

2012.07.12

鎌田 繁（東京大学東洋文化研究所）

## スーフィズムにおける心身変容技法について

### ●イスラームの神秘主義

#### <預言者ムハンマドの啓示体験>

##### ハディース資料

信徒達の母そして神の使徒の妻であるアーイシャによると、かつて、アル・ハーリス・ブン・ヒシャムが神の使徒に「啓示はあなたにどのように下りますか」と尋ねたとき、彼は「或る時は、耳をつんざく鐘の音のようにわたしに臨み、それは私にとって最も苦しいのであるが、やがて跡絶えると、わたしは示された言葉をしっかりと心の中につかんでいるのに気づく。また或る時は、天使が人の姿をとってわたしに語りかけ、わたしはその言葉をはっきりと記憶する」と答えた。

また、アーイシャによると、或る厳しい寒さの日、彼に啓示が下るのを見、やがてそれが止むと、その額からは汗が滴り落ちた、という。 ブハーリー/牧野訳 v.1, p.15

##### スィーラ（預言者伝）資料

###### 6-1

アーイシャによる話。

神は、神の使徒に恩寵を授け、僕たちに慈悲をかけるつもりでした。神の使徒が受けた最初の預言者の徴は、真実を告げる夢（幻視）でした。眠っているあいだに見る夢は、どれも暁の光のように来ました。

神は使徒に孤独を好ませたので、使徒は一人でいることがなにより好きでした。

###### 6-3

神の使徒は毎年ひと月間、ヒラー山に籠もった。これはジャーヒリーヤ時代にクライシュ族の人々が行っていた精進tahannus（敬虔な行い）の一つである。

（注）一般にムハンマドはヒラー山に籠もって「瞑想にふけていた」と理解されているが、本書にはそのような記述は見当たらない。p.542,note 5

###### 6-5

（中略）神の使徒は、例年通りお籠もりをしにヒラー山へ出かけた。家族も一緒だった。

とうとう、神が恩寵により使徒を召命し、人類に慈悲をかけた夜になった。神の命をたずさえガブリエルが使徒を訪れた。

###### 6-6

神の使徒は言った。

私が眠っていると、彼（ガブリエル）は、文字の書かれた錦の布（あるいは、書き付けの入った錦の袋）を持って私の前に現れ、「誦め（音読せよ）」と言った。私が「何を誦むのか」というと、その布で私の首を締め上げたので、死ぬかと思った。彼は私を放して、「誦め」と言った。私が「何を誦むのか」というと、その布で私の首を締め上げたので、死ぬかと思った。彼は私を放して、「誦め」と言った。私が「何を誦むのか」というと、その布で私の首を締め上げたので、死ぬかと思った。彼は私を放し、「誦め」と言った。私が「いったい何を誦むのか」と言った。そう言ったのは、二度と同じ目にあわされたくない心からだった。

彼は言った。『誦め、「創造主であるお前の主の名において、主は凝血から人間を創造した」。誦め、「お前の主は寛大このうえなく、ペンで教えた。人間に未知なることを教えた」Q.96：1-5』

私はそれを誦んだ。読誦み終わると、彼は私から去った。私は眠りからさめたが、それ（啓示）は心に書きこまれたかのようなだった。

そこを出て、山の中を歩いていると、天からの声を聞いた。

「ムハンマドよ、お前は神の使徒である。私はガブリエル」。

天を見上げると、男の姿をしたガブリエルが、両足を地平線にそろえて立ち、「ムハンマドよ、お前は神の使徒である。私はガブリエル」と言っていた。私は、彼を見て立ちすくんだまま、進むことも戻ることもできなかった。顔をそむけようにも、ガブリエルの姿は地平線のあらゆる方向に、同じように見えた。前へ進むことも、後ろに下がることもできないまま、その場に立ちつくしていた。

(以下略)

イブン・イスハーク著/イブン・ヒシャーム編/後藤明他訳『預言者ムハンマド伝』1巻、pp.229-232

<クルアーンのリトリック的3層> (井筒俊彦『コーランを読む』参照)

realistic

imaginal

narrative (legendary)

### ●神秘主義的世界観

創造以前—創造世界—終末

至福の原初=終末の見神

(1) 「私は隠された宝であった。知られることを望んだ。そこで私は知られるために世界/人間を創造した。」 (ḥadīth qudsī)

kuntu kanzan makhfiyan fa-aḥbabbtu an u'rafa fa-khalaqtu al-khalqa likay-u'rafa.

