

スピリチュアリティ（靈性、精神性） spirituality

松本孚（スピリチュアル非暴力紛争解決）

MATSUMOTO, Makoto (Spiritual Nonviolent Conflict Resolution)

はじめに

「スピリチュアリティ」という概念は、21 世紀の「最もつかみ所のない心理概念」と言われるように、非常に多様な説があり、いまだ統一された見解に至っていない。いま心理概念と書いたが、心理概念かどうかについても議論のあるところである。特に実証主義的傾向の強い行動主義心理学などにおいては、「形而上的すぎる」と言われ、心理学の分野から排除されてきた歴史もある。なお、1998 年 WHO の執行理事会で、健康の定義に「スピリチュアル」の概念を追加する提案がなされたが、各国の解釈に幅があり議論も多岐に渡ったため、結局、翌年の WHO の総会において提案の採択は保留となった。この提案は日本でも紹介され、やがて「スピリチュアリティ」は多くの人々の関心事となった。

スピリチュアリティという用語とその語源的背景

スピリチュアリティという用語についても、英語の spirituality を日本語に訳すときに、様々な訳語が生まれている。例えば、初期の「トランスパーソナル心理学/精神医学会」では、「靈性」と翻訳されていたが、2003 年頃から「スピリチュアリティ」とカタカナ書きするケースが多くなった。その他、分野や研究者などによって、「精神性」と書く場合や、「たましい性」と呼ぶ場合もある。

英語の spirituality の語源は spirit であり、この spirit から派生した転義的意味を表す言葉として spirituality があり、ここでの KW スピリチュアリティもその意味から説明する。そして、その元来の意味は、「息」、「風」、「活力」、「魂」だったと言われている。一方、この「息」、「風」、「活力」などを意味するギリシャ語に pneuma（プネウマ）という概念があり、その pneuma の中国語訳が「元気」となっているのである。しかも、この「元気」の定義の中には、「気体の混沌以前の世界」とか「精妙な気体」、また「人々の靈（spirit）」、「靈的力」といった意味が含まれている。

スピリチュアリティの捉え方と定義

現在、多様な定義を持つスピリチュアリティではあるが、その定義の中身は、まず二つに大きく分けて整理することができる。一つ目は、スピリチュアリティが、人間だけに存在すると捉えるか、少なくとも人間に由来するスピリチュアリティについてのみ述べている定義である。そして二つ目は、人間以外のものにもスピリチュアリティが存在するという考え方による定義である。

(1) 人間中心のスピリチュアリティ

人間中心のスピリチュアリティは、現代社会や日本などにおけるスピリチュアリティの捉え方を前提にして、主に初期のトランスパーソナル心理学やトランスパーソナル精神医学の立場に基づいて、以下のように理解されている。すなわち、「スピリチュアリティ（霊性）とは、人間に本来的に備わった生の意味や目的を求め無意識的欲求やその自覚を言い表す言葉である」（安藤、2001）。ここでの「生」は、そのまま「死」と言い換えることが可能であり、「自覚」は、態度、行動、洞察、価値観などを表したものであり、「宗教意識」や「死を超える希望」も含め、個人性を超えた（トランスパーソナルな）特徴を持つ意識である。

ケン・ウィルバーによれば、スピリチュアリティの定義は、少なくとも次の四つに分類できるという。一つは、マズローの至高体験のように、年齢や意識の発達段階に関係なく生じる意識の変容状態を、スピリチュアリティとする。二つ目は、修行などを通して達成される意識の発達ラインにおける最高の状態（例えば悟り）をもってスピリチュアリティとする定義であり、簡単には覚醒できない境地である。三つ目は、様々な発達ライン（言語的表現、音楽的表現、スポーツ能力等々）の中で、「意識の自我発達」という独立したラインである。例えば、未熟な自我の段階である「前個」（プレパーソナル）から、大人の自我の段階である「個」（パーソナル）を経て、自我を超越した自己である「超個」（トランスパーソナル）へ至るプロセスを含む一連のラインを、スピリチュアリティとする定義である。そして四つ目が、一般によく使われる考え方で、博愛的とか、信頼に足るなどの高次の態度、姿勢、人格などをスピリチュアリティとする定義である。

