

オウム真理教と「魔境」—オウム真理教事件の原因と、霊的暴力からの解放についての一考察

1. はじめに：オウム真理教事件の原因・魔境への気づきと脱会

・二十歳からの20年間： 89年、二十歳でオウム真理教に出家、教団内では94年に「クンダリーニ・ヨーガの成就者」という中堅幹部の立場に。二十年をオウム真理教ですごす。事件後12年後の2007年アレフ脱会。

・脱会に至った理由： 今から15年前の2003年～2005年、アレフ教団内の苛烈な意見対立を通じ、「オウム真理教事件の原因は、麻原彰晃こと松本智津夫元死刑囚（以下「麻原」）の魔境の心であり、オウム真理教全体もわたしもまた魔境であった」と気づく。

・苛烈な対立と離脱： 麻原を「絶対・完全な神の化身・最終解脱者」と崇拝する麻原の妻や三女の松本麗華氏らの麻原の家族が、事件の事実に基づいて「悪業や失敗を犯した犯罪者でいずれ死刑」と主張する上祐ら（わたしも）を「悪魔が取り憑き麻原の意思を外した魔境に陥った」と糾弾、教団活動から排除、対立の結果、脱会、離脱の結果に。

・オウム真理教事件の原因： 信者は、同じ信仰を持つ人に対しては大変優しくいい人たちだが、自分たちの信仰を邪魔する者に対しては、「真理」の名のもと豹変し非常に苛烈な行動に出る性質が。社会から見れば「オウム真理教そのもの」。オウム真理教事件の原因を見た。

・魔境： 麻原、オウム真理教、わたしの陥った魔境とは、傲慢で、自己中心的で、自己を過大視し、特別視し、絶対視し、誇大妄想的で、被害妄想的であるという共通の特徴を持つ。魔境とは、仏教では「魔」「増上慢」、禅では「魔境」や「禅病」、気功では「偏差」や「走火入魔」、ヨーガでは「自我肥大、自我のインフレーション」、ユング心理学では「魂のインフレーション」などと言われ、修行途上の落とし穴、心の中の悪魔として先人たちに戒められてきた。

・魔境を超える： 一人一人の心にある魔境を超え、その方法を探り実践することが再発を防ぐ。人生にの大きな研究テーマ。2010年『二十歳からの20年間—“オウムの青春”の魔境を超えて』（旧三五館、現・三五館シンシャ）を出版。

2. 麻原彰晃が陥った魔境とその主な要因

・麻原の性質： 妄想的なまでの自己特別視・絶対視と、誇大妄想、被害妄想。通常、人は幼少期は「自分はなんでもできる」という万能感（自己誇大視）を有しているが、通常、成人するにつれ、社会の中で多くの人間の一人であることを自覚することで相対化され、社会に適応する。麻原の場合、幼少時の両親

との疎遠・身体障害、学業・事業等の挫折等の複雑な生い立ちのためか、それが相対化されずに、成人しても強い自己愛に基づく自己誇大視と特別視が残り、理想と現実のギャップが起こり、強い優越コンプレックス（問題を他人のせいにする等の特徴）を持つ精神病理・人格障害的性格に。

（こうした心の特徴を、犯罪をなした多くの青少年を診てきた精神科医の岡田尊司氏は、そうした青少年に共通する心性を「誇大自己症候群」と呼び、現代社会を「自己愛型社会」と定義し、犯罪をなさなくても多くの現代人に内在する心的特徴としている。『誇大自己症候群』（筑摩書房、2005）

・魔境に陥り事件を起こした： 上記の性格・性質を持っていたがため、その後の苛烈な仙道・ヨーガ等の修行実践の途上で落とし穴に陥り、傲慢になり、その性質がさらに悪化、増幅し、自己を「世界の中心」と位置づけ、自らが世界を統治する宗教的な王・救世主になるという「誇大妄想」と、その実現を妨害するように見えた人々・国家・社会に対する「被害妄想」を抱くようになり、「魔境」の心理状態に陥り、一連のオウム真理教事件を引き起こす。

（1）麻原が道を踏み外したヨーガ修行：パイロットババ師により判明した正反対の真実

・麻原の「86年にインドを訪問しヒマラヤでパイロットババ師等のヨーガの聖者たちと会い『最終解脱』し、彼らに日本救済の使命を託されて救済活動を行っている」という宣伝は虚偽。

・独自のルートでパイロットババ師に真偽の確認が実現：麻原を導き損なったことに今でも責任を感じていた。正反対の事実が判明：救済の使命を託したどころか、①86年の時点から、麻原の行動に批判的で何度も警告し、②師が来日した際、高額の布施でヨーガを教えていることを知りとやめるよう警告、麻原はやめなかったため2人は決裂した経緯が。

