山下博司著『ヨーガの思想』講談社、二〇〇九年

保坂俊司

はじめに

本書は、現代のインド学を代表する学者の一人として旺盛な執筆活動を行っている東北大学の山下博司博士による、ヨーガに関する小さな百科全書と形容するに相応しい書物である。一般啓蒙書の体裁をとっているために、その記述は平易にして簡潔なものとなっているが、その内容はインド哲学者としての高度な専門性を備えている。しかも、山下博士は文献学的に偏りがちなインド学者とは異なり、自らヨーガを実践し、その体験を文化人類学的に分析するなどヨーガに関する総合的な視点を本書は備えている。本書は恰もミニ「ヨーガ百科全書」とでも形容すべきヨーガに関する総合的な書物である。

ヨーガブームへの警鐘

さて本書を貫く姿勢は、ヨーガの正しい理解と本来のヨーガの姿を、日本の読者に伝えることにある、と思われる。

というのも山下博士が本書を執筆する動機の一つに、ヨーガブームといわれる日本（勿論ヨーガブームは世界的現象ともいえるが）における「百家争鳴、悪く言えば混沌状態」（一五。カッコ内の数字は引用ページを表す。以下同じ）、その背景にある「（ヨーガの）本質を離れたヨーガの商品化」（九）、つまり「ヨーガ・イメージが商業主義と強く結び付く形で消費されている」（九）、つまり美容や痩身、あるいは肉体的な健康をヨーガの目的としている現在の業況にたいして、インド哲学者としての憂いが感じられ

る。というのも、筆者はヨーガ本来の目的を「『こころ』と『からだ』の相互関係を追求する体系である。精神を澄明にする過程で身体も健やかになり、身体を壮健にするプロセスの中で、魂の癒しも果たされる」（一二）と考えている。

このようなヨーガに対する基本的知識の欠如、あるいは一知半解のヨーガ理解が現在の「百家争鳴、悪く言えば混沌状態である」（一五）ことを筆者は危惧している。つまり、基本的なヨーガへの知識もなく、単なるブーム、つまり商業主義とヨーガが安易に結び付くことで、ヨーガ本来の効用がかえって疎外されることの危険性を指摘する。

つまり筆者は、サンスクリット語の知識はさておき、「伝統的ヨーガの基礎すらわきまえない人が、いっぱしのグルを名乗り、独りよがりのヨーガを説いたりしている。ヨーガと無縁なものをヨーガと称し、あるいは別個の独立した体系とヨーガとを、『フュージョン』の名のもとに無節操にまぜこぜにしている。ヨーガのじゅうぶんな知見や原語の最低限の知識すら欠く人が、独善的なヨーガの書物を著したり、外国語の専門書を翻訳したりしている。前者も問題だが、後者のほうも困りものである。……（ヨーガに関する書物が）氾濫とも呼べる状況のなかで、『本物』が多く混じっていることも事実である。しかし、玉石混淆のなかから、素人が『玉』を見分けるのはむずかしい。現代のヨーガをめぐる言説と実践は、諸説入り乱れて、まさに混沌たるありさまを呈している。……現代社会に満ち溢れる『ヨーガ』のなかには、真のヨーガの一部だけを切りとり、故意に誇張し、ホリスティックなヨーガのありかたを大いに歪めているものもあるように思われる。」（一七）との反省のもとに、「このあたりで原点に立ちかえってみる必要がありそうである。」（同）というのが筆者の基本スタンスである。

ヨーガの真の意味とは

では何故、このような思いに筆者が至ったのであろうか。その点を理解するには、現在のヨーガを巡る環境がヨーガブームに便乗した商業主義によるヨーガの濫用への危惧のみならず、さらにその先にまさに筆者が危惧する中途半端で独善的なヨーガ理解とその濫用に日本中を震撼させたあの「オウム真理教」の存在への反省があることは、明白である。この点を筆者は「ヨーガが特定の宗教と深い関係を築いてきたことは事実である。さらに悪いことに、オウム真理教による凶悪事件の記憶が『ヨーガ』にまとわりつき、ヨーガをカルト的宗教と結びついた『得体のしれない修行』とマイナス・イメージで捉える向きも依然として多い（……

しかしその運動は、ヨーガの本質とは正反対の方向に展開したというのが真相である。)」(二二五―六) と述べる。

つまり、筆者は本書において、インド哲学者として、またヨーガの実践者として、正しいヨーガ、ヨーガ本来の姿を日本の読者に伝えることを使命としているように思われる。

そのために、筆者はヨーガを「身体から心を解き放つ技の体系と見なす。」(二二六) とヨーガを定義することで、ヨーガが宗教の違いを超えて世界にあまねく受け入れられていること、さらに「現代的ヨーガは、むしろキリスト教圏で熱狂的に迎え入れられている」(二二六) と述べ、ヨーガへの日本の認識の転換の必要性を訴えている。

