

# スピリチュアリティと幸福

ゲンボ・ドルジ

翻訳：堀内俊郎

仏教は、幸福を、内面の平和を楽しみ満足していることと定義します。偉大なるインドの学者ナーガールジュナ（龍樹）は、ある著作の中で、幸福の状態を以下のように説明しています。

満足ほどの宝はない。あらゆる種類の財産の中で最上なものは満足であると、人天の師（ブッダ）は説いた。満足に向けて努力し、それを達成しなさい。物質的な豊かさがなくとも、真の果報を見出すであろう。

国民総幸福（GNH）の概念は、ブータンにおいて近年ひろく促進、議論され、世界中の知識人や社会学者や政治家の興味をひくようになりました。ここ数年来のGNHに関するセミナーや学会は、独自の文化の発展や保護と同じぐらいに、市民の精神的な健康を含んだ国家の社会的発展をもたらすことの重要性を強調してきました。簡便な発展モデルは経済的な成長に重きを置きますが、GNHの概念は、真の、そして持続的な人間社会の発展は、物質的・精神的な発展が並行して起き、互いを補完し強化する時に起きるという前提が基礎となっています。

ブータンは、この概念の最初の提案者として、経済的自立、環境保護、文化促進、良きガバナンス（統治）を、国民の生活に幸福をもたらす基盤に置いています。私たちは、幸福は、これらGNHの4つの柱を促進することによって達成しうるものと考えています。

仏教によれば、幸福の原因は善業（善いカルマ）であり、因果と妄想の法則です。私たちの物理的な世界におけるすべての経験は、単に私たちの心の投影にすぎません。それは私たちの業によってもたらされた心の生み出したものですから、その経験は、輪廻にとどまる限り、存在します。肯定的・善き・利益をもたらす行為は、この世での幸福と、あの世におけるより高い〔生存領域への〕再生をもたらします。善くない行い、あるいは悪業（悪いカルマ）は、この世で苦しみをもたらし、〔あの世での〕より低い生存領域への再生をもたらします。ゆえに、幸福は、この世における善業と無私無欲を通して達成されるのです。ブッダは『白蓮華経（法華経）』で、次のように説きました。

外の世界は業によって形成され、生み出される。

内にいる生き物たちは業という種子から生まれる。

そこで、GNHの4つの柱は、善業（善きカルマ）を造ることによって幸福や国の福利を達成するための条件として考えられましょう。

多くの人々にとっての幸福の定義は、身体的な満足を得ることや、車を運転したり、巨額の銀行預金を持ったり、豪華な家を構えたり、エキゾチックな場所でバカンスをとったり、グルメな食事を食べたりすることといったような要求や欲求を満たすことに基づいています。これら、うわべだけで持続しない達成は、GNHの諸の指標を思慮深く適用することによってもたらされえます。より深い、心の満足の達成の上に築かれる他の幸福は、ダルマ（法）の実践を自ら行うことによってのみ、もたらされます。

ブッダは『王への教誡』という經典で、以下のように言います。

王よ、あなたが〔死へと〕旅立つ時が来ました。物質的な財産も、親しい友も、親戚も、ついていってはくれません。これ以後に旅する所には、どこへでも、業（カルマ・行い）だけがついてきます。自分の影〔が自分についてくる〕ように。

偉大なるチベットのヨーガ行者ミラレーパは、ランゴム・レーパに以下のような歌を歌いました。

完全な悟りを得、自立した現実気楽に居る者は、いつも楽しむ。  
欲望の奴隷になり、飽くことを知らず常に物欲しげな者は、いつも悲しむ。

ブータンの僧侶は、幸福と社会の調和を常にコミュニティーにもたらすという役目を、自らに課してきました。歴史を振り返ると、シャブドゥン・ンガワン・ナムゲルは、17世紀にブータンを統一し、最初の正式な政府、2頭政治機構（訳者注：チョエシ制度。デシと呼ばれる俗界の長と、ジェ・ケンポと呼ばれる聖界の長の双方が、それぞれ政治・行政と宗教を担って統治を行う形態）を作りました。この統治のシステムは、相互に補い合い、ブータンの市民の利益のために共に働くものである世俗界と宗教界の両者を結びつけたものです。シャブドゥンは、16の道徳的行いと10の善業に基づく国法を作りました。これはブッダの教えから発展したものであり、これらの法に際だって宗教的な色彩を与えています。成文化された法は、個々の市民と、より大きなコミュニティーの両者にとっての、物質的・精神的な権利、利益、義務を考慮に入れています。

実際、国法を支持することによって、人は菩薩の理想の実践に参入することができ、精神的な訓練をより豊かにすることが可能です。そのルールや規則は仏教の教えに染まっており、その核心は、利他行の実践です。偉大なるインドの哲学者シャーンティデーヴァは、『入菩提行論』で言います。