・パイロットババ師による、麻原自身がヨーガ修行で慢心に陥り魔にとりつかれた原因・問題の指摘

①麻原のヨーガ修行の問題点は、慢心と、心の成熟でなく行法に偏りすぎていた点にある。

②麻原に、40日間の修行を指示したが、途中で抜け出し帰国したため修行が途中で止まってしまった。

③当時の麻原は、行者としては優れた面はあったが「私が救済する」と傲慢なエゴの主張をしていたので、周りに、同じ要素の人が集まり悪影響を与えたのではないかと。

④麻原は、ヨーガ修行の途中のレベル、超能力が付きそこを超えるか魔にとりつかれるか試される分岐点で、それにとらわれ修行が止まった。

⑤麻原の修行のやり方は、（精神的な浄化に乏しく）身体行法に偏りすぎていた。激しい行法は、一時的にピュアな浄化された状態になり、超常的な瞑想体験をすることがあるが、それで「解脱したと錯覚」し、修行者が「慢心」を抱くという問題がある。

⑥そのため、ある種の行法を安易に教えることは不適切。重要なことは、瞑想状態自体ではなくその後の人格の向上。

⑦修行者はセルフ（ヨーガで言う真実の自分のこと）に戻るべきであり、グルは導き手にすぎないから、麻原の奴隷になってはいけない。

・ヒンドゥー教・ヨーガの自我肥大の問題

- ・大宇宙との合一を目指すため、超常的な瞑想体験の結果、自分自身が大宇宙であるかのような誇大妄想に陥り自我が拡大・肥大する恐れがある。ヨーガは、自己の内部に「真我」（アートマン）という絶対的な存在を認めるため、人によっては「自分が絶対的存在と合一した」と錯覚して、誇大妄想に陥る恐れが。
- ・心理学者ユング：自我（自分）とセルフ（全体・絶対者）を混同した状態」と位置づける。禅：それを「増上慢」。防ぐために、禅の僧が宇宙的な意識を探求しつつ「それと自我は別のものである」と考える。
- ・九〇年代当時：オウム真理教が日本のマスコミから批判された時期、パイロットババ師から「麻原の現世的な執着を諷める内容の手紙」が届いたが、麻原はそれを無視。
- ・麻原が指導した集中修行の問題：一部では精神疾患が発生した事例や、極限的な身体の酷使や無理な姿勢の継続等により体を痛めた事例も多々。
- ・ヨーガの本来の意味：ヨーガ＝心の静止・制御＝仏教の禅定＝瞑想

（２）「最終解脱」は、偽りの誇大宣伝

- ・麻原の「最終解脱」の定義や体験：あいまいで、「一九八六年にヒマラヤでヨーガの聖者パイロットババ師と会って最終解脱した」とだけ主張宣伝。
- ・調査の結果：事実ではなく、時期も場所も虚構、内容も単なる幻想体験にすぎず。
- ・最終解脱の体験の時期と場所：ヒマラヤではなく、ヒマラヤに行く前の日本。「ヒマラヤで解脱したことにしておいたほうが、イメージがいいから」として偽りを宣伝。
- ・『麻原彰晃の誕生』（高山文彦）：丹沢セミナーの山荘の小部屋で、麻原が解脱できず、どうしたらよいのか弟子たちに相談して悩んでいた直後、参加者の前に説法に出、「いま私は解脱しました。みなさんも努力すれば解脱できる」と唐突に最終解脱を名乗る。
- ・麻原の最終解脱：ヒマラヤなどの他の聖者からの認定ではなく、彼自身の内的な体験による「自己認定」。内容も幻想体験にすぎず。麻原が最終解脱の体験を、初めて唯一具体的に語った機会：91年のある写真雑誌の取材の際のみ。記者は、なぜそれが最終解脱と言えるのか？と素朴な質問。麻原は、「だって、自分の周りに神々が現れてたいへんな祝福をしてくれたんですよ」という趣旨の答え。（当然、記者は十分に納得せず）。
- ・麻原が魔境に陥った瞬間：自分の幻想的なヴィジョン体験の中で、「神々が祝福してくれたから、最終解脱だと判断した」。禅で「惑わされるな」と厳しく戒められている修行の途上で経験する幻想体験にすぎず。典型的な「魔境」の実例。幻想を、真実の神の体験だと思い込み「最終解脱した」と宣言。
- ・わたしの魔境：オウム真理教に入る前からの体質で、麻原と同様、幻想体験を多く経験。オウムからの脱却の過程で、①救われたい心が、自分を救う神の体験を作りだし、真実の神の体験をしたと都合の良

い解釈をしたこと、②自己否定や自己処罰の心が、自分を害する悪霊や魔の幻想を作り幻想で自己を処罰する、という自作自演ともいえる構造があった。麻原と同様、自身の幻想体験を「真実の」神の体験をしたと思ひ込み傲慢になったわたしの魔境体験。

3. オウム真理教と霊的暴力と克服の実例

・オウム真理教の内部で行われてきた多数の霊的暴力を多数経験。かろうじて生きて抜け出す。実際、一歩間違えれば死んでいた瞬間が少なくとも三度。同じ境遇にあって命を落とした者も。

