

臨死体験に見る人生の意義（人生学 第9回）

高 橋 清 隆

はじめに

立花隆さんの『臨死体験』（上下2巻，文藝春秋，1994年9月20日。初出は、『文藝春秋』1991年8月号～1994年4月号）は，私にとって貴重な本です。『万葉集』の巻2の一四八番歌，一六〇番歌，一六一番歌の論文を書くために資料を集めていたのですが，万葉研究者の論文では，あの世や臨死体験に関する考察が不十分のように思われ，それらに関するより専門的な資料を求めていたのです。とって，宗教的な立場から書かれた本は，その宗教に重きを置き過ぎていて違和感がありました。そういう時に出会ったのが，立花隆さんの『臨死体験』だったのです。そこで立花隆さんは，臨死体験は，あの世が存在する証拠となるのか，それともそれは脳の作用による幻覚なのか，結論を出していません。また，その著書の中で採り上げられている多くの臨死体験・不思議体験に対して安易なコメントは書き加えていません。もちろん，特定の宗教の立場にも立っていません。そのため，先入観なしに，多くの事例に触れることができましたし，その後くり返し読んだのですが，そのたびに新しい発見があるのです。また，臨死体験の分野の基本的な研究を網羅していて，この本から，精神世界の分野の優良な著作をたどって行くことができたのです。

今回は、『臨死体験』の第九章「オメガ・プロジェクト」で採り上げられている，バーバラ・ハリスさんの臨死体験から，人生の意義の一側面を考えたいと思います。

バーバラ・ハリスさんの臨死体験については，そのものの題の，バーバラ・ハリス著，立花隆訳『バーバラ・ハリスの臨死体験』（講談社，1993年8月。講談社＋α文庫，1998年4月20日）も出ていますし，それも読みましたが，立花隆さんがインタビューしている『臨死体験』の方が，人生の意義がよりわかりやすく伝わってくるため，そちらを中心に考えることにしました。

1 臨死体験の概要

バーバラ・ハリスさんが臨死体験をしたのは，その二年前から患っていた背中中の脊椎の手術をして二日後のことでした。「突然，血圧が急激に低下して，私は死にかけました。血圧が三十ミリくらいまで落ちて，まわりで大騒ぎしているのが，ぼんやり聞こえました。私の体にいろんな医療機器が装着されました。私は、『いや，いや！ もう放っておいて！ 死なせてちょうだい！』と叫んでいましたが，そのうち気を失ってしまいました」（『臨死体験』上巻，274ページ。以下，ページ数のみ）。臨死体験時，バーバラさんは，アメリカ在住の32歳，デトロイト郊外に住む大金持の重

役夫人でしたが、以下に述べるように、それまでの人生は満たされたものではありませんでした。また、臨死体験は、その人の宗教や文化的背景も重要になるのですが、バーバラさんの両親はユダヤ教、バーバラさん自身は無神論者でした。「私は神が存在するなんて思っていませんでした。この世に存在しているものが全てだと思っていました」(273～274ページ)。

そして、臨死体験をするのですが、その部分を引用します。

そのころは、死ねば無になると思っていました。しかし、こんな苦痛が続くよりは死んだほうがましだと思っていました。気を失ったのはその夜の事です。目をさますと、自分が病院のホールにいるのに気がつきました。あたりには誰もいませんでしたが、私はこれはまずいと思いました。こんな重病人が夜中にホールに出歩いているところを見つけれたら大変です。急いで部屋に戻らなければと思いました。ふと気がつくと、私の目の前にスピーカーがありました。このスピーカーは、ホールの天井にあったスピーカーと同じだと思って、あれ、変だなと下を見下ろすと、自分が空中に浮いていることに気がつきました。病室に戻ると、サークルベッドがあつて、私がそこに寝ているのが見えました。私は体中にチューブのようなものをつけて、いろんな医療機器につながれて、見るも哀れな格好をしていました。しかし、なぜかそれがおかしくて、一人でクスクス笑ってしまいました。私の体はみじめでしたが、私自身は気分は晴々としていました。久しくこんないい気分を味わったことがないと思いました。(274～275ページ)

そして、その臨死体験の中で、14年前に死んだ祖母に会い、「祖母の中にある私の記憶が全部伝わってきました。私の中にある祖母の記憶が、祖母に伝わっていくのがわかりました。二人の記憶が合体して、私たちは心が一つになりました」(275ページ)、「言葉なしで、全部わかりあったのです」(276ページ)という体験をします。

