



キリスト教とヨガ

by Sherif Michael (Reap the Harvest)

「すべてを吟味して、良いものを大事にしないさい。
あらゆる悪いものから遠ざかりなさい。
どうか、平和の神御自身が、
あなたがたを全く聖なる者としてくださいますように。
また、あなたがたの霊も魂も体も
何一つ欠けたところのないものとして守り、
わたしたちの主イエス・キリストの来られるとき、
非のうちどころのないものとしてくださいますように。
あなたがたをお招きになった方は、
真実で、必ずそのとおりにしてくださいます。」

1 テサ 5:21-24

ヨガは、中央アフリカ、ロシア、オーストラリア等、洋の東西を問わず浸透しており、ヨガ教室の広告は大学の掲示板から、健康食品の専門店、ロサンゼルスビジネス街にある高層マンションのエレベータ、そしてYMCAの体操教育に至るまで、あらゆる所に貼られています。しかしヨガを単なるエクササイズとして片付けてよいのでしょうか？

ヨガの体位（アーサナ）に関し、スワミ・ヴィヴェーカーナンダは著書の『ラージャ・ヨガ（王者のヨガ）』で「一連の精神的・肉体的鍛錬は、一定の高位につくまで毎日続けられる。新しい神経の流れと新しい種類の霊気が生まれ、全組織・全構造があるべき姿に再構築されていく」と述べています。

フランス人ヨガ研究者であるアラン・ダニエルの『ヨガ — 再統合のために』では、ヨガを行う真の重要性は「霊的肉体を引き出すことを目的に、物理的に汚れた体を制御するプロセス」にあると指摘しています。霊的肉体は、非常に複雑であり、物理的な汚れた体と関連している7万2千本もの脈間（nadis）から成るとされています。霊的肉体と物理的肉体はチャクラと呼ばれる7つのエネルギーセンターに接続しています。

チャクラは、個人の意識を制御する場所と信じられています。様々なヨガのポーズをして脊椎を動かすことにより、霊的肉体からのエネルギーの流れが良くなり、個人の意識が変わると信じられています。クンダリーニ・ヨガやハタ・ヨガでは、体位や呼吸法により、直接チャクラを操作します。

体よりも心が優位に立つと信じるマントラ・ヨガも、マントラをくり返し唱えることで個人の意識を変化させることを説いています。このマントラは、マハリシ・マヘーシュ・ヨーギーのグル（師）である「グル・デーブ」が生み出したもので、「神々の好む名前」のマントラです。声を出さずあるいは声に出して、数時間もマントラをくり返すことにより、意識の変化が生まれます。

ヨガは、東洋宗教の形而上学と密接な関係にあり、単なる心身のリラクセスといった簡単なことでは片付けられません。ヨガの目的は、ヒンズー教の目的と同じ「梵の実現」です。『超能力とオカルト』（クリフォード・ウェルドン、ジョン・ウィルソン共著）では「ヨガを物理的に経験することは、肉体を物理精神的変化に準備させることにあり、それは、人間の意識や存在の中に梵の実現を投入する重要な変化を含んでいる」とあります。となれば、ヨガの実践とその理論を別に考えるのは無理な話です。ヨガの実践とその理論をきちんと区別することは難しく「私はヨガをやるけれど、ヒンズー教とは関係ない」と言う発言は、筋が通っていません。

カリフォルニア州バークレー市にある宗教関係研究団体「**Spiritual Counterfeits Project**」発行の書物では、ヨガと東洋宗教の関係をこう説明しています。「ヨガを実践し、その物理的側面の一部に触れることで、『美しい体を作る』といったブルジョア階級の世俗的幻想は一時的に満たされるかもしれない。しかし、ヨガの実践が東洋宗教的形而上学とは決して切り離せない事実は歴然としている。ヨガの実践とインド形而上学は相互依存の関係にあり、どちらかだけを取ることは不可能なのだ。」

近代ヒンズー教で最も普及しているシャンカラでは、雨粒を個人の魂、海を普遍的魂のシンボルとしています（イサム・ヤマモト「SCP ニュースレター」より）。「雨粒が海に吸収されていく事実は、個人が非個人的宇宙に吸収されていくことを象徴している。人間は悟りを開くと、そのアイデンティティを失い、すべてを包容したひとつのまとまりになる。吸収されることこそ、一元論的ヒンズー教の目的である。