麻原の呪縛の影響下でありながらも、霊的暴力の影響の及ばない領域がわたしの内にあったことが、大きくわたしを救っていたと思われる。

(1) 麻原に命を委ねるほどの帰依が、高弟になる条件

① 麻酔薬による薬物人体実験

・九十三年の後半；麻原の指示を受けた中川智正から、二ヶ月もの間「グルの新しいイニシエーションを開発する秘密ワーク」と説明され、客観的に見れば麻酔等の薬物（この麻酔薬で仮谷さんが亡くなった）を使った一種の人体実験。麻原への帰依として受け入れ、耐え続けていた時期がある。

・なぜ、耐え続けたか：＝オウム事件全般に働いている問題「オウム真理教で高弟になる条件は、教祖に命を委ねるほどの帰依をするかどうか」

・一般人を殺傷した一連のオウム真理教事件においても、実行犯となったサリンなどの危険物を扱う加害者側の弟子には、自分が死ぬ危険を犯してまで、麻原の指示を実行。

・「秘密ワーク」乗り越えるべき、グルが個人的に与えた「マハームドラーの試練」、「解脱の早道」だとして、「秘密だ」、「他言してはならない」として口止めの縛り。

・「グルと弟子は一对一の関係」であり、その指示に従うことによって速やかに解脱できるというのが「タントラヴァジラヤーナやマハームドラー」という「高度な修行の教え」であり、課題が、嫌であればあるほど、エゴを滅する効果が高く、困難であればあるほど「高度な修行」とされるので挑戦し続けなければならない。

・しかしそれは効果のある分、もし逆に、「グルを裏切ったならば、真逆さまに無間地獄に落ちる」その恐怖＝最後の縛り。

・井上嘉浩元死刑囚と個人的に2人で会う機会があった際、不安を訴え井上に泣きつき不安を訴え井上を責めた。しかし、数時間経った後には、麻原への帰依のために、自分の意思で中川の元に戻った。

②秘密裏にLSDを混入された液体投与と、死者も多く出た苛烈な温熱修行

・教団内では「キリストのイニシエーション」という名前の、じつは秘密裏にLSDの入った飲み物を飲まされた後、オウムで「温熱修行」と呼ばれていた47℃以上の高温の湯に15分、10回連続で行うという過酷なもの。

・わたしも含め、そうした経験をした（被害に遭った）者たちには、無謀な麻原の指示にも従う、命を委ねるほどの帰依が、その背景にあったということは確か。

・頭から消し去りたいような記憶だが、当時、オウム真理教の幹部信者には、わたしのような課題が与えられ、そうできるようになるための訓練が日々なされていた。

・九四年の後半からは過激さが加速し、『信徒用決意』という徹底的な帰依、ポア、極限の布施、手段を選ばず救済すること、救済のために命を投げ出すこと、グルに身体を供養すれば、さもなければ来世に高い世界には行くことができない自分が、高い世界に行くことができるなどの内容が盛り込まれた詞章を、何百回も唱える修行が全員に義務づけられた。

・同時に陰謀論の加速。国や米軍などの反対勢力に対する敵対心や被害妄想の煽り。不安や、毒ガス攻撃による生命の恐怖な、教団全体の中に、世紀末的な、切迫した絶望的な雰囲気は漂っていった。

・そのような八方塞がりの中だからこそ、「それを救えるのは麻原しかいない」「たとえ死んだとしても悔いのないように生きよう」「麻原と一緒に転生したい」、信者の間に一種独特の盛り上がり。

(2) 麻原と合一する観想による、人格破壊の危険性

・『信徒用決意』:「自分自身の心を、麻原の心と同一と考え、行動は麻原の手足としての行動だと考える」という内容も。

・「高度な秘儀瞑想」と称し、麻原と心身ともども合一するイメージを培う瞑想ばかりを作り上げていた。

・麻原の言うとおりの五〇〇回～一〇〇〇回以上の回数を徹底的に行う。

・事件後、麻原の作り出したそれらの瞑想が、悟りに導く瞑想などではないだけではなく、本当に人間の人格を破壊し、ともすれば統合失調症や廃人に導くものだという想像以上の悲惨な事実を理解した。

・麻原自身の不規則発言降の状態を筆頭に、オウムの中でも、麻原に次ぐレベルとされていた麻原の子供を産んだ女性、麻原の子女にもいたが、高弟をはじめとする何人かが統合失調症などの状態に。

・麻原の説いた中核の教えである、自己を空っぽにし、空っぽになった器に、なみなみとグルのデータを入れ、「グルのクローン化をする」というものと、「グルと合一する」というものの「現象化」。