これがバーバラさんの1回目の臨死体験ですが、人生の核心に触れる体験は、それから1週間後の2度目の臨死体験でした。

2 人生は泡？

2度目の臨死体験では「また体から脱け出し、暗闇の中に入りました。見おろすと、私がサークルベッドに寝ていました」(276ページ)というところまでは前回と同じなのですが、「しかし、今度はそれが泡の中に入っていました」(276～277ページ)という違いがあらわれます。立花隆さんが「泡というのは？」と聞くと、バーバラさんは答えます。

大きなしゃぼん玉みたいな泡です。暗闇の中をただよっていくと、またちがう泡が見えました。今度はその中に赤ちゃんの私が見えました。そっちに近寄ってみると、赤ちゃんは泣いていました。ふと気がつくと、あたり一面に何千何万何億という泡がただよっているのが見えました。その一つ

一つの中に、いろんな私がいるのです。私の人生のすべてが、その数えきれない泡の中にあるのです
(277ページ)

すべての人の臨死体験がこうになるというわけではありません。けれども、人生の様々な体験が一つの泡として存在し、それが無数にあるというのは、人生とは何かということの一つのヒントになっているように思えました。

続けて、立花隆さんが「その泡の中の自分というのは、写真のような静止画として見えるのですか。それとも動いているのですか」と質問すると、バーバラさんは答えます。

動いているんです。そして泡の中に入っていくと、そのときの自分が再体験できるんです。無数の泡を前にしているとき、私は自分のそばに神さまがいると感じました。神さまなんて信じていたのは、5、6歳のときまでで、その頃は全然信じていなかったのですが、でも、神さまはそこにいました。もっとも、子供のときに想像していたように、神さまは白いひげを生やしたおじいさんの姿はしていなくて、ただ、エネルギーというか、パワーというか、形のないものなんです。しかし、それが神さまで、そこにいるというのは感じとれるのです。そして、神さまの助けによって、私は自分の人生を再体験していったのです。そして、一つ一つの場면을再体験しながら、ああ、そうだったのか、そうだったのかといろいろ納得しました
(277～278ページ)

3 ああ、そうだったのか

人生の再体験というのは、臨死体験でなくても、事故等から奇跡の生還を遂げた人の体験談として聞いたことがありました。例えば、高い所から落ちて行く数秒の間に、それまでの人生で体験したことが一度に通り返けて行くと、時間的にはあり得ないことを話す人がしばしばいるということとは知識としてありました。

ところが、バーバラさんの臨死体験は、私がそれまでに持っていた知識と少し違うところがありました。バーバラさんが「子供のとき私は親から見捨てられ、虐待を受けていました。少なくともそう思っていました」(278ページ)と言い、母親が病院通いでいつも家をあけていたこと、家にいる時の母親にはいつも叩かれていたこと、父親はそれを助けてくれなかったことを語ります。いわゆるアダルト・チルドレン的な生育歴がバーバラさんにはあったのです。

その次の「そういう場面が泡の中に出てくるんですか」という立花隆さんの質問に対する答えは、当時の私にとっては驚くべきものでした。

「ええ。そしてそれを再体験するのです。だけど、今度は子供のときとちがって、自分の気持ちだけでなく、親の気持ちもわかるのです。母も、病気が苦しかったり、いろんなことがうまくいなくて、情緒不安定になり、むしゃくしゃしていたのだということがわかりました。それに、母は自

分自身が子供のとき、親に虐待されて育ったので、子供を叩くということは、当たり前のことだったのです。母が私をぶっている場面を再体験すると、そのときの自分の気持ちだけでなく、そういう母の気持ちも伝わってくるのです。私も犠牲者だったけど、母も犠牲者だったんだということがわかりました。母は私を虐待するつもりじゃなかったんです」

（立花隆さん）「その再体験というのは、映画かテレビを見ているようなものなんですか」

「いえ、その泡の中に入って当時の場面をそのままに再体験するんです。ですから、現実そのままです。その場面のにおいまでよみがえってきます。それだけでなく、その場にいる人全員の気持ちがわかるんです。愛情、喜び、哀しみ、苦しみ、何でもわかります。外面的にでなく、その人の内面からわかるんです。それで、ああ、そういうことだったのか、と事情がわかって納得することがずいぶんありました。それから、自分のそのときの気持ちも客観的によくわかるんです。私は子供のころからずっと、自分はダメな人間だ、悪い人間だと内心思っていたんですが、本当は自分がとても愛情が深い、いい人間なんだとということがわかりました。それで、みんなを許せるようになったし、自分も許せるようになったんです」