仏教では、ろうそくの光で個人を表す。それは、孤独の闇の中で揺らめく命の光を意味し、熱心な仏教徒は、自らの手でその光を消すことを目標とする。彼らが求めるのは単なる肉体の死ではなく、『物理的・霊的人生から我々を解き放つ死』である。」〔5〕

アース・ハーベストのウェブサイトの著者は、マントラ・ヨガ、ハタ・ヨガ、クンダリーニ・ヨガの実践にかなりの経験があり、その詳細に精通し

ています。ヨガをすることで、確かに意識の変化は得られます。しかし、ヨガの練習を積むにつれ、その影響が抑圧的なものになり、自分と外界とを遮断するようになります。

感覚入力が増し、外からの刺激へ過剰反応をするようになり、過度の心配や不安に襲われるようになりました。ヨガの体位を取りながら瞑想をする集中講座を取った時など、何度か気を失っただけでなく、1時間半も意識が戻らないこともありました。意識が戻っても、それだけの時間が経ったという感じもせず、また何が起きたかも全く覚えていないという状況です。

こうした経験から、私はドアが閉まる音、ジェット機や車の騒音など、些細なことで取り乱すようになりました。瞑想やヨガから来るこうした経験の多くは、典型的な不安障害の症状に似ています。（症状の詳細は、パニックアタック等に代表される不安障害に対する非医療的アプローチを取り上げた有名なオーストラリア人医師のクレア・ウィークスの『あなたの神経を救うには』に詳しく書かれてあります。）

瞑想やヨガは、多くの場合、不安障害の原因となります。私の場合、瞑想やヨガにより、非現実的意識や精神分裂、鬱症状を経験するようになりました。いわゆる「意識が高まった」状態は、神経が極端な鋭敏状態にあることを指すのであり、精神安定剤の使用者が感じるような、非現実感を生み出します。

ヨガは害のない、健康的エクササイズという仮面を被って、社会に広がっていますが、現実とはまったく違います。「ヨガの鍛錬を誤解することが、死や精神異常を意味するとなれば、ヨガは単なる冗談で済まされることではない。（呼吸法に）誤りがあれば、その人は即死の危険にある。」〔6〕

ヨガの鍛錬における「わずかなミス」でも失神、トランス状態、精神異常等に陥ることがあります。スワミ・プラバーヴァナンダのヨガおよび神

秘思想では、誤ったヨガの鍛錬により、脳損傷、治療不可能な病気、精神異常等が起きる可能性がある」と警告しています。

散歩や絵画鑑賞、スポーツ、外食、休暇など、ヨガ以外にもたくさんのストレス発散法があります。また堅強な肉体は、ウェイト・リフティングやジョギング、水泳などで作ることができます。

前出の『超能力とオカルト』では、「ヨガやオカルトの書物が証明している通り、ヨガは正真正銘のオカルト主義である」〔7〕とあります。オカルトの能力は、ヨガの鍛錬から得ることができ、またオカルト主義の危険は多くの研究や書物で指摘されています。〔8〕 ヨガ学者でありサンスクリットの権威でもあるミシュラは「最後に、それに気づいているかいないかは別にして、超能力者による警察への捜査協力や神秘主義、そしてオカルト主義の裏に、ヨガのシステムがあると言えるであろう」〔7〕と言っています（カート・コッホはオカルト主義に伴い、時には自殺に通じる不安症や鬱病について、何冊もの著書があります）。

聖書には、「神である主は、土地のちりて人を形造り、その鼻にいのちの息を吹き込まれた。そこで、人は、生きものとなった。」（創世記 2：7）とあります。人間は神によって造られた、神とは違う生き物です。人間は、神のひとり子、受肉した神であるイエス・キリストを受け入れることで、生ける神との関係を持つことができます。ヒンズー教では、ヨガにより、意識を高いレベルに上げることで神そして梵とひとつになることができると、仏教では火を消すように、人はその個性を殺すことができると教えます。しかし聖書は違います。聖書は、人間が神になれると主張するヨガやその他のいかなるシステムについても、認めていません。

神は人間とは全く違う存在ですから、自らの行いによって神に近づくことはできません。アダムとイブの犯した原罪により、人間には致命的欠陥ができました。人間は罪の内に生まれているのです。しかし人間を心から愛している神は、贖いの計画を立てています。人間の罪を贖うために神が人間となり（ヨハネ 1：14）、完璧な生贄として捧げられたのです。罪が

