

道教の瞑想における光のシンボリズム

——『太乙金華宗旨』の場合——

長澤 志穂

道教の修養法の一つに「内丹」がある。内丹とは、体内に「金丹」「丹藥」などと呼ばれる生命力の核が凝結するさまを觀想し、それによって身体を「道」と呼ばれる宇宙法則に合致させようとする、一種の瞑想法である。

明代から清代にかけて編まれた内丹文献は、詩など難解な比喩を多用する内丹文献の中にあつて、具体的・直接的な記述を多く含み、内丹の理解に役立つ。十七世紀末に成立した『太乙金華宗旨』（以下『金華宗旨』）もそうした文献の一つであり、精神修養の面について比較的詳しく述べていることから、内丹の過程での意識の変化について究明する上で参考になる。『金華宗旨』の瞑想法においては、「回光」という技法が重要な位置を占めている。本発表は『金華宗旨』にみられる「光」に注目し、「光」とは何か、「回光」とはどのような体験なのかを考察する。それによって『金華宗旨』の瞑想の基本的構造の一端を明らかにする。

『金華宗旨』の瞑想の概要は次のようなものである。座してまぶたを半分ほど下ろし、視線を鼻先に定めた状態で、両目の間に自然に入ってくる光を觀想する。觀想中に雑念が起こったら静め、雑念が止まったら光を觀想することを繰り返す。これを「回光」という。毎日この静座を行い百日ほどたつと、目の

間の光が丹藥として凝結し、体内を照らす。すると臓器に宿る純粹な氣が抽出され、光に導かれて頭頂へと上昇し、次いで丹田（腹部）へと下降する。丹田において光と氣は相即し、根源の様態へと還元される。

雑念を止めつつ光を觀想する「回光」の初期において、「目光」「耳光」という一對の光が用いられる。光を觀想する意識が「目光」である。また、雑念を止めるために呼吸法を行う際、呼吸音に向けられ呼吸を静かなものにしていく意識が「耳光」である。日常の意識が外在の事物や自己の雑念に動揺されるのに対し、「目光」「耳光」は静かで安定した意識である。それゆえ、日常の知覚ではとらえられない無形無音のもの、すなわち光をとらえることができる。

一方、丹藥として凝結した光は「性光」「元神」などと呼ばれ、人間に生まれながらに付与された本性であり、宇宙の根源（道）に通ずるものであるという。「性光」もまた静かで安定した意識であるが、「目光」などとの違いは、さらに分別（概念化や価値判断）をも排除した意識である点である。万物をありのままにとらえ、何ものとも齟齬しない。それゆえに、「性光」は体内の氣を正しいあり方へと導き純化する力をもつのである。

目に宿る本来の意識である「目光」を体内にめぐらせ、それによって氣を丹田に凝集させる「回光」は、『性命圭旨』や『邱祖語録』など他の十七世紀の内丹文献にもみえる。しかし『金華宗旨』は「目光」と本来の意識である「性光」とを区別する。その意図は何か。『金華宗旨』は「性光」を、全身の氣

を統制する中心でありつつ自らは何にも統制されない絶対的な主体としている。ただし「性光」は日常、動揺しやすい心におしる抑制されている。そこで「目光」によって「性光」を見つめ、動揺を排除し、安定させる。だが、「性光」が真に主体となるためには、「目光」の観想の対象として客体でありつつけてはならない。「目光」という個人的意識は、宇宙的意識である「性光」を見つめる立場から、「性光」が照らすものをもとに見る立場へと方向転換するのである。『金華宗旨』は「目光」がそのまま宇宙的意識であるとはせず、「目光」が「性光」と同化する段階を重大な転機とみなす。『金華宗旨』は、個人の意識と宇宙的意識との隔たりを乗り越え、自己の意識を宇宙的意識に同化させることこそが内丹の最大の要点であると示そうとしたのである。

平田国学における体験的幽冥研究の展開

宇野功一

題名中の「体験的幽冥研究」という語は、より精確には「幽頭往還体験研究」である。

平田篤胤は『靈能真柱』において、幽冥を基本的には死後の世界であり、国津神や妖怪変化も住み、大國主命が主宰していると説いた。さらに幽冥は顕世（現世）と重なっているが生者の目には見えないと説いた。周知のように篤胤は同書におい

て、服部中庸の『三大考』の内容に記紀以下の古典の記述などを適宜加味し、思弁的に自己の幽冥論を論じた。

同書刊行後、篤胤は文献以外の情報も用いて自己の幽冥論を補強しようとした。まず、幼少期から常陸岩間山中の山人（天狗）の下で修行したという少年寅吉に会って聞き取り調査を行い『仙境異聞』にまとめた。次に、前世と死後の世界と胎児期を記憶しているという少年勝五郎に会って『勝五郎再生記聞』にまとめた。また伝手を辿って薩摩藩士八田知紀にある調査を依頼した。八田はその依頼により、山の神の使いに招かれてたびたび霧島山中の異界に入って女神に仕えたという善五郎に会って話を聞き、『幽郷真語』にまとめ、篤胤に送った。篤胤は幽頭往還事例について、体験者本人（生きている人間）を情報提供者として聞き取り調査を行うという手法で自身の幽冥論の妥当性を確認しようとしたといえる。先学の指摘どおり、寅吉はおそらく修験者のもとでシャーマニズム的な修行を積み、脱魂状態で異界訪問の幻覚を体験したのである。勝五郎の話は転生譚で、善五郎の話は隠れ里（谷川健一氏の推測では当地の秘密宗教カヤカベ教の村）訪問譚といえる。三者の語る世界は異なるものに思えるが、篤胤はいずれも幽冥の一面を示すものと考えた。右三書の成立後、篤胤の門人の一部は幽頭往還事例を師の手法に倣って調査し記録した。

しかしこれとはやや異なる手法を採った門人もいた。筑前の神職宮崎大門である。彼は篤胤のもとで数年間国学を学び、帰郷した。彼はもともと悪霊祓いの術に優れていたが、悪霊のほとんどは動物霊で、人間の死霊や神が憑くのは稀であると記し