（278～279ページ）

これが本当だとしたら、「人にしてもらいたいと思うことは何でも、あなたがたも人にしなさい」（『新共同訳 新約聖書』マタイによる福音書 第7章第12節より）は、より現実的な意味合いで言われていることになります。これは聖書から引用しましたが、同じような内容の言葉は、仏教でもイスラム教でもヒンズー教でも、その他多くの宗教でも述べられています。

つまり、誰かをいじめたとしたら、死後、いじめた自分の立場だけではなく、いじめられた人の立場でも体験することになります。誰かを殺したとしたら、殺した自分の立場だけではなく、殺された人の立場、殺された人の親族や友人の立場、その殺人事件を知ったまわりの人や社会全体の立場も、必要なら体験することになるのです。

ですから、自分が得をするために隠し事をしたり、ずるい事をしても無駄だということになります。犯罪を犯して逃げおおせれば得ということは、あの世から見ればありません。早く捕まって反省して人生を転換した方が、その後の展開を考えれば、はるかに得です。また、裁判で勝ったとしても、ずるい意図があるなら、すべて知られてしまうということになります。

4 アダルト・チルドレンからの解放

親に叩かれて育った人は、バーバラさんが「子供のころからずっと、自分はダメな人間だ、悪い人間だと内心思っていた」と言っていたように、自己評価が低い人がほとんどのようです。自分が叩かれたり、親の仲が悪かったりするのには、自分のせいだと思ってしまうのです。客観的に見れば叩く方が悪いとわかるのですが、叩かれる子供は、自分が悪いから叩かれると思い込み、自己評価を下げ、その後の人間関係がうまく行かなくなりがちになるようです。

バーバラさんは、そういう意味では、典型的なアダルト・チルドレンです。そこから抜け出すの

は容易なことではありません。自分に下した自己評価の低さは、一朝一夕に出来上がったものではないのです。

しかし、バーバラさんは、幼い頃の自分を体験し、さらに客観的に観察し、しかも、自分が低い自己評価を構築した時の両親の状況を、文字通り丸ごと体験して、「本当は自分がとても愛情が深い、いい人間なんだ」ということがわかりました」ということになり、「それで、みんなを許せるようになったし、自分も許せるようになったんです」というところまで行き着きます。

これは、驚くべきことです。アダルト・チルドレンから解放されるのは、一般的には大変な困難を伴うことが多いのです。

もし、臨死体験が、脳による幻想であったり、自分が望んでいるものだけ見るとするならば、このようなことが起こり得るでしょうか。

5 人生の理解

さて、再びバーバラさんの臨死体験に戻ります。先の部分に続けて、バーバラさんは次のように述べています。

見ている私は、意識だけの点のような存在で、形は何もないんです。肉体を持っているのは、泡の中の昔の自分です。しかし、その肉体を自分の肉体のように感じる事ができるし、その感情の動きを自分の感情のように感じる事ができるのです。それはとても不思議な体験でした。いろんな泡の中の自分をみて、自分の三十二年間の人生のすべてを再体験して、そしてそれによって、私はすっかり人間が変わりました。自分という人間を見る見方が変わり、他の人を見る見方が変わり、人生というものが、すっかり変わって見えてきたのです。なぜ私がこの世に生を受けたのかわかり、生きる喜びでいっぱいになりました。死にたかった自分が嘘のようで、生きよう！ 生きたい！ と思いました。

（279～280ページ）

私たちは、肉体を自分そのものと思うことが多いようです。けれども、精神世界の分野からすれば、肉体は仮のものであり、私たちの本体はエネルギー体なのです。肉体が自分そのものだとするのが科学だとすれば、その科学は、基本から間違っていることになります。肉体というシステムが終われば、それとともに自分が終わるわけではないのです。

また、霊や魂という言葉も、本質から外れています。それらの言葉も、まず肉体があって、そこに、何だか得体の知れぬ霊や魂が住み着くような印象を与えてしまいます。

そうではなく、まずエネルギー体があって、それが肉体全体を覆っているというのが、事実に近いのかもしれませんが。肉体があって、思いがあるのではなく、エネルギー体は、肉体を左右しているのです。「病は気から」と言いますが、肉体の病は、本体であるエネルギー体のバランスの悪さのあらわれであることが多いのです。

