

## 第二章 死の光明

---

### 二章一節 臨死と光

ああ、善い人よ、汝の身体と心とが離ればなれになるとき、存在本来の姿（法性）の純粋な現出があるであろう。この現出は微妙であり、色彩と光に満ちている。光輝に光り輝くであろう。その本性は幻惑させ、汝をおののかせるものであり、初夏の野に陽炎が立ち昇るようにゆらゆらと揺れ動く。これを恐れてはならない。おののいてはならない。おびえてはならない。これこそ汝自身の存在本来の姿そのものの現われであると覚るべきである<sup>(1)</sup>。

チベットの死者の書（バルドゥ・トェ・ドル）より

澄んで光り輝くニミッタは、仏道の実践という特殊な条件によって現れる。このような意識の内奥から発する光というものは、世間一般の人々にとっては全く関係の無い極めて特殊な意識現象であるように思える。しかしながら、チベット仏教のダライ・ラマ法王の説明によれば、ある特殊な条件の下であれば、誰もがこのような光をはっきりと経験することが可能であるらしい。その特殊な条件とは、命あるものに平等に訪れる「死」である。命あるものとして生まれている限り決して避けることのできない死が訪れる瞬間、その心には光が顕現することになる。死を間際にして、私たちの意識の中に光は現れて、日常的な意識はその光の中へと融解することになる。この死の間際の光の顕現について、ダライ・ラマ法王は次のように分かりやすく説明している。

密教の修行を行なった人であれ、行なったことのない人であれ、死に際しては「光明」が顕現します。あらゆる粗大なレベルは、自分の内のもっとも深奥にあるもっとも風いだ（微細な）意識に融解していきます。この意識の状態をわれわれは「光明」と呼びます。あらゆる精神的そして肉体的エネルギーは最後にはこのもっとも風いだ意識の状態へと吸収されていきます。

死にゆく人がこの状態にある期間は決まっていません。普通の人ならば、ときには数分間という短い期間しか「光明」の状態にありません。そうでなくとも数時間くらいの間のことです。

しかし、密教を修行した人においてはしばしばこの期間はもっと長いものとなります。たとえば、私の先生は十三日間でした。ブータン国境に近いチベット・キャンプ、バクサルで、六十歳を間近に亡くなったタル・リンポチェは、十七日間肉体に温かみがあり、腐

敗が始まりませんでした。彼の場合「光明」という心の状態は十七日間続いたのです。通常、われわれは心がこのような「光明」の状態にある期間はその肉体に触れたり、安静を破ったりすることを好みません。

「光明」が続いているのか、終息しているのかということをはかして知ることができるのでしょうか。その肉体が活着しているときとほとんど同じく新鮮であるときは、まだ「光明」がそこにあるという徴しるしです。しかし、体液が鼻から流れ出てきて、ある種の匂いがしたときには、すでに「光明」は終息し、夙いだ意識、夙いだ心はもはやその場にはなく、その肉体が本当に死体となった徴なのです。ですから、この期間を三日、四日、五日などと断言することはできません。それぞれの個人の体の状況を見て判断してください<sup>(2)</sup>。

では本当に、人は死に直面して光を経験するのであるか。通常、生から死へのプロセスは不可逆的に起こり、死の間際の主観的な意識体験というものは、他の人々が伺い知ることのできないものである。しかしながら、一度死にかけたけれども幸運にも蘇った一部の人々が非常に不可思議な体験を語る場合があり、その臨死の際の体験談の中には何らかのかたちでの光に遭遇したという話が多い。米国の世論調査会社であるギャラップが行なった調査によれば、米国の一般成人において死の間際に通常とは異なる体験をした人々の中で、光の体験者は一四%ほどであった<sup>(3)</sup>。また、ジャーナリストで作家の立花隆氏によれば、立花氏が収集した日本人の二四三件の臨死体験の事例のうち、光の体験率は一九%ほどであった<sup>(4)</sup>。

死の間際の光の体験は、体験者の年齢に関係無く生じるようである。子供の臨死体験の事例を収集、分析した小児科医のメルヴィン・モース博士によれば、子供の臨死体験のほとんどには光という要素がある。就学前の幼い臨死体験者に、その際に何が起こったのかを絵に描かせてみると、ほとんどの絵には光を象徴するものが含まれている<sup>(5)</sup>。死の間際に迎えた光の体験は、老若男女を問わず、臨死体験の中核的な構成要素となっている。