この世で不幸な者は、皆、自分自身の幸福を欲した結果、そうになっているのだ。  
この世で幸福な者は、皆、他人の幸福を欲した結果、そうになっているのだ。

満足、純粋な幸福への源泉、内面の平和は、真実の法（ダルマ）の実践者の特徴です。物質的に発展した日常生活で私たちがよく出会い、生み出している不満足、不幸、フラストレーションといったものは、ほとんどの僧侶のコミュニティーにおいては、ない傾向にあります。在家から出家へと出立する時に、僧侶は世俗的な生活への執着を捨てることを求めます。しかし、そうすることで、コミュニティーに心理的な幸せをもたらす責任を負うのです。

ブータンの僧侶は、霊的指導者としての責任に関して、明確な役割と機能の分担を持っています。というのは、僧侶の大部分は、死や病気の時と同様に、結婚や昇進などの喜ばしい機会に、在家のコミュニティーに対する精神的なサービスを提供することに従事しているからです。僧侶が目の前にいることで、難しい局面における恐怖、弱さ、不安、絶望が和らげられ、同時に、良き日における喜びや自信を高めることが手助けされます。

一方で、祈祷者として生涯を捧げ、近づきにくく、人里離れた山の隠遁所で修行実践する人もいます。これらの行者は、物質的な快適さを捨て、生きとし生けるものによりよい奉仕ができるようになって〔この世に〕戻ってくるために悟りを得るという目的を果たすために、活動しています。

幸福、もしくは心の喜ばしい状態は、ヨーガの達成にとっての、繰り返し用いられるメタファーでありつづけました。「聖なる狂人」ミラレーパや、チベット・ブータンにおける他の多くのヨーギンは、解脱や至福の楽しさをしばしば歌っています。これらの物質的には貧しい行者たちが、基本的な必要物や快適さがなくとも、そんなにも幸福でありえたことは、多くの人にとっては驚きであるかもしれません。その答えは、彼らは〔宗教的〕実践を通して完全な満足を見いだしたことに求められましょう。

概して、ブータンの僧侶の大部分は、その時間の4分の1を、国家とその国民の幸福のための宗教的儀式や儀礼の実践に使います。これらの宗教的活動の目的は、国家とその市民の平和、繁栄、福利を促進することです。多くのブータン人は、これらの宗教的活動を当然のことと考え、それらを僧侶の責任と見ています。彼らはしばしば、

このような日常的な儀式や儀礼を実践している僧侶の多くが、実際は、より意味があり深遠なダルマ（法）の実践や訓練への機会を欠くことになるのだということを考慮に入れません。僧団は、国家とその国民のニーズを満たすために、このような犠牲を進んで払います。

学問的な、また生活上の技能の訓練を与えることに加え、僧院での教育は、若者を同情深く、愛情に満ち、親切で、非暴力的であるように訓練する道でもあります。僧院の制度の中でのカリキュラムは、人間の価値に基づいた教育への確固たる基盤を形成することに寄与し、それによって、より利他的な心構えや実践のために寄与するのです。知識を与え、国の社会的発展に寄与することを含む僧院での教育の恩恵は、僧院のヒエラルキーが、ブータン中の意欲ある僧や尼僧に門戸を開くことを促しました。僧院は、とりわけ宗教的な教育を求めてやって来る人々と同様に、世俗的な教育に接することができないためにやってくる人々に、すべての必需品を提供します。

ブータン僧侶による、文化の促進や保護へ向けての寄与は、極めて重要です。僧院は、数百年にわたり、ブータンの人々を教育し、訓練してきました。20世紀半ばに世俗の学校が設立されるよりはるか以前からのことです。ほとんどの形態の文化や工芸、踊りやダルマ、文字による、また伝統的な実践の保護は、僧院や宗教的指導者の手仕事でありつづけました。実際、学僧は、国家の歴史や伝統を記録し保全することの最前線にいました。

仏教徒として、私たちは、幸福の根本は自分自身の中に見いだすことができ、この満足を見いだすためには、人は法（ダルマ）を実践せねばならないと信じています。ですから、僧団は、一時的な物質的幸福から永続する内面の満足へと軸足を移すために、ブータンの人々にとっての精神的な道案内人として、より活動的な役割を受け持つことによって、GNHを達成することにより大きな役割を果たさねばならないのです。

ブータンの歴史を通じて、僧団は国家の発展と同様に、ブータンの文化を保全し促進することに不可欠な役割を果たしてきました。シャプドゥン・ンガワン・ナムゲルの時代ですら、ブータン統一の基礎となったサンガ（僧団）が設立されるまでは、そのような視野を持ち得ませんでした。この激動の時代にこそ、僧団が、人々の精神的と世俗的な欲求の間のバランスを確保するために、国家の発展に関わりつづけることが適切なのです。

ブッダ（仏）の3つの身体の達成の加護により、  
ダルマ（法）の真実の不変性の加護により、  
サンガ（僧）の確固たる向上心の加護により、  
一切の祈りの満たされんことを。

*Tashi Delek*