さて、肉体を中心に考えると、人生の意義は大変わりにくくなります。肉体しか見なければ、人間は、偶然この世に生まれてきて、やがて肉体が減びて死ぬというだけのものになります。それが真実なら、それを受け入れて生きるのでしょうか、臨死体験やその他の様々な現象を見ると、肉体、この世、物質への認識が、一般常識は、正しくないようです。一部で言われているように、死への恐れから、無理矢理あの世を想定したり、肉体は仮のものだとこじつけているのではないのです。幸い、科学も、相対論、量子論により、物質や、時間・空間の概念が、本当のところ近づいてきたようです。

それはともかく、バーバラさんは「なぜ私がこの世に生を受けたのかがわかり、生きる喜びでいっぱいになりました」とはっきり言っています。肉体が自分そのものだと考える哲学では、人生の意義は捉えにくいものでした。

けれども、肉体から抜けて、自分の人生・まわりの人の人生を再体験して、哲学者たちがわからなかったり、的外れなことを言っていた問題が、いとも簡単にわかってしまったのです。

6 神の存在

無神論者だったバーバラさんが、臨死体験の中で、神さまがいると感じたと述べたことについては先に紹介しました。それについて、立花隆さんも興味を引かれ、「さきほどの話の中で、神さまがエネルギーのような形で出てきたという話でしたね。そのところを、もう少し詳しく話していただけますか。エネルギーのようだったというのは、それは人格的な存在ではなかったということなんでしょうか」と尋ねます。それに対して、バーバラさんは次のように答えます。

いえ、そうじゃないんです。人間の形をしていないというだけで、神さまが具体的にそこにいるというのは、はっきりわかるんです。はっきり感じとれるんです。存在は感じとれるけど、形がないから、エネルギー体としかいえないんです。そして、私が人生を再体験しながら感じていることを、そのエネルギー体も感じ取っているということがわかるんです。前に、祖母と私が、何も語り合わなくても、お互いに心が完全に一致して、二人の心が融合したみたいになったといったでしょう。それと全く同じに、私とそのエネルギー体も心がとけ合っていました。そして、このエネルギー体が私を強く愛してくれているんだということがわかりました。祖母も私を愛してくれていました。でも、そのエネルギー体の愛情のほうが百万倍も強いのです。そしてそれは、全てをわかっていて、何もかも知っている、永遠の知識を持っているということがわかりました

(284ページ)

一般的に「神」というと、人間の形をした存在を思い浮かべる人が多いかと思います。しかし、臨死体験をした人が感じる神は、このバーバラさんが述べている状態のものが多いのです。確かにその人が信じている宗教の神のように感じたりする事例は少なくありませんが、それでも、怒った

り、祟りを起こすような人格的な神ではないようです。

それと私は一体になってしまっているんです。それはいまでも私の中にあります。私の中だけでなく、誰の中にもあります。それがわかる人には、誰でも瞬間的にその存在と直接結合することが出来るんです。すべての人の中に、すべてのものの中にそのエネルギー体はいまこの瞬間も存在しつづけているんです
(284ページ)

神というと、私たちは、叱られたり、説教されるような印象を持ててしまっていますが、そうではないようです。

いえ、そういう感じじゃなくて、むしろ二人で笑いあったという感じですね。人生のできごとって、現実に出会っているそのときどきでは、とても真面目で真剣なできごとのように思えますけど、ああいうふうに距離をおいて見ると、しかも神さまといっしょの立場で見ていると、何かとてもおかしなできごとのような気がしてくるのです。それで、ついクスクス笑ってしまうのです。だから、そうだったのか、というのは、深刻なニュアンスではなくて、あらそうだったの、といってクスクス笑うという感じなんです。
(285ページ)

これらのことを紹介した後、『臨死体験』のバーバラさんの項目は、次のように結ばれます。

バーバラは、ここで述べているように、臨死体験によって、人生観がすっかり変わり、それ以後の人生が劇的に変わってしまった人である。宗教観も変わった。前に述べたように、子供時代はユダヤ教の環境で育ったが、子供のうちから神を信じなくなり、やがて無神論者になった。しかし、臨死体験を境に再び神を信じるようになったが、その神はユダヤ教の神でもなければ、キリスト教の神でもない。むしろ、全ての宗教を超越した神であるという。

「仏教の本も何冊も読みましたし、最近では、アメリカ・インディアン宗教観の研究もしています。結局、どれが正しい神でどれが正しくないということではなくて、真理はどの宗教にも含まれているのが正しいと思います」

という。
(288～289ページ)

ここでバーバラさんは、「どれが正しい神でどれが正しくないということではなくて、真理はどの宗教にも含まれているのが正しいと思います」と言っていますが、逆に言えば、どの宗教も、不正確な点はあるし、神や教祖に特定の性格づけをしすぎている宗教には誤りが多いと言えそうです。