次に光の体験を含む臨死体験の事例を一つだけ示したい。体験者はターミナルケア（末期医療）の権威であり、臨死体験研究で著名なエリザベス・キューブラー・ロス医師（1926～2004）である。彼女は自伝の中で自分自身の臨死体験を次のように記している。

翌朝、目ざまし時計で起き、階下のダイニングルームに降りた。エヴァはとっくに起きていて、食事の準備をしていた。テーブルには自慢の白いクロスが敷かれ、センターピースには美しい花が飾られていた。コーヒーを飲もうとして椅子に座り、エヴァに「かまうな」と文句をいおうとしたとき、だれもが恐れていたことが起こった。

打ちつづいたストレスと俗務、過密スケジュールの旅行、コーヒー、煙草、チョコレート——そのすべて——が、とつぜん、わたしの襟首をつかんだ。沈んでいくような、奇妙な感覚に襲われた。からだの力がぬけた。周囲のものすべてが渦巻きはじめた。意識から姉が消え、身動きができなくなった。それでも、なにが起ころうとしているかは正確にわかっていた。

このまま死ぬ。

瞬時にそう思った。最期の瞬間をむかえる無数の人たちを助けてきたわたし自身に、ついに死がおとずれようとしていた。前夜、レストランで姉に語った自分のことばが、予言のように思われた。少なくとも、わたしは祝福とともに逝こうとしていた。農場の風景がよぎった。収穫の時期をむかえた野菜たち、牛、豚、羊たち、そして動物の赤ん坊たち。それからエヴァの顔をみた。

エヴァは正面に座っていた。仕事のことで、ヨーロッパ旅行でも、農場のことで、エヴァはいつもわたしの味方になってくれた。死ぬ前にエヴァになにかお返しをしたいと思った。

その余裕はありそうもなかった。たとえば冠動脈<sup>へいそく</sup>の閉塞なら秒単位で死ぬ可能性もあった。そのとき、いいことを思いついた。

「エヴァ、わたし、死ぬわ」そういった。「お別れに、プレゼントをあげたいの。これから、患者の視点で、死ぬときは実際にどんな感じなのかを実況する。こころづくしの贈り物よ。だって、いままでだれもそんなことしてないから」

エヴァがなにかをいいたす前に——すでに姉の顔は見えなかったが——、わたしは身に起こっていることを正確に、詳細に報告しはじめた。「まず、爪先<sup>つまさき</sup>からはじまった。爪先がお湯につかっているような感じ。しびれるような、でも、鎮静的な感じ」自分のしゃべる声が、競馬中継のアナウンサーみたいに、どんどん早くなっていくように聞こえた。「それが上昇してきて、脚にひろがり、いまは腰のあたりを通過した」

「恐怖は感じない。思っていたとおりの感覚。快感よ。とても気持ちがいい」

わたしは起こっている変化の速いペースについていこうと必死になっていた。

「からだの外側にいる」わたしはつづけた。「後悔することはないわ。ケネスとバーバラに、さよならって言ってね」

「ただ愛しなさいって」

残り時間はもう、一秒か二秒しかないという気がした。猛スピードでスキーのジャンプ台を滑降して、いよいよ飛び立つ寸前のような感覚だった。行く手にまぶしい光がみえた。両腕をのばし、まっすぐ光の中心部に飛びこんでいく体勢をとった。いきおいをつけ、コントロールをたもつために腰を落とす、競技スキーの姿勢はからだ覚えていた。意識は明瞭<sup>めいりょう</sup>だった。最後の荘厳な瞬間がおとずれたことがわかった。その啓示的な一瞬一瞬を享受していた。「いよいよ卒業だわ」わたしは姉にそういった。そして、目の前の光をまっすぐ見つめた。ぐいぐいひっぱられる感じだった。気がつくとも両腕を大きくひろげていた。「い

