

## 一章二節 光の分解

### (一) ルーパ・カラーパ

ミャンマーの上座部仏教の代表的指導者であるパオ・サヤドー（注：サヤドーは尊敬されている教師を意味するビルマ語）の説明によれば、四界分別観において現れていた光を発散する氷の塊のようなニミッタは、やがて「ルーパ・カラーパ」と呼ばれる小さな微粒子の集団へと分解することになる<sup>(1)</sup>。止観の行の深いレベルに達した修行者は、無数の微粒子が非常に早い速度で生起し、消滅する様子に直面することになる。

パオ・サヤドーの説明によれば、注意を一点に固定する「止」の行のみを実践する修行者は、ルーパ・カラーパを観ることはできない。ルーパ・カラーパは非常に微細な事象であって、「止」だけを徹底させても、それを経験することは難しい。それを確実に観ようと思うならば、修行者は「観」の行によって得られる生滅智のレベルにまで達している必要がある<sup>(2)</sup>。「止」と「観」の注意の技法（つまり、意図的に注意を一点に固定する技法〈止〉と、自動的に生起する事象に対してまんべんなく気づいていく技法〈観〉）の両者を鍛えぬいて合わせたときに、光として顕現するニミッタはルーパ・カラーパと呼ばれる極微の事象として認知されることになる。止観の行者は自分の内と外の区別無く現れていた光り輝くニミッタを、ルーパ・カラーパの集団として認知するようになり、あらゆる事象を、生滅を繰り返す微粒子の集団、あるいは微細な波動の集まりとして理解するようになる。

止観の行の指導者であるゴエンカ氏の弟子ウィリアム・ハート氏は、このような体性感覚への気づきの瞑想からルーパ・カラーパの認知に至るまでの様子を次のように語っている。

まじめに瞑想をつづけてゆくと、やがて感覚の質が変化する段階に入る。全身に均一で微細な感覚があらわれ、それがものすごいスピードで生まれては消えてゆくのである。このとき意識はうわべのかたまりをつらぬいて、それを構成している背後の現象を感じ取っている。万物を構成する微粒子のうごきを感知している。微粒子はひっきりなしに生まれては消え、その無常性をまざまざと体験するのである。からだのどこを観察しても微粒子が振動している。血液、骨、固体の部分、液体の部分、気体の部分、醜いところ、美しいところ、どこを観察しても波動の集まりだけを感じる。もうからだの各部を区別できない。識別したり命名したりするプロセスも止まる。このとき、自分自身のなかで、たえず流動し、生まれては消える物質の究極の真理を体験するのである<sup>(3)</sup>。

## (二) 透明な要素 (transparent-element)

現代科学が原子や素粒子といった物質の最小単位を探究して、それに質量や電荷、スピンなどといった様々な基本的要素や特性を見出しているように、仏教も非常に微細な認知事象であるルーパ・カラーパを探究して、それに対して様々な要素や属性を見出している。それらの各要素には、「地」「火」「水」「風」「色」「匂い」「味」「栄養素」「命」「性」「心」「透明」などといった名前が付けられている<sup>(4)</sup>。

これら各種の要素群の中でも、「透明な要素」はルーパ・カラーパを大きく二つに分類する基準となっている<sup>(5)</sup>。透明な要素がある微粒子は「透明なルーパ・カラーパ (transparent rupa-kalapas)」と呼ばれ、それが無い微粒子は「不透明なルーパ・カラーパ (opaque rupa-kalapas)」と呼ばれる。現代生物学において、地球上の動物が脊髄の有無によって脊髄動物と無脊髄動物に大きく二分されているように、ルーパ・カラーパは透明な要素の有無によって大きく二分される。