ないのは神だけです。このため、完璧な生贄は神ご自身でなければなりません。神の救いの計画であるそのひとり子を信じることにより、人間は神の臨在の内に永遠の命を持つことができるのです。地上の肉体は死と共に消え去り、代わりに永遠の体が与えられます。人間は神になることも、神とひとつになることもありません。救いは神の恵みによって与えられる無償の贈り物であり、誰かの努力によって手に入れられるものではないのです。

ヒンズー教も仏教も、輪廻転生を信じています。カルマを打ち破るため、あるいは現世への思いを断ち切るため、人は輪廻転生します。ヨガを通して意識を高めることによるのみ、また現実世界（「空想のベール」）を貫くことによるのみ、人は梵とひとつになる、あるいは命の火を消し、ニナーバを得ることができるというのが、こうした宗教の教えです。

しかし聖書では、「人間には、一度死ぬことと死後にさばきを受けることが定まっている」（ヘブル 9：27）と教えています。キリストを受け入れることは、善、喜び、清廉の源である世界の創造主、個性を持つ神を受け入れることです。キリストを受け入れた人には、裁きはありません。キリストを全く知らない人は、神は完全な公正を持って彼らを裁きます。しかし、キリストを知りながらそれを拒否した人々は、イエスが何度も警告している、神が存在しない場所（＝地獄）で永遠の苦しみを過ごすこととなります（マルコ 9：48）。

ヨガはより良い人生や健康への万能薬ではありません。ヨガは、人が神になろうとするシステムです。ヨガをはじめとする人間の行い、鍛錬、努力は、神の正義の前では汚れたぼろ雑巾のようなものです。なぜ、幻想の奴隷になって一生を過ごそうとするのですか？輪廻転生から抜け出ることを望み、何時間もの時間をヨガと瞑想に費やすのですか？人間は、決して神にはなれません。アダムの罪により、人には死が定められています。死ぬ運命にある人間が、自分を神どころか天使と比べることすら、無理な話です。ダニエルは大天使ガブリエルを見た時の様子をこう書いてます。

「私が目を上げて、見ると、そこに、ひとりの人がいて、亜麻布の衣を着、腰にはウファズの金の帯を締めていた。そのからだは緑柱石のようであり、その顔はいなずまのようであり、その目は燃えるたいまつのようにあった。また、その腕と足は、みがきあげた青銅のようで、そのことばの声は群集の声のようであった。この幻は、私、ダニエルひとりだけが見て、私といっしょにいた人々は、その幻を見なかったが、彼らは震え上がって逃げ隠れた。私は、ひとり残って、この大きな幻を見たが、私は、うちから力が抜け、顔の輝きもうせ、力を失った。」（ダニエル 10：5-8）

人間が神になる必要はありません。神の方から、その手を私たちにに向けて伸ばしています（黙示録 3：20）。私たちに必要なのは、その手を取ってイエスを受け入れるという決断を下すことだけです。ごくシンプルな言葉で、自分の人生の主となってくれるよう、イエスに頼んで下さい。そうすれば、聖霊があなたの心に入り、平和、喜び、自信や確信が与えられます。その時になって初めて、あなたは自分の古い殻を打ち破り、神を知ることができるのです。

参考文献

- [1] Colin Weightman and Robert W. McCarthy , A Mirage from the East (Adelaide, Australia Lutheran Publishing House, 1977, p.8
- [2] B.B. Warfield, Biblical and Theological Studies (Philadelphia Presbyterian & Reformed, 1952), p. 455
- [3] Herring, Michael, Succeed With Solomon's Principles , Winepress Publishers, Enumclaw, Washington, 1998, p.175-176
- [4] Unger, Merrill, What Demons Can Do To Saints. Chicago Moody Press, 1991)
- [5] J.Isamu Yamamoto, SCP Newsletter , March-April 1983
- [6] Rieker, The Yoga of Light (Los Angeles Dawn House) 1974, p. 135
- [7] R.S Mishra's Yoga Sutras and Fundamentals of Yoga , J. Brennan's Astral Doorways and H. Chaudhuri's Philosophy of Meditatio
- [8] K. Koch's Christian Counseling and Occultism