・麻原のデータ・エネルギーがたくさん入ってくるようにと、脳波から、視覚から、聴覚から、眠っている時間さえも常にテープをかけて、何百回、何千回と、相当な集中力で麻原のデータを入れ続けていた。そこまですれば、そうしたイメージが具現化してもおかしくない。

・また、そこまでいなくても、事件後、うつ的な症状や、躁うつ的な症状など、精神病理的な状態になっ

た者は多い。精神科医：事件後うつ症状になった信者に対し、「オウム真理教の信仰の中で、ハイな意識状態になっていませんか？宗教とはそういうところがあります」。

(3) 麻原による女性信者への支配構造

- ・麻原の強い男尊女卑的傾向
- ・93年に変化。女性が解脱するためには、麻原に愛着することが最も早道で、それが高度な教えであるタントラヤーナ（左道タントラ）だと強調「女性用説法」。
- ・チベット式の仏画にあるような仏陀とダーキニー（＝女神）が性的に合一する姿勢のイメージ瞑想に、仏の代わりに麻原を観想する瞑想を行えば、麻原の最終解脱者としての体験が努力せずにしてすべて「コピー」されるという観想法。麻原を対象とする左道タントラの修行を強調。
- ・チベットの女性の修行者でもっとも修行ステージが高いのは性的な接触回数が多いことにより、グルとエネルギー交換の多いグルの妻や、チベットでコンソートと呼ばれる左道タントラのパートナーである
- ・麻原の妻（麻原の高弟）が多数の麻原の子どもを産んだことにより相当救済された
- ・麻原との間にできる子どもは、高い世界から転生して降りてくるチベットのリンポチェのような魂のため、麻原の子どもを産むことがいかに偉大な功德になるか
- ・女性の場合、早く修行が進むのは、麻原に徹底的に奉仕するタイプであり、女性は厳しい修行は無理なため、麻原に甘えながら自らが女神だと考えるしかないなどと説法。
- ・実際、この時期に複数の女性が麻原の子供を産んだと後に知ることとなった。
- ・麻原の男尊女卑的発想は、「男であり、浄化されていて最高のエネルギーを持つ自分が、女性と交わることにより、相手の女性を浄化することができる」「女性はカルマが悪いため、麻原のエネルギーで浄化するしかない」という傲慢なもの。

(4) 「麻原の指示」を断れない背景にあるもの

- ・なぜ、実行犯となった多くの信者が、麻原の指示を断れずに、それに従い殺人までも犯したのか。
- ・九六年の中ころ、教団内では麻原三女の松本麗華氏の指示により行われた「観念崩壊セミナー」の経験で気づく。
- ・通常麻原が定めた修行以外の指導を、弟子が弟子に指導することはあり得ないが、それが可能となったのは、彼女が「皇子（こうし）」という位階にある「神聖法皇・王」としての麻原の娘の存在ゆえ。
- ・麻原の決めた教団の位階制度：すべての弟子の上に麻原の子女が君臨し、麻原の血族には決して他の血縁のない弟子らには越えることのできない領域、ステージの高い存在。
- ・麻原は、自らを「高い世界から救済のために降りて転生してきた魂」「三千大千世界にただ一つの魂」

「シヴァ大神の化身」として、この地球では一番レベルの高い神の化身、弟子らを含め、自身は魂の質が違う存在と位置付け。世界の中で聖者と認められているダライ・ラマ法王らチベットの高僧らを自分よりレベルが下と認識し、インドの仏陀が成道した聖地であるブッダガヤの仏陀の金剛座に自らが座り、インドのヒマラヤヨーガの聖者の忠告を無視。

・「(自分の) 血がすべてだ」と語り、長男・次男には最終解脱する魂と位置づけ事件後は教祖の代わりともした。またすべての娘を高弟の上に位置づけ、血縁のない弟子たちには「松本の姓」を与えるとして、上祐ら当時の高弟を自分の娘と結婚させ、松本の姓に（事件により実現しなかった）。

・複数の女性の弟子に自分の子供を産ませ、子供を産んだ女性を「正悟師」以上の高弟と位置づけ、生まれた子供をやはり同じように「皇子」と位置づけすべての高弟の上に位置付け。

・自分の血液やDNA、毛髪、自分が入った風呂の水などを「イニシエーション」として信者に注射したり飲ませたりした。これがオウム真理教の宗教的本質的内容と位階制度の実態。

・麻原と血縁のない信者たちにとっては、麻原と麻原の家族が宗教的帰依の対象。「グルのご家族をないがしろにした」として、教団を挙げて激しく糾弾。

・観念崩壊セミナー：初期はケガ人などが出る内容ではなかったが、後にはエスカレートしていき、負傷者や意識を失いかけて死にかける者などが出、脱会者も多数出るという悲惨な結果のものとなったと聞く。

・のちに、この「観念崩壊セミナー」の構造や、三女の指示に従っていたわたしは、麻原の指示のもとサリンを撒いた地下鉄サリン事件の構造や、実行犯になった信者の心情と酷似していることに気づく。