体性感覚を観る四界分別観では、止観の行者は身体を透明な氷の塊 (ニミッタ) として認知するようになるが、パオ・サヤドーの説明によれば、この透明な氷の塊として認知されていたものは、実はルーパ・カラーパ群の透明な要素の集団である。心の刹那レベルを分別する生滅智が十分ではなく、ルーパ・カラーパの一つ一つを識別できない修業者は、そのルーパ・カラーパの透明な要素の集団を、透明な氷の塊として認知する。しかしながら、生滅智が十分に発達した修業者は、それを分解して、ルーパ・カラーパの透明な要素の集まりとして観るようになる<sup>(6)</sup>。

興味深いことに、このルーパ・カラーパの透明な要素は、五種の感覚器官 (眼、耳、鼻、舌、身) 由来の刺激に対して反応すると言う<sup>(7)</sup>。視覚性の刺激に反応する透明の要素は、「眼の透明の要素」と呼ばれる。その他に、聴覚性の刺激に反応する「耳の透明の要素」、嗅覚性の刺激に反応する「鼻の透明の要素」、味覚性の刺激に反応する「舌の透明の要素」、触覚などの身体性の刺激に反応する「身体の透明の要素」が存在している。

上座部仏教の心理学が説明するところによると、私たちの日常的な意識経験である視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚などは、このルーパ・カラーパの透明の要素に依存して生じている。ルーパ・カラーパの透明の要素が各感覚刺激群に应答して、視覚や聴覚、体性感覚といった私たちにとって馴染み深い各種の感覚が生まれている。したがって、止観の行者の心の中の光り輝く澄んだニミッタやルーパ・カラーパは、神仏が発する靈妙な光のようなものではなく、それは日常的な知覚の基盤、基底となるものである。それは様々な感覚刺激群に应答し、視覚、聴覚、嗅覚、味覚、体性感覚といった粗大な意識

現象へと分化発展するものである。多彩で豊潤なクオリア世界は、光の世界から創造されている。

### (三) 究極の物質性 (ultimate materiality)

仏教の論書の一つであるアビダルマによれば、どのルーパ・カラーパにも必ず八種類の要素が備わっており、それら各要素は共に生起している<sup>(8)</sup>。その基本的な八種類の要素とは、「地」「火」「水」「風」「色」「匂い」「味」「栄養素」である。アビダルマの概念に沿った修行を実践するパオ・サヤドーは、これら八つの基本的要素群は修行過程において最終的にはすべてのルーパ・カラーパに見出されるようになるという説明をする。ルーパ・カラーパは修行者の心で非常に速い速度で生滅を繰り返しているため、そこに各種要素を同定するのはかなり難しい作業である。しかしながら、最終的には熟達した止觀の行者は各々のルーパ・カラーパにすべての要素群を一瞥して見分けることが可能になる。パオ・サヤドーは、このルーパ・カラーパに見出される各要素群こそが、「究極の物質性」であり、「究極の現実」であると指摘する。

この基本的な八種類の要素のうち、「地」「火」「水」「風」の四元素は、先ほど説明したように各種の体性感覚として見出されるようである。また、「色」「匂い」「味」は、それぞれ文字通りの感覚を意味する。つまり、これらの要素群の多くは、非常に微細な意識レベルでの何らかの感覚情報（クオリア）を意味している。

仏教（特に上座部仏教）は、私たちが認知可能な物質に関する事象の一切すべてを、ルーパ・カラーパ、もしくはルーパ・カラーパの各要素群によって説明しようと試みる。現代科学においては自然世界が原子や量子のような物質の最少単位にまで還元されているように、仏教においては、私たちに認知される事象として現れる自然世界や身体は、ルーパ・カラーパもしくは各要素群のレベルにまで還元される。ゴエンカ氏の弟子ウィリアム・ハート氏は、このルーパ・カラーパと物質世界の関係性について、次のように述べている。