くわよ！」わたしは叫んだ。

つぎに気がつくと、エヴァのダイニングテーブルのうえに横たわっていた。高級な白いテーブルクロスにコーヒーの大きな染みができていた。きれいに活けた花があたり一面に散乱していた。もっと悪いことに、エヴァが茫然自失ぼうぜんしていた。気が動転した姉は、わけもわからずにわたしをテーブルのうえにひきずりあげていた。そして、救急車を呼ぶのも忘れていたことを詫わびた。

「ばかなこと、いわないで」わたしはいった。「救急車なんか呼ぶ必要はないわ。離陸に失敗したんだもの。また、もどってきちゃった」

エヴァが「なにかしなくちゃ」といい立てるので、「空港まで送って」とたのんだ。良識に反する、とエヴァが逡巡しゅんじゆんした。「良識なんて地獄おに堕ちればいいのよ」わたしは笑いとばした。空港に向かう車のなかで、わたしがあげた贈り物についてたずねてみた。死ぬ人の視点からの離陸の実況報告をどう聞いたかが知りたかったのだ。エヴァは返答に窮したようすだった。わたしがおかしくなり、すでに飛行機に乗ったと錯覚しているのではないかと疑っていたのかもしれない。エヴァに聞こえたのは、「わたし、死ぬわ」と「いくわよ」だけだった。カップや皿が割れる音を除けば、そのあいだは完全な静寂しじやくだったらしい<sup>(6)</sup>。

臨死体験の中核的要素である光の体験に関しては、光の見え方や光が何であるかの解釈には個人差があり、それは体験者が属する文化や社会にも大きく依存している。臨死体験研究のパイオニアの一人である米国のレイモンド・A・ムーディ・Jr.によると、この明るい光は多くの場合は白く輝いており、それは生命であって人格を備え、愛と温情に溢れている<sup>(7)</sup>。そして、その光は臨死体験者とコミュニケーションを行ない、体験者のそれまでの人生に対する深い省察を促す。キリスト教徒の大多数は、この光を「キリスト」と解釈する。しかしながら、ほとんどの日本人の臨死体験者は、光を独立した人格と捉えることは無いし、光を神と同一視することも無い。また、光とコミュニケーションすることまれである。欧米のように、日本においてもトンネルの向こうに光が見えて、そのまばゆい光の世界に入っていくという事例は多いが、光を人格化してコミュニケーションすることはほとんど無い。日本の臨死体験の事例では、花畑や川が高頻度に出現するが、その光景やイメージの中で強烈に輝く光を浴びたり、風景そのものがきらきらと光り輝いているケースが多いようである。光の色も白い場合もあるが、五色や七色の鮮やかな虹色の光が出現する場合も多い。日本の臨死体験の事例に詳しい立花氏によれば、『日本人の場合は、光はそのえもいわれぬ明るさ、美しさなどにおいては超自然的だが、光はあくまで光であって、無機質の環境条件でしかない』<sup>(8)</sup>。

臨死の際は、感覚器官からの情報によって構成されていた世界像は後退し、肉体の感覚も消失して、「イメージ」と「光」の世界に突入することになる。その顕現の仕方や

解釈に関しては、社会、文化、時代、人生経験などによって著しい差があり、その体験内容は非常にバラエティ豊かである。

- 
- 1 「原典訳 チベットの死者の書」川崎信定（訳）筑摩書房（1993）三三頁
  - 2 ダライ・ラマ十四世 テンジン・ギャムツォ「ダライ・ラマの仏教入門 心は死を超えて存続する」石濱裕美子（訳）、光文社（2000）一八二～一八三頁
  - 3 立花隆「臨死体験 上」文藝春秋（2000）四〇六～四一〇頁
  - 4 立花隆「臨死体験 下」文藝春秋（2000）一八八～一九三頁
  - 5 メルヴィン・モース、ポール・ベリール「臨死体験 光の世界へ」TBSブリタニカ編集部（訳）、立花隆（監修）、TBSブリタニカ（1997）一六～一八九頁
  - 6 エリザベス・キューブラー・ロス「人生は廻る輪のように」上野圭一（訳）角川書店（1998）三三九～三四一頁
  - 7 レイモンド・A・Jr.「かいまみた死後の世界」中山善之（訳）評論社（1977）七九～八六頁
  - 8 立花隆「臨死体験 下」文藝春秋（2000）一八頁