しかも、筆者のヨーガ観は、これに留まらずヨーガの実践を通じて獲得される精神世界が、世界各地で引き起こされている宗教紛争の解決にも大きな意味を持つことを示唆している。つまり筆者によればヨーガは「『通宗』、つまり宗教や宗派の別を超えたものであって、インドに興った宗教や思想は、ほとんどすべてが、多かれ少なかれこれを自己を深める方法として採用・援用している。」(二二七) としている。しかも、ヨーガは単にインドに興った宗教のみならずキリスト教にも、イスラーム教にも多大な影響を与えており、このヨーガを深めると「人間や存在そのものの表面的・表層的な差異よりも、共通性・不変性が見えてくる」(二三三) のであり、さらに「ヨーガは宗教の相違のみならず、異なる文化や民族集団の違いを克服する力と可能性を秘めている。(中略) フィットネス的なヨーガにとどまらず、そこから一歩進んで、深い瞑想を目指す段階にまで進むようになったなら、健康法のレヴェルを超えた心身の癒しも実現されようし、現代のさまざまな対立状況を克服する精神的な土壌が生まれるのではないかとおもわれる。」(二三三) として、単に精神世界に留まらず、広く世界平和に資する可能性を提言している。

筆者のいうヨーガの無限の可能性は、何処から生まれてくるのであろうか？　以下筆者の鳥瞰するヨーガ四千年の歴史を、考古学からインド哲学、宗教学、そして文化人類学と多元的な筆者のヨーガ探究を、簡単に紹介しつつ本書の書評とさせていただく。

本書の構成とその内容

本書の特徴は、前述のようにヨーガに関する事柄の殆どを、実に見事にカバーしていることにある。本書は第一章の「ヨーガの語源と関連用語」において、如何にも文献学を基礎としたインド哲学者らしい豊富な知識に裏打ちされた記述がなされている。この部分だけを見ても、本書の価値は十分ある。さらに第二章「イ

ンダス文明とヨーガ」においては、インド考古学や宗教学、さらには比較文明論など幅広い観点から前歴史時代（インダス文明の時代）のヨーガについて積極的な論考を展開する。この点でも山下博士の論述は、極めて明快かつ公正である。山下博士は、ヨーガの歴史に関する代表的な研究をその有効性と限界性を明らかにしつつ、文献学者として明快に論じられている。

しかし、山下博士がおっしゃるようにヨーガの起源やその初期段階を現時点で明らかにすることは難しいし、あまり意味のあることでもない。というのも、インド文明やその後のヴェーダ時代さらには本格的な文献が残されるウパニシャッド時代までは、その検討は少しの資料を基とした推測の域を出ないからである。その点で、第四章「ブッダとヨーガ」以下の章は、豊富な文献資料の検討からヨーガの歴史的な変遷を明らかにできるという点で、山下博士の論述も一層説得力を持つこととなる。特に、第五章「『ヨーガスートラ』と古典的ヨーガ」と第六章の「ハタヨーガとクンダリニー」の章は、インド哲学者としての山下博士のヨーガ思想への深い理解と簡潔な解説により、ヨーガ思想の真髄に触れることができる。

さらに本書の特徴でもあり、山下博士の学問領域の広さを表すのが、第七章「近代のヨーギンたち」と第八章の「現代のヨーギンたち」第九章「ヨーガの今」である。つまり第七・八章では、近現代における高名なヨーガ業者の生涯や思想を簡潔に紹介し、さらに第九章では、自らのヨーガ体験を踏まえつつ、現在世界的に展開するヨーガ事情を鳥瞰している。しかも熟達した文化人類学者の鋭い目によって、それらが批判的に記述されている点が、本書の際立った特徴となっている。

しかし、本書の特徴は此処に留まらない。最終章として「おわりに」において山下博士は、ヨーガの宗教性について、「ヨーガは宗教か」と根源的な問いを発し、それに対して「ヨーガは偏狭な排他性・排外性とは無縁である」（二二七）との基本スタンスを示し、インドのイエズス会士アーナンド・アマラダース神父の「瞑想（ここではヨーガのこと＝引用者注）は個の極みであり、精神的体感です。瞑想はさらに、祈りを高め、自身の心を悟らせてくれます。（中略）この深遠なる修練は、座って瞑想しているときだけでなく、一日中どこでも楽しむことができます。」（二三二）あるいは「ヨーガは、いかなる宗教、いかなる思想信条とも矛盾、対立しない」（二二八）とのインド人のプロテスタント信者ラリータ・マニュエル女史らの興味深い言葉を通じて、ヨーガが宗教を超えて受け入れられている事実を紹介する。その上で、ヨーガは「既成の宗教宗派の別を超えたところに拓ける認識の地平に

われわれを誘ってくれる」（二三三）との筆者のヨーガ観を提示する。

まとめ

筆者は宗教・経済・政治体制・さらには性差別等々、人間の日常レヴェルでの差異により生み出される紛争の根本的な解決の手段としてのヨーガの可能性をここに提示する。

以上のように筆者のヨーガ理解は歴史的にも、また空間的にもそして何より正しいヨーガ紹介を通じて人類の幸福に寄与しようとする点に、同じインド学者として感動を禁じえない。

最後に、多少の要望を述べさせていただくならば、「おわりに」において検討された「宗教」とヨーガの関係に関して、宗教そのものの検討が、より深くなされると本書の意図も一層明確となったのではないか、と考える。又、日本人にも親しみのある仏教との関係についても多少の言及があると、より身近に感じることの出来る読者も多いのではないか。

いずれにしても精神世界の荒廃著しい昨今の日本社会にあって精神を鍛錬するヨーガの世界を鳥瞰する本書の存在は貴重である。多くの人々に是非一読を願いたいものである。