ブツダは物質世界がすべて、パーリ語でカラーパという「分解できない極小単位」から構成されていることを発見した。この極小単位が果てしなく変化して、物質の基本的な性質である質量、粘着力、熱、運動をあらわす。さらに、それらが組み合わさって「もの」が構成される。ものは一見ほとんど変化しない。ところが実際、ものはみなカラーパという微粒子から構成されており、そのカラーパはたえず生まれては消えるという。つまり、連続的な波動の流れ、絶え間ない微粒子の流れ、これが「もの」の究極の真相なのである。

わたしたちがそれぞれ「自分」と呼んでいる「からだ」の実体なのである<sup>(9)</sup>。

仏教の心理学は、粗大な意識レベルの事象だけでなく、微細な意識レベルの事象でさえも、ルーパ・カラーパによって説明する。例えば、光を発散しているように見えるニミッタも、実はルーパ・カラーパの「色」の要素の集まりが「光」として認知されているにすぎないと説明する。集中する力が高まるにしたがって、ニミッタの色は、より光り輝くものへと変化することになるが、熟練した止観の行者は、光として現れていた事象でさえも、ルーパ・カラーパ（の透明な要素）の集まりとして認知するようになる。

現代の仏教者は、しばしばルーパ・カラーパを現代物理学の素粒子や原子に喩える。しかしながら、科学者の立場からすれば、そのような言説はあくまでも比喻であって、ルーパ・カラーパを客観的な自然世界を構成する物質の最小単位の一つとみなすことは到底できないであろう。仏教者は微粒子そのものに「色」「匂い」「味」といった感覚的な特質が見出されることを指摘するが、現代科学は「色」「匂い」「味」のような感覚的な特質は客観的物質に内在する存在論的なものではなく、私たちの心の中に内在する認識論的なものであると理解している。したがって科学の側から言えば、感覚特性（クオリア）を内に含むルーパ・カラーパを、科学的な実在物である「素粒子」や「原子」と同列に扱うことは不可能である。

しかしながらルーパ・カラーパを、物質世界を構成する最小の実在として扱わずに、深い集中によって認知可能となる微細なレベルの心的事象として扱うのならば、私たち現代人にも比較的受け入れやすいものになるかと思う。止観の行者らは注意集中の技法を駆使して、非常に微細なレベルの意識場の活動や挙動を捉えて、それを「微粒子（ルーパ・カラーパ）の生滅」や「波動の流れ」として描写しているのではないだろうか。卓越した止観の行者は非常に微細な意識場の活動を捉えて、そこに多様なクオリアの萌芽を見出し、その変動する模様や挙動などを直接観察によって見極めようとしているのではないだろうか<sup>※</sup>。

---

※ここではルーパ・カラーパの各要素群をクオリアの一種として認識論的に解釈している。しかしながら、ルーパ・カラーパの要素のなかには認識論的には解釈し難い要素も幾つか存在する。たとえば、男性性と女性性の区別に関与する「性（sex）」という要素がある。常識的には「性」は私たちの個人的意識やクオリアとは無関係であり、生物学的な染色体や外見の容貌によって決定されると理解されている。仏教の古い論書であるアビダルマは「性」を物質の一つとして列挙しているが、パオ・サヤドーは「性」という要素もルーパ・カラーパに見出すことが可能であると説明する。パオ・サヤドーは微細レベルの心的現象を伝統的なアビダルマの体系に沿って詳しく説明しているが、私たち一般の立場から見れば「認識論」と「存在論」が交錯しており、理解し難いものも少なくない。

#### (四) 脳卒中時の微細な意識レベル

意識の微細レベルは極度の注意集中という心理学的な要因によって経験可能となるが、特殊な神経生物学的な要因によっても微細レベルの意識を経験できる可能性がある（ただし、神経生物学的要因の場合は、それをコントロールすることができない）。第一部では神経解剖学者ジル・ボルト・テイラー博士の自身の脳卒中時の神秘的体験について述べたが、彼女が説明する特殊な意識経験は、上座部仏教徒らが語る意識の微細レベルの描写に非常によく似ている。脳卒中によって神経細胞の機能が徐々に崩壊するにつれて、彼女の通常の粗大レベルの意識は後退し始め、世界と自己はエネルギー、流れ、粒子として認知されるようになっていく。

