについては、インド・チベット研究会『チベット密教の研究—西チベット・ラダックのラマ教文化について—』種智院大学密教学会、1983年の中で、佐藤久光氏の報告がある(pp.397-479)。また山田孝子『ラダック—西チベットにおける病と治療の民族誌』京都大学出版会、2009年には詳しい調査の記載がある。
- (17) 山田孝子「西チベット、ラダックにおける病と治療」『歴史の中の病と医学』、思文閣出版、1997年、pp.567-590。
- (18) 拙稿「インド・ラダック地方に伝わるシャーマンの伝統治療と看護」『公立学校法人奈良県立医科大学医学部看護学科紀要』4号、2008年、pp.71-75。
- (19) 前掲(14) pp.588-589。
- (20) 北村太道「チベット所伝毘沙門天の研究(2)—ゲルク派の毘沙門天の許可—」『種智院愛学密教資料研究所紀要』3、pp.1-38 に詳細な報告がある。
- (21) J.C. スマッツ著、石川光男・片岡洋二・高橋史郎訳『ホーリズムと進化』玉川大学出版部、2005年。
- (22) 日野原重明・村井裕夫監修『看護のための最新医学講座33 alternative medicine』、中山書店、2002年、p.28。
- (23) 前掲(19)、p.29を参照した。
- (24) 波平恵美子『病と死の文化 現代医療の人類学』朝日新聞社、1990年、p.197。
- (25) NPO 法人日本ホリスティック医学協会 <http://www.holistic-medicine.or.jp/>。
- (26) 厚生労働省 HP には原文が挙げられており、「Health is a dynamic state of complete physical, mental, spiritual and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity」とある。
https://www.mhlw.go.jp/www1/houdou/1103/h0319-1_6.html
- (27) 前掲(25) HP 参照。
- (28) 波平恵美子編『系統看護学講座 基礎分野 文化人類学 第3版』医学書院、2011年。
- (29) 前掲書(22)、p.12。
- (30) 前掲書(22)、p.8。
- (31) 上野圭一、山本竜隆、おのころ心平『癒しの心得』旬報社、2018年、pp.118-120。
- (32) D.171a, P.134b-135a, T.18.p.10a。
- (33) D.183b, P.147b, T.18.p.19a。
- (34) 前掲(31)、pp.117-118。