B. Furūzānfar, Aḥādīth-o-qīṣāṣ-i Mathnawī, Tihirān, 1376AHs, p.120

(2) 原初の契約 a-lastu bi-rabbi-kum qālū balā shahidnā (Qur.7.172)

あなたがたの主が、アダムの子孫の腰からかれらの子孫を取り出され、かれらを自らの証人となされた時を思え。(その時かれは仰せられた。)「われは、あなたがたの主ではないか。」かれらは申し上げた。「はい、わたしたちは証言いたします。」これは復活の日にあなたがたに、「わたしたちは、このことを本当に注意しませんでした。」と言わせないためである。

وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَىٰ شَهِدْنَا أَنْ تَقُولُوا  
يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ

(3) ジャラルルッディーン・ルーミー (d.672/1273) 『精神的マスナヴィー』

葦笛に耳を傾けいかに物語るか聴け。その別離を嘆く物語を。

私が葦原から切り取られるや、私の奏でる音色に人みな愁い嘆いた。

わが胸は離別にずたずたになってしまえ。そして恋い焦がれる苦しみを説こう。

自らの根源 (aşl) から離れてしまった者は、皆、自らが一体であった時を探し求める。

Kitāb-i Mathnawī-yi ma'nawī, ed. R. A. Nicholson, Leiden, 1925, Book I, vv.1-4.

(4) イブン・アラビー(d.1246)の存在一性論 存在の顕現が具体的存在者の世界。

存在一性論 waḥdat al-wujūd

絶対者の自己顕現 tajallī, fayd

(絶対的、超越的)一性 / (相対的、統合的)一性 / 多性

aḥadiya - wāḥidiya - kathra

(5) モッラー・サドラー(d.1640)の存在の本源性理論

'irfān, ḥikma (アリストテレス哲学と神秘思想の統合)

存在の本源性 aṣālat al-wujūd

存在と本質 wujūd, māhiya

知性 / 靈魂 / 自然 (身体) 'aql - nafs - ṭabī'a (jism)

現世 / 中間世界 / 来世 dunyā - barzakh - ākhira

●スーフィーの技法

ズィクル dhikr ひとりあるいは集団で行われ、神名や一定の文句（例えば信仰告白の言葉）をリズムカルに繰り返し唱えることで忘我の境に進み神との一体性を感得するもの  
サマーウ samā' 聖句や詩句を楽器に合わせて歌い参加者を忘我の境に導くもので、踊りが含まれることが多い。例：マウラヴィー教団

<クルアーンの典拠>

2 : 152

だからわれを念じなさい。そうすればわれもあなたがたに就いて考慮するであろう。われに感謝し、恩を忘れてはならない。fa'dhkurūnī adhkurkum

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

7 : 205

7-205. またあなたがたは朝夕、魂を込めて謙虚に、恐れ謹んで、言葉は大声でなく、あなたの主を唱念しなさい。おろそかな者の仲間となつてはならない。wa'dhkur rabbaka fī nafsika

وَأَذْكُرْ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ وَلَا تَكُنْ مِنَ الْغَافِلِينَ

33 : 41-42

あなたがた信者よ、アッラーをつねに唱念〔ズィクル〕しなさい。udhkurū 'llāha dhikran kathīran. 朝な夕な、かれの栄光を讃えなさい。

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا  
وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا

73 : 8.

