

## 一章二節 上座部仏教

私たち一般人にとっては、仏教の実践的な修行法（仏道）は理解し難いものである。しかしながら、今日の上座部仏教（インドからスリランカ、タイ、ミャンマーなどの東南アジア地域に伝播されて現代まで伝わっている仏教宗派）の指導者らは、修行の具体的方法や修行過程における意識状態の変化、そこで得られる様々なタイプの智慧について、仏教の伝統的テキストに基づき、丁寧に分かりやすい解説をしている。現代の上座部仏教は現存する仏教の中では最も古い系統に属するものであり、仏教の初期の教えや形態が比較的良好に保存されている。それら修行方法と修行結果に関する体系的論述は古くから伝承されており、その効果や有効性は繰り返し確認されて現代に至っている。

現代科学は、信頼性の高い「物質」に関する理論体系を築くことに成功しているが、その理論構築の基礎となるものは、再現性のある精密で正確な「客観的データ」である。自然現象を上手く説明するための理論体系を構築するには、現象をよく観察して正確なデータを入手しなければならない。同様に、もし、私たちが「心」についても信頼性の高い合理的なモデルや理論をつくろうと試みるならば、やはり心について再現性のある精密で正確な「主観的データ」を入手しなければならないだろう。人間の想像力は豊かでクリエイティブであるが、その想像が妄想に終わらないようにするためには、精密で正確なデータを入手して、現象と理論との整合性を図らなければならない。そのためには、自分自身にとって唯一アクセス可能である自分自身の心というものを、丁寧に正確に観察しなければならない。

上座部仏教の指導者らが説明する心に関する主観的データは非常に興味深いものである。彼らの観察する心理現象は、私たちが知っているそれに比較すれば、はるかに繊細で奥深いものであるように思える。喩えるなら、私たちが映画を見るときにはスクリーンに映し出された映像をスムーズで滑らかな「流れ」として認知しているが、彼らは映画の一コマコマを分割して眺めているかのようである。彼らはその一コマが「生じる瞬間」「維持されている瞬間」「消え失せる瞬間」「何も現れていない瞬間」を分別して観ている。そしてさらに、もう一つ喩えるなら、私たちはテレビを見ているときには画面から離れて色彩の全体的な流れを認知しているが、それに対して、彼らは画面に密着して微細な画素の明滅を眺めているかのようである。彼らは画面全体ではなく、画面の基礎となる微細な画素を分別して観ている。彼らの観察する意識状態は私たちがよく知る通常の意識状態に比較すればはるかに微細なものであり、それはまるで、時間的／空間的に分解能の高い装置を用いて観察しているかのようである。

科学的立場から言うならば、仏教者らが提示する主観的データや洞察を、批判、吟味

すること無く、そのまま受け入れることは避けるべきかもしれない。だが、彼らが心の微細で本質的な現象であると説明する一連の主観的データを用いることによって、意識や自己に関する多くの現象やはたらきを上手く説明するための合理的で精緻な心理学的モデルの構築が可能となり、そのモデルが神経生物学的にも妥当なものであるならば、科学は彼らの主張に対してもっと真剣に耳を傾けねばならなくなるだろう。