・『わたしにとってオウムとは何だったのか』の著者、早川紀代秀元死刑囚の自身への分析とわたしの問答を照らし合わせてみたとき、それは明らかになった。

【早川の問い】 ……なぜグル麻原のポアの指示に逆らえなかったのか？

【わたしの問い】 ……なぜ三女の残酷な指示（リンチ）に逆らえなかったのか？

【早川】 ……ブッダ、絶対的グルとして、「自分が自ら認めた絶対的権威」だったから。

【わたし】 ……グルの「後継者」「皇子」として、「自らが認めたグルが認めた権威」だったから。

【早川】 ……絶対的権威から、殺害による救済（ポワ）が説かれたから。

【わたし】 ……グルが認めた権威から、リンチによる救済が説かれたから。

【早川】 ……やりたくないという自分の気持ちは、「修行不足、自分の心が弱い」として抑え 込む訓練ができあがっていたから。

【わたし】 ……同様。

【早川】 ……ハルマゲドンを防ぐにはやむを得ない方法と思ったから。

【わたし】 ……出家者が現世に堕ちるのを防ぐにはやむを得ない方法と思ったから。

【早川】 ……逆らったら自分がポワされるという恐怖があったから。

【わたし】……逆らったら自分がリンチされるという恐怖があったから。

このように、わたしは早川と思考パターンがほぼ同じだったのだ。付け加えて、以下の要素があった。

- ・三女は「麻原が認めた権威」を持っているという集団心理が働いていた。
- ・その「麻原が認めた権威（三女）に従うことが正しい」という集団心理が働いていた。
- ・麻原の血族の三女は、わたしの存在意義や自負心を満たすに足る存在だった。

4. 霊的暴力の及ばない内なる領域

人には、権威的な他者から霊的暴力を受けたとしても、それが及ばない内なる領域があるのではないかと考える。わたしは、オウム真理教の苛烈な修行実践の渦中にあっても、その生理的本能や無意識的な良心というものによって救われていた面があったのではないかと考えている。そこから霊的暴力への対処法が見えてくるのではないか。

◎麻原に影響されない内なる領域の存在

- ・九十年に、一〇日間一睡もせず蓮華座という厳しい座法を組み、詞章を唱え続けるという不眠不休の「ヴァジラヤーナの懺悔」という名の集中修行を経験。唱えているうちにふと気づくと、なぜか毎回毎回その詞章が「森の物語」に。
- ・深層意識には、麻原の詞章を唱え続けても影響されない部分があったのでは。・時期的に間違いなく、深層意識に大量殺戮を行なうための「ヴァジラヤーナの考え方」を植えつけ、実際に実行させるための準備だったと後で知ったが、体のほうが未然に察知し、生理的な防御反応が働いていたのではないか。

◎頭や心と異なる正直な身体の生理的反応

- ・二〇〇三～四年頃、当時「帰依を続けなければ、無間地獄に落ちてしまう」という呪縛が脱会を引きとどめていたのだが、生理的に麻原の声を大音響で聞くことを受け付けなくなるという身体反応が出たため、その修行道場を出ざるを得なくなった。頭や心で、無理に麻原や麻原の家族に従おうとしても、それに抗う身体の正直な反応により、本当は自分の望む方向へと、行動が導かれる形となった。

5. 脱会後に表面化した霊的暴力の影響

オウム真理教を脱会後、今から四年ほど前の二〇一四～十五年に、思いがけず表面化していなかった（深く押しやっていた）霊的暴力の影響が表出し、フラッシュバック等のPTSD的な状態に苦しんだ時期や、その後生理的クンダリーニー症候群を発症し、心身の危機に七転八倒した期間があり、その沈静化

に約1年の時を要した。

その過程では、激しい拒否反応・トラウマ的な反応により、向き合うことのできなかつた二つのことに、切迫した身心の危機により、強制的に向き合わざるを得ない形となり、拒否反応を克服した結果、霊的暴力とその克服法への経験と理解が深まりその後よい形で身心が変容。

・その二つのこととは、①クンダリーニと、②獄中の異様な状態になった麻原のことである。この内容については、現在、書籍出版化を目指して書籍一冊分の内容量があるため、概要を考察するにとどめる。

◎「クンダリーニ」への拒否反応

・オウム脱会後の10年以上の間、「クンダリーニ」というものに対して、オウムを思い起こさせるからと嫌がり、避け続けてきた。オウム真理教の修行の大きな特徴だった「クンダリーニの覚醒」という言葉。麻原が「クンダリーニの覚醒のない修行は修行ではない」「一生かかっても覚醒できるかわからないクンダリーニを、わたしは覚醒させることができる」などと言って重要視されていた「クンダリーニ」は、わたしの中で、特にオウムを思い起こさせるトラウマ的キーワードの最たる一つとなっていた。