それでああなたの主の御名を唱念し、精魂を傾けてかれに仕えなさい。

وَأَذْكُرِ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلًا

<ズィクルの事例>

シャーヰリー・ズィクル

Al-Hamediya Al-Shadiliya Hadra, Cairo - حضرة الحامدية الشاذلية بالقاهرة

[http://www.youtube.com/watch?](http://www.youtube.com/watch?v=xf8qIqg6avMA&feature=results_video&playnext=1&list=PL821842138ED30C7D)

[v=xf8qIqg6avMA&feature=results\\_video&playnext=1&list=PL821842138ED30C7D](http://www.youtube.com/watch?v=xf8qIqg6avMA&feature=results_video&playnext=1&list=PL821842138ED30C7D)

サマニーヤのズィクル

Sammaniya Zikir Nigeria leading by S. Qaribullah

<http://www.youtube.com/watch?v=DvvPQjHdjQ>

カーディリーヤのズィクル

Qadiriyya Anfasu Zikr, Kano, Nigeria, October 2008

<http://www.youtube.com/watch?v=ETHV4WYfTGw&feature=related>

<唱える文句、回数など>

al-Shaykh Muḥammad Nāẓim al-Ḥaqqānī,

**Dhikr of the People of Determination**  
(To be done daily)

- |   |   |
|---|---|
| <p>1. <i>Dhikr of the Majestic Name with the tongue:</i><br/><b>Allāh. Allāh. Allāh</b> (5,000x).</p>   | <p>1. <i>Dhikr of the Majestic Name with the tongue:</i><br/>Allāh. Allāh. Allāh. (5,000x).</p>   |
| <p>2. <i>Dhikr of the Majestic Name with the heart:</i><br/><b>Allāh. Allāh. Allāh.</b> (5,000x).</p>   | <p>2. <i>Dhikr of the Majestic Name with the heart:</i><br/>Allāh. Allāh. Allāh. (5,000x).</p>  |
| <p>3. <b>Ṣalawāt:</b> O Allah! Bless Muḥammad and the Family of Muḥammad and grant them peace (1000x).<br/><i>on Mondays, Thursdays, and Fridays</i> (2000x).</p> | <p>3. <b>Ṣalawāt:</b> <b>Allahumma ṣalli alā Muḥammadin wa 'alā āli Muḥammadin wa sallim.</b> (1000x).<br/><i>On Mondays, Thursdays, and Fridays</i> (2000x).</p> |
| <p>4. Reading of <b>one thirtieth</b> of <b>Qur'an</b>.</p>   | <p>4. Reading of <b>one juz'</b> of <b>Qur'an</b>.</p>  |
| <p>5. Reading of one <i>ḥizb</i> of the <b>Dalā'il al-Khayrāt</b> by Shaikh Jazūlī (Q.s.).</p>  | <p>5. Reading of one <i>ḥizb</i> of the <b>Dalā'il al-Khayrāt</b> by Shaikh Jazūlī (Q.s.).</p>  |
| <p><i>If one is not able to read the juz' of Qur'an, then <b>Sūratu l-Ikhlāṣ</b> (100x).</i></p>  | <p><i>If one is not able to read the juz' of Qur'an, then <b>Sūratu l-Ikhlāṣ</b> (100 x).</i></p>   |
| <p><i>If one is not able to read the ḥizb of the <b>Dalā'il al-Khayrāt</b>, then <b>Ṣalawāt</b> (100x).</i></p>   | <p><i>If one is not able to read the ḥizb of the <b>Dalā'il al-Khayrāt</b>, then <b>Ṣalawāt</b> (100x).</i></p>   |

## ذكر أهل العزم

في اليوم مرة

### 1 ذكر اسم الجلالة

الله . الله . الله باللسان ( ٥٠٠٠ مرة )

### 2 ذكر اسم الجلالة

الله . الله . الله بالقلب ( ٥٠٠٠ مرة )

### 3 صلوات

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ وَسَلِّمْ ( ١٠٠٠ مرة )  
ما عدا يوم الإثنين والخميس والجمعة ( ٢٠٠٠ مرة )

### 4 قراءة جزء من القرآن الكريم

### 5 قراءة حزب من دلائل الخيرات

وفي حالة عدم الإستطاعة يستبدل بجزء من سورة الإخلاص ( ١٠٠ مرة )  
وبصلوات ( ١٠٠ مرة )