しかし、スピリチュアリティは、高度な認識能力等を持つ人にもみ存在しえるものなのか、という批判は興味深い。伊藤は、「人は、究極的な意味、目的、超越を探し求めることを通して、自己、家族、他者、コミュニティ、社会、自然、大切にすべきもの、神聖なものとの関係を経験する。」（Puhalski et al, 2014）というスピリチュアリティの捉え方に対し、例えば、認知機能の障害、発達障害、精神疾患など、スピリチュアリティを理解するのが困難な人々は、究極的な意味や目的を探求できないからスピリチュアリティに触れ

ることができないとして良いのか、と問う。

この問いは、人間という種だけにスピリチュアリティはあるのか、という問いに敷衍できよう。

(2) 万物のスピリチュアリティ

「人間以外にもスピリチュアリティは存在する」という考え方は、主に後述する霊的健康（スピリチュアル・ヘルス）を追求する立場からのものである。

かつて鈴木大拙は、その著書「日本的靈性」において、「靈性とは、物質と精神の両方を成り立たせる土台である」と述べている。また、全人類の深みに潜む聖なるものである「アニマ（Anima）」を「靈性」と捉えるならば、アリストテレスは、植物、動物、人間の三段階のアニマが現存すると明言している。また、「プネウマ」の中国語訳である「元氣」の「氣」は、コディントンによれば、「あらゆる細胞に生命を与える本質的、始原的エネルギー」であり、ヒポクラテスが「自然治癒力」と呼び、メスメルが「動物磁気」と呼んだ正体不明の「生体エネルギー」である、とも言われている。

こうした立場から、尾崎は、人間だけでなく、動物や植物さらには鉱物や気体などの無生物も含む森羅万象全てに存在するスピリチュアリティとして、これを「全体的靈性（holistic spirituality）」と定義している。また広義の霊的平和（スピリチュアル・ピース）を追究すれば、「多様性」、「超越性」、「一体性」、「調和性」という概念を使って、次のように定義をすることができる。すなわち、「全体的靈性（ホリスティック・スピリチュアリティ）とは、かけがえのない多様な万物を創造し（多様性）、それによる多様な境界を、共鳴や共感によって超越し（超越性）、一つに繋げ（一体性）、多様でありながら同時に一つでもあるという性質（多一性）を持ちながら、各々においても全体においても何らかの良い方向に向かおうとする（調和性）ところの、目に見えない大いなる何かによる様々な状態を含むプロセスであり傾向である」（松本、2016）。

最後に、スピリチュアリティという概念は多様で幅広く、各専門分野で別々に研究するだけでは理解困難であるため、多様な分野とそれを統合する総合人間学のような共同研究が必要である。さらに、スピリチュアリティのような現象自体が複雑だから単純な分析だけでなく、それを複雑なまま捉えることができるような実践的経験に基づく研究方法が必要と思われる。例えば、自然治癒力の研究などがそれに該当するのではないだろうか。

参考文献

- 安藤治（2001）「心理療法と靈性 — その定義をめぐって」『トランスパーソナル心理学／精神医学』2(1): 1-9
- 伊藤高章（2021）「「スピリチュアリティの定義」をめぐって—スピリチュアルケア理論

- 構築に向けての序説』『死生学年報』17: 41-60
- ウィルバー, ケン (2004) 『統合心理学への道』、松永太郎訳、春秋社
- 尾崎真奈美 (2007) 「時空を超越したスピリチュアルヒーリングとメタレベルとしてのスピリチュアルヘルス」『トランスパーソナル研究』9: 33-42
- コディントン, メアリー (1981) 『生体エネルギーの反撃』、森沢真理訳、ユニバース出版社
- 鈴木大拙 (1972) 『日本的靈性』岩波書店
- 中谷敬子・島田涼子・大東俊一 (2013) 「スピリチュアリティの概念の構造に関する研究－「スピリチュアリティの覚醒」の概念分析－」『心身健康科学』9(1): 37-47
- 服部英二 (2015) 「聖性と靈性の変遷－地球倫理の構築に向けて」『スピリチュアリティと平和』、鎌田東二編、ビイング・ネット・プレス: 160-180
- 松本孚 (2016) 「「全体的靈的平和 (ホリスティック・スピリチュアル・ピース)」概念の提唱」『トランスパーソナル心理学／精神医学』15(1): 23-42
- Puhalski, C.M. et al. (2014) “Improving the spiritual dimension of whole person care: reaching national and international consensus” *Journal of Palliative Medicine* 17(6): Special Reports. (<https://doi.org/10.1089/jpm./2014.9427>)