◎生理的クンダリーニ症候群

・二〇一二年ごろ：生理的クンダリーニ症候群（PKS）（PKS：Phisio-Kundalini Syndrome・フィジオ・クンダリーニ・シンドローム、以下「クンダリーニ症候群と表記）」という概念を知る。トランスパーソナル心理学や精神医学の分野から出てきた概念で、研究は、欧米の方で先行、日本では、まだ数年前に研究の途に着いたばかりの状況で、意図せずクンダリーニ症候群になってしまった巻口勇一郎氏（宗教社会学者）以外には目立った研究者は見あたらない。

・研究途上で未解明な中でも、「霊的・精神的・身体的な準備ができていないにもかかわらず、意図的または事故等によりクンダリーニがある程度覚醒してしまったために、様々な快・不快の症状を発症することである」と紹介（ウィキペディア）。「クンダリーニ」を原因として起こるさまざまな快・不快の症状。

・身体が震えたり振動したり跳ね上がったたり、自動的に特殊な姿勢になったり、体の内部でクンダリーニのエネルギーが強く上昇し、暑くなったり寒くなったり、勝手に息が止まったり、痛みや吐き気やのぼせや、頭痛などが起こったり、躁鬱的になったり、音や色彩を見たり、感情の起伏が激しくなったり、超常現象を体験したり、恍惚感にひたったり、ひどい場合は、潜在的な精神病が現れたり、狂ってしまったり……といった具合だ。

・クンダリーニの最大の特徴は、宗教やスピリチュアルの世界の概念のようであり、信じるか信じないかというのではなく、「生理的に身体感覚として感じる生理現象」だという点にあるので、本稿ではクンダリーニをそのように定義して話を進める。

◎フラッシュバック等のPTSD

生理的クンダリニー症候群の激しい症状が現れる半年ほど前、生まれて初めて経験する身心の異変を経験した。特殊な社会状況に関する精神的ショックが原因。95年の一連のオウム事件の捜査の時に、警察に身体検査を受けた記憶が甦って恐怖と緊張が起こり、95年の強制捜査に恐怖した光景のフラッシュバックが起こり当時の恐怖が甦ってきた。さらに、中川から薬物人体実験を受けた時の光景、麻原の不気味なイメージなどのフラッシュバック。

◎生理的クンダリニー症候群の発症

・その二か月後、生理的クンダリニー症候群と思われる激しい症状に見舞われた。

・尾てい骨付近から強く吹き上がる、ホースから放出されるようなエネルギーの強い気の流れ、背骨を駆け上る熱感、その感覚が通過する部位で詰まりを感じる部分に感じる不快感、胸を通過する時の吐き気、首を通過する時に、そこにブロックがあるかのようにエネルギーが何かとぶつかる感覚、そして、首がのけぞり頭が震えて、その衝撃のために声が押さえられず、首から登る強い圧力に、頭はのぼせ、吹き飛ばされそうな感覚。脳内が膨脹して広がっていくような感覚。「これはまさに、わたしが何度も経験してきた、クンダリニーの症状のひどいものといえる状態だ。今まで何人もこのようになっている人を見たり聴いたりしたこともある。いろいろな文献で読んだクンダリニー体験の内容そのものだ」と分析した。

・クンダリニー症候群の経験時の際の対処法として身心を鎮める効果が最も高かったのは、「生きていられればそれでいい」と思い切ることができたときだった。いのちあること、今の自分の境遇の中で恵まれている面を考え、それで十分と満足し、社会的評価などの欲を捨て、たとえ自分が不安に思う状況に再びなったとしても、死ぬわけではないと思えたときに、恐怖、不安、緊張、被害妄想などの不安定な心と、クンダリニー症候群の状態が静まるという克服の経験をした。

・意図せず、強烈なクンダリニー症候群の症状を経験したことで、必要に迫られ、わたしの中で強烈な生理的反応を示しているクンダリニーを、「なかったこと」にはできなくなり、強制的に、それまで避け続けてきた「クンダリニー」と向き合わざるを得なくなった。乗り越える中で、身をもってクンダリニーの問題と解決法を徹底的に研究実践することになり、拒否反応やトラウマから解放された。本来、何事も、嫌だからと単に無視して逃げているだけでは根本解決にはならない。クンダリニーの問題とその解決法を深く理解し、それを完全に乗り越えるという根本解決をすることが、生理的クンダリニー症候群の本当の研究であり、本当の意味でのオウム真理教の霊的暴力からの脱却だったと考える。

6. 麻原彰晃という最悪の魔境の実例

◎麻原は「クンダリニー症候群」という問題提起

・麻原の獄中での精神状態については、心神喪失か詐病かという議論がなされてきた。麻原の不規則発言などの異様な言動は、報道などで知られているが、いったい麻原はどのような状態だったのか。