#### <زيكلの実践論>

ハドラにおけるdhikrの階梯については3階梯ある。

その1はラー・イラーハ・イツラ・ツラーハである。

その2はアッラーである。両方の意味は明らかである。彼らはそのふたつを、よく知られたアラブのスタイルにあわせて神がのぞむだけの数繰り返しズィクルする。

その3は心のなかで呼ぶことism al-ṣadrであり、その階梯は心qalbによるズィクルの階梯であって、舌によるそれではない。そのやり方は、どのハドラでもそうしなければならないように、あなたの両目を閉じ、高貴な名前、アッラー、を右から始まり左に向かう光のインクであなたの心/胸ṣadrに描き、次いであなたの心qalbのなかでアッラーと言うのであり、あなたの舌で言葉を発するのではない。しかしながら、そこであなたはハムザ（アッラーフの「ア」）で息を止め、次いで心からのぼってくるハー（アッラーフの「フ」）でそれ（息）をはく。かくてあなたはこのようにアーフと言うのである。これは終局にある者たちの心を慰めるためであり、また初心の者たちの心を奮い立たせるtaḥrikためであり、また迅速に神の現前を実現する助けとなるためである。しかしながらズィクルを意図しているものはなんであれズィクルであること、あるいはどの言語でもアーフは（神の）名であること、が適切である場合、あなたがアーフは（神の）名であると意図することはなんの問題もない。しかしこれは別の問題である。まとめて言うならば、この階梯では彼らはアーフによる舌のズィクルではなく、このアッラーフで心のズィクルを意図しているのである。以下のことを知りなさい、彼らはこれが終わり、彼ら

の心のなかに愛の炎nār al-maḥabbaが燃え立ち、彼らの恍惚感wajdが増大し、ズィクルの熱が彼らの心をほとんど溶かすにまで至ると、彼らの心は慰められるであろう。また熱望shawqの熱も、三度または五度のラー・イラーハ・イッラ・ッラーハのズィクルによって、彼らの状態がそこに呼び寄せ彼らの心がそれに安らぎを覚えるような、そういうやり方でそれを唱えることで、穏やかになるのである。Muḥammad Nsyd(?) al-Shādhilī bi-Ṭanṭā, Safinat al-najāt al-marḍīya fī anāshīd al-sāda al-Shādhiliya al-Fāsiya, Cairo, n.d.,pp.272f.

### ●クシャイリー Qushayrī (d.465/1072 )のズィクル体験の分析

このズィクルに入るためには準備が必要であり、クシャイリーはさまざまな条件を述べる。現世を離れ、無一物となり、神の一性と聖法を守り、自己自身と着衣を常に清浄にし、そして神の道を歩みそれに専心している師匠の弟子にならなければならない。一方、師匠は、富よりも貧を、名声よりも謙遜を、他のなによりも神を、弟子が選ぶようにさせねばならず、またたとえ貧しき者が食物を摂ったとしても自分は摂らないように、たとえ貧しきものが言ったとしても自分は心にもないことを言わないように、たとえ修道場の仲間たちが休息しても自分は休みを取らないように、弟子をさせなければならない。これらの条件を弟子が充たして始めて、師匠は弟子を神の道へと導くのである。その際弟子が耳にするのは師匠からではなく、見るものはすべて神から来るのであると教える。そして「アッラーフ、アッラーフ、アッラーフ」と唱えるように言い、このズィクルに専念させ、ほかの何も見ず、考えないようにさせ、最低限の義務の他は何もやらせないようにしなければならない。

クシャイリーはこのようにズィクルの準備段階を述べ、つづいてズィクルの体験の記述に入るが、彼の記述によればこのズィクル体験の深まりは四つの段階に分けて理解することができる。

(一) 彼はこのズィクルを行なっていくと、最後にはこのズィクルによって、彼の意志の力に与えられた至高の神の助けにより、すべてのものについての知覚を失う。次いでそのズィクルによって自我の意識を失い、次いでそのズィクルによってそのズィクルの意識すら失う。ズィクルによってズィクルの意識を失う状態とズィクルの意識の現前している状態との間を長い間行ったり来たりする。すなわち或る時にはズィクルの意識を失い、或る時にはズィクルの意識が現前する。そして喪失と現前の繰り返しを通して、絶えず上昇して別の階梯に至るのである。