「自分であること」は変化しました。周囲と自分を隔てる境界を持つ固体のような存在としては、自己を認識できません。ようするに、もっとも基本的なレベルで、自分が流体のように感じるのです。もちろん、わたしは流れている！……自分を流れとして、あるいは、そこにある全てのエネルギーの流れに結ばれた、宇宙と同じ大きさの魂を持つものとして考えることは、わたしたちを不安にします。

しかしわたしの場合、自分は固まりだという左脳の判断力がないため、自分についての認知は、本来の姿である「流れ」に戻ったのです。わたしたちは確かに、静かに振動する何十兆個という粒子なのです。わたしたちは、全てのものが動き続けて存在する、流れの世界のなかの、流体でいっぱいになった囊ふくらとして存在しています。異なる存在は、異なる密度の分子で構成されている。しかし結局のところ、全ての粒は、優雅なダンスを踊る電子や陽子や中性子といったものからつくられている。あなたとわたしの全ての微塵イオタを含み、そして、あいだの空間にあるように見える粒は、原子的な物体とエネルギーでできている。

わたしの目はもはや、物を互いに離れた物としては認知できませんでした。それどころか、あらゆるエネルギーが一緒に混ざり合っているように見えたのです。視覚的な処理はもう、正常ではありませんでした（わたしはこの粒々になった光景が、まるで印象派の点描画のようだと感じました）。

わたしの意識は覚醒かくせいしていました。そして、流れのなかにいるのを感じています。目に見える世界の全てが、混ざり合っていました。そしてエネルギーを放つ全ての粒々ビクセルと共に、わたしたちの全てが群れをなしてひとつになり、流れています。ものともものあいだの境界線はわかりません。なぜなら、あらゆるものが同じようなエネルギーを放射していたから。それはおそらく、眼鏡を外したり目薬をさしたとき、まわりの輪郭がぼやける感じに似ているのではないのでしょうか。

この精神状態では、三次元を知覚できません。ものが近くにあるのか遠くにあるのかもわからない。もし、誰かが戸口に立っていても、その人が動くまで、その存在を判別できないのです。特定の粒々のかたまりが動くことに特別な注意を向けないとダメだったので

す。そのうえ、色は色として脳に伝わりません。色が区別できないのです<sup>(10)</sup>。

- 
- 1 The venerable Pa-Auk Tawya Sayadaw 「Knowing and Seeing (Revised Edition)」 Pa-Auk Forest Monastery (Editors), WAVE Publications (2003) p151 (<http://www.paaukforestmonastery.org/books.htm>)
  - 2 同上 pp.195-196
  - 3 ウィリアム・ハート「ゴエンカ氏のヴィパッサナー瞑想入門 豊かな人生の技法」日本ヴィパッサナー協会（監修）、太田陽太郎（訳）、春秋社（1999）一六九～一七〇頁
  - 4 前掲書1 pp.132-135
  - 5 同上 p.152
  - 6 同上 p.151
  - 7 同上 pp.159-161, p.173 など
  - 8 櫻部建、上山春平「仏教の思想2 存在の分析〈アビダルマ〉」角川学芸出版（1996）一〇三～一〇四頁、アルボムッレ・スマナサーラ、藤本晃「ブッダの実践心理学 アビダンマ講義シリーズ 第一巻 物質の分析」サンガ（2005）二九八～二九九頁、前掲書1 pp.132-135
  - 9 ウィリアム・ハート「ゴエンカ氏のヴィパッサナー瞑想入門 豊かな人生の技法」日本ヴィパッサナー協会（監修）、太田陽太郎（訳）、春秋社（1999）三二頁
  - 10 ジル・ボルト・テイラー「奇跡の脳」竹内薫（訳）、新潮社（2009）七二～七四頁