・オウム真理教の宗教性・精神性・霊性の大きな問題、特に、元教祖・麻原彰晃の精神的な問題のある特性、そして裁判中に起こった奇行、不可解な言動などから浮かび上がってきたのは、麻原は心神喪失でも詐病でもなく、修行の途上で「落とし穴」に陥り、「生理的クンダリーニ症候群（PKS）」に陥ったのではないか。

◎麻原の変調の過程

・麻原が変調を来したのは1996年10月18日の井上元死刑囚の反対尋問の公判中から。麻原は、無罪を主張し、神の啓示を受けた自分の主張が正しく、裁判所の反対尋問自体が間違っているという、独善的で妄想的な主張をし、「(井上を) 証人尋問すると、みんな死ぬ」と脅したのだった。「自分が偉大な成就者と認定した井上のような者に対し、非礼な態度を取ったり、苦しめたり、精神に悪い影響を与えるようになるようなことをしたりする反対尋問をするとみんなが死ぬ、という女神の啓示があったから、反対尋問を中止して欲しい」という、誰とも共有できない麻原独自の世界観の話」だった。

・師弟対決のその公判後、麻原に現れた身体症状は、まさに、クンダリーニ症候群の特徴とたいへん一致しており、その場にいた井上も、「(麻原の) 体が震えたのは演技かどうかわからない。教団での修行中にはよくあること」と述べているが、以下の麻原の公判での一見不可解な言動を見ると、少なくとも、明らかに「(クンダリーニに特有の) エネルギーの問題」を主張していることがわかる。

- ・体を大きく揺する。
- ・小刻みに身体を震わせた。
- ・「エネルギーが体の中で」と言い、顔をしかめ、さらに上体を震わせた。
- ・けいれんのような体の震えはやまない。
- ・耐え切れなくなったように、「蓮華座を組んではだめか」と許可を求める。
- ・弁護人が「午前中から頭が破裂する危機があって、手で押さえていたと被告は言っている」と述べる。
- ・「急にエネルギーが上昇したという感じで、急に来ますから、わからないんです」などと話し、首を上下左右に大きく震わせた。(『裁かれる教祖』共同通信出版)

・この日の最後に裁判の打ち切りが決まった際、麻原は、最後の望みをかけるかのように、突然、「井上証人」「精神状態がおかしいと思われるかもしれないが、そこで飛んでみてくれ」と突拍子のない呼びかけをした。しかし麻原はもともと修行によって空中浮揚はできるという考えのため、精神的に異常になっての発言というわけではない。

この井上の反対尋問から3日後に、東京拘置所の保護房に移動後には、麻原に精神的な異変が起こった。具体的には、

- ・保護房の扉を手でたたき「私は出たい」、「完全に発狂した」と大声を出す
- ・職員の制止を振り切り「精神病院に入れてくれ」と大声を出し、扉を足で蹴ったり壁をたたいた(『裁

かれる教祖』共同通信出版) とされる。

・ヨーガ行者のクンダリーニ症候群の状態の描写に、まさに麻原を思わせるような以下の興味深い記述。

「ヨーガの実習やその他の精神的な行法によって突然クンダリーニが目覚めた人の場合の、脳やその他の組織に注入される強力な生命エネルギーの流れの、その突発的な衝撃力は、深刻な危険性と特異な心的状況を創り出すことになる。

しかも瞬間瞬間にその状況は変化し、当初は霊媒や神秘家や天才や狂人などの、この不意のあらゆる性格を併せ持ったような異常な様相を呈することになる」(『クンダリーニ』ゴープ・クリシュナ)

◎麻原の魔境からの教訓

・麻原が獄中で「陽神」という不老不死の身体を作ろうとして、断水断食を含めたかなり激しい修行をしているという「獄中メッセージ」。エネルギーが上がったとか体外離脱したという記述があり、「死をかけた修行」をしている。当時の麻原が、かなり無理な苦行をしていたと推察。

・クンダリーニ症候群では、無理な修行によって、もともと抱えている精神病理がある場合には悪化するケースがあるといわれているのだ。麻原の場合も、獄中での激しい修行が、彼の、もともとの精神病理を悪化させた可能性。

・先人たちの魔境、修行の落とし姉への警告を知らず、本来、安易に行ってはいけないとされている、我欲による動機でのクンダリーニ覚醒の試み、過度に激しい苦行や激しいヨーガ行法等は、ともすれば麻原のような状態になってしまう危険性がある。麻原は修行による魔境の現代の最悪の実例。

7. 魔境を超える

オウム真理教や麻原の呪縛からの脱却や、その霊的暴力の影響を脱するのに効果的であった内容は多数の方法があった。もしそれらを、二十歳でオウム真理教に入信した当時のわたしが知ることができていたら、決してオウム真理教や麻原を絶対視するようなことにはならなかつただろうと思えるものである。