神秘家はこの第一の階梯に留まる間、口称のズィクルに専念し、最後には外的な世界と自分の我の意識との両方を消滅させるに至るのである。

(二) 次いで前のものよりも高貴な別の体験が彼に現われる。人はズィクルとそれに関わる様々な心的状態についての意識を失う。そしてこの消滅の後（に意識をより高い次元で回復した）持続（バカー）の状態に帰ってくると、彼には舌、耳、目の感覚は失われ、ただ心（カルブ）の内的感覚のみが残る。彼は舌でものを言うことは出来なくなるが、心で、知識とか瞑想という形ではない、明確にものをいうようになるのである。むしろそれまで舌でものを言っていたように、心でズィクルをするのである。

この階梯では外的な感覚を既に失っており舌でズィクルをすることは停止し、心でズィクルをするようになっていく。しかしこの段階ではまだ具体的な言葉のイメージが強く残されており、知識とか瞑想というような高次のものにはなっていないと解釈出来るであろう。その意味でこれは「心のズィクル」の初期の段階であると考えられる。

(三) その後、もし神が望み給うならば、しばらくして別の体験が彼を訪れるであろう。それは畏敬という点で前のものよりも高貴である。真実在の者（神）に近接していると思ひ込むような体験が畏敬から人に現われるのである。人は真実在の者のなかに消融し、そして消滅（ファナー）と持続（バカー）との間を行き来し、持続へと戻るたびに彼の心の表現は増し、ついには様々なズィクルに到達する。これらのズィクルは異なる舌で、またこれまで聞いたこともなければ心に思い浮かんだこともないような表現で、一度に彼の心に見出されるのである。これらすべてを彼の心の中に見出すことで彼は存在世界すべてが至高の神に対して時に応じて様々な表現でズィクルをしているように思ひ込むようになり、ズィクルが彼を圧倒しているために、彼の心から現われる彼のズィクルと存在世界のズィクルとの区別がつかなくなる。かくて彼はこれらのズィクルすべてを聞く。

この第三の階梯で神秘家は持続の状態に神の臨在を体験する。ここでは存在世界全体が変容しその世界は彼が行なうのと同じ様に神を賛美する一つの生命体になるのである。さらにここではズィクルに圧倒されることで自我と世界とを区別することもなくなるという。この心的状態は、神とではないが、自我を取り囲む存在世界全体との一体性を実現したある種の合一体験と理解することができよう。しかしここではまだ神はズィクルの唯一の対象としてのこっている。第二階梯と第三階梯で得られる体験は明らかに質的に違うものと思われるが、ともに心（カルブ）で起きるとされている点で両者は「心のズィクル」と特徴づけることができよう。

クシャイリーはさらに続けて述べる。

（四）そしてその後別の体験がまた現われるが、これは神秘道を歩いたことのない者が突然にこの体験をしたならば、至高の神への恐れゆえに死んでしまうようなものである。その結果その人は彼のなにも残っていないほどに消滅（ファナー）する。そして持続の状態に戻され、感覚の世界やその他についての心の様々な状態が彼から無くなり、彼に不可視界の神秘があらわれる。その人にはなにも残らず神のみがある。彼（神）は大海のようになって現われ、いくつもの流れは彼の定めに従って流れる。神のほかには誰も命を下すものはなく、この後、人には動きは全く無い。これ以前は彼に現われた体験によって動くということがあったが、今や彼に現われた大海が動くとその人も動き、また静まるとその人も静まるのである。彼はただ彼に現われたものに従って聞き、見、眺めるのであり、この状態の後には彼の人間性は何の力もなく、またそのズィクルやその様々な状態も何の力も無い。この力はただ至高の神である創造者のみがつ。

[S. Kamada, "A Study of the Term Sirr (Secret) in Sufi Laṭā'if Theories", Orient Vol.XIX(1983), pp.7-28参照。 鎌田「シーア派神秘思想とスーフィズム：その連続性とクルアーンの役割」『イスラームにおける知の構造と変容 - 思想史・科学史・社会史の視点から - 』小林春夫・阿久津正幸・仁子寿晴・野元晋編、早稲田大学イスラーム地域研究機構、2011年3月、263-271]

#### ●内面の構造 laṭā'if

nafs - qalb - rūḥ (Abū Ḥafṣ al-Suhrawardī)

nafs - dil - sirr - rūḥ - khafī (Simnānī)

nafs ammāra - nafs lawwāma - nafs muṭma'inna (qalb) - rūḥ -sirr (井筒『イスラーム哲学の原像』)