(1) 過剰な自己愛、執着心、野心等の制御

・魔境は、過剰な自己愛や傲慢さ等の負の「心・感情」を野放しに増幅させた結果引き起こされる。そのような心を制御し、鎮め、安定させる術を学び身につけることで予防できる。そのためにはさまざまな方法があるので、過剰な、自己愛、慢心、闘争、自己中心性、自己を過大視・特別視、誇大妄想、被害妄想、

野心、欲望、執着、恐怖、不安等を自分で制御することは可能。

・白隠禅師：「あなたは今まであまりに多くのものにとらわれ、多く勝手に思いすぎたのである。そのため、いまこのように重病人になっているのである。・・・小智才覚、および一切の理想、欲望、野心、執着の一切を捨て去って、そのままの心である無我の境になり、心気を丹田、および足心の間におくならば、胸郭は自然に清涼になり、一点の迷いや不安も消えて、平静な心安らかな心境になり、なにものにもわずらされぬ自由自在の境地になるであろう。」（「夜舟閑話」「内観の法」）

・聖徳太子の十七条憲法：「自分だけが聖人で、他が愚かであるということはない」、「人は皆賢くも愚かでもあり、それは、耳の『輪』に端がないようなものである」、「(他に) 憤ってはならない」

（２）多くの他者によって大切に生かされているという事実の認識

親子関係の不和や人間関係の悩みなど自分に自信が持てず自己存在価値や自分の居場所がないとさまよえる激しい渴望感と生きづらさを持つ若者が多数、オウム真理教に集まった面がある。そこでは、「類まれな修行者の素質がある」という誇大な価値や、妄想的な居場所の概念として「麻原と深い縁がある」「前世から麻原と一緒に転生して救済活動をともししている前世からの弟子である」などの誘いにはまり込んだ。

・内観の効果：①他者にしてもらったこと②他者にしてあげたこと③他者に迷惑をかけたことの三つの項目について、生まれてから現在までの自身の事実を調べる作業を行うという誰にでもできる簡単な方法。それにより、必ず、一人では決して生きることのできない赤子として生まれた自分が、両親を中心とした多くの他者に、手取り足取り労力や金銭面など膨大な世話を受けてはじめて大人になったという膨大な事実を知る。同時に、してあげたことはほとんどなく、膨大な迷惑をかけた事実も知ることになる。これによりわたしは親に依存し自立しないまま、依存の対象を麻原に変えただけの事実を知った。

（３）心の問題の解決法の学びと実践の可能な場所の存在を活用

・既存仏教に幻滅してオウム真理教に出家。
・今は、当時とは異なり、多くの神社仏閣などが開かれ、禅やマインドフルネスなどがブームとなりさまざまな機会を提供しているので状況は変化しており、選択肢は多数ある。

（４）自然と接し大自然の一部であると自覚すること

・神秘体験により麻原やオウム真理教にのめりこんだ者が多くいたが、自然に触れず、屋内で瞑想し続けるなどすると、修行の過程で「自分が宇宙や神といった絶対者に合一した」という誇大妄想に陥って尊大になるいわゆる魔境の状態を経験する危険性が、オウム真理教の教訓である。

・聖地、自然巡り、修験道の実践

（５）宗教に関する正しい知識

- ・麻原は、オウム真理教だけが世界で唯一の正しい宗教で、自分が世界一優れた存在だと宣言していたが、そのようなことがあるはずがない。その主張を信じた多くの信者が生じ私たことも事実である。
- ・宗教とのかかわりが必ず生じる社会であるため、日本と世界の宗教の種類とその性質について、客観的に学ぶことのできる一通りの知識が、人生には必要なのではないか。もしそれを学んでいたら、オウム真理教に入る人は相当減ったのではないだろうか。

(6) 人の身体についての生理的な正しい知識

超常現象や神秘体験が、オウム真理教への傾倒を深めたり、慢心の大きな原因の一つとなっていたが、先に述べたクンダリーナの体感などは特別なことではなく、人間には、そのようなことがままた起こりうるものであるという理解が必要。

(7) 人生における人格の成熟の重要性

心と体の関係が、メンタルヘルスに関係していることが昨今いわれるようになったが、オウム真理教においては、神秘体験をすることが優位で、人生における人格の成熟の重要性の認識が欠けていた。この点は、宗教に限らず、人生の当たり前のこととして、何らかの教育科目が必要なことである。

(8) 人類の変化には長い時間がかかるという歴史認識

麻原は、世紀末のハルマゲドンが来るという終末思想の流行した時代を背景に、地球の滅亡までに時間が残されていないから急ぎ人類を救済しなければならないと説き、残された時間が少ない中自分たちを邪魔するものを殺人などにより排除するという苛烈な行動に出た。しかし、人類は歴史上、さまざまな失敗を繰り返しながら、より万人によい社会を形成してきている。価値観の違う他者どうして支えあって生きている現代社会において、共通の見解や方向性を見出すのは至難の業である。

オウム真理教の教訓として、粘り強く、自分の可能な行動を一步一步行う地道な実践以外に、問題解決の方法はないということであると考える。