7 ハワードさんの臨死体験

ノーザン・ケンタッキー大学の芸術学部主任教授で画家のハワード・ストームさんの例は、さらに興味深いものがあります。滞在先のパリで、十二指腸に穴があいて、臨死体験を体験をしたのでした。ハワードさんは、自分の過去を次のように述べています。

そのころ私は、完全な物質主義者で、無神論者でした。神とか、魂とか、そういうものは一切信じていませんでした。真理はすべて科学によって与えられると信じていました。非科学的なものは一切認めませんでした。何か信じているものがあるとしたら、それは自分だけでした。私は完全な自己中心主義者で、私以外のことに対しては、本質的に何も関心がありませんでした。

(319ページ)

そのため、臨死体験をした時、ちょっとしたパニックに陥ります。

ふと目をさますと、私は自分のベッドのわきに立っており、ベッドの上には私が寝ていました。とても信じられないことでした。私は不愉快でした。死後の世界なんてあるはずがないと思っていたのに、こんなことになるなんて、この私は何なののだと思いました。見ることができ、音を聞くことができ、足が床を踏んでいる感覚もありました。ベッドの上の自分に手をのばしてみると、ちゃんと触覚もありました。病室のにおいや空気の味わいの感覚もありました。感覚が全部そろっているのです。わけのわからなさに怒りがこみあげてきて、そこにいた妻に向かって、「これは何なんだ！ オレは気が狂いそうだ！」とわめきました。しかし妻は全く反応しませんでした。私がどんなに大きな声を出しても、返事をしません。私は妻が聞こえないふりをしているのだと思って、ますます腹を立てました。今度はそのわきにいた友人に向かって怒鳴ったのですが、やはり何の反応もありませんでした。

(321ページ)

ハワードさんは、臨死体験の中でも無神論者のままでした。

そのとき、不思議なことが起こりました。私の胸のあたりから、誰かの声が聞こえてきました。私の声ではありません。それが、「お祈りをしろ。神に祈れ」というのです。「とんでもない」、と私は反撥しました。私は十代のときにキリスト教を捨て、それ以来ずっと積極的な無神論者でした。教会に行ったこともありません。「私は神を信じていないのだから、神に祈るわけにはいかない」といって拒否しました。

(322ページ)

押し問答が続いた後、根負けして神に祈ることになります。すると、ひとりぼっちの状態を脱して、上昇していくことになります。

上昇をつづけながら、私の心はパワーに満たされ、愛に満たされました。それとともに、自分に対する恥かしさを感じました。それまでの自分があまりにも利己的だったからです。何も信じなかったからです。いま私たちが向かっているのは、神がいるところなのだと思いますが、私は神を信じていなかったのです。これは間違いだ。私が属する場所は神のところではない。私が属しているのは、あの下界の暗黒の中だと思いました。しかし、上昇中の私を支えていた何者かが、「間違いではない。お前はたしかにこちらに属している」といいました。それが嬉しくて、私は思わず声をあげて泣いてしまいました。私は大人になってから泣いたことはほとんどありません。しかし、このときばかりは泣いて泣いて泣きつづけました。

（324ページ）

ここで、「お前はたしかにこちらに属している」と言っているのは、愛情や優しさからのものではなく、それが真実だからです。また、先に引用したバーバラさんが「本当は自分がとても愛情が深い、いい人間なんだということがわかりました」も、本質的に同じ根拠に基づいています。すなわち、私たちはエネルギー体なのですが、本質はあたたかいエネルギー体なのです。これは性善説ということとは異なります。すべてはエネルギーでできています。エネルギーというのは、温度が高ければ動きが活発になります。あるいは逆に、動きが活発であれば、温度が高くなります。私たちが帰るところ、目指すところは、あたたかいエネルギーのところですよ。

8 愛と善と知識

ハワードさんは、神やあの世を信じていなかったにもかかわらず、あの世で様々な体験をすることになります。

星のような存在に近づいたところで、私と私を支えている何者かは止まりました。すると、その星のような存在が集まってきて、私たちを取り囲むようにしました。私たちはお互いに挨拶を交わしました。声は必要なく、テレパシーで語りあいました。はじめに、私の人生回顧がはじまりました。私が生まれたときから、今日までの全人生が、順番にたどられていくのです。私がしてきた利己的な行為、残酷な行為、それにたまにした親切な行為が次々に示され、評価されました。彼らの評価を聞いてみると、彼らは何よりも大切にしているのは、人間と人間の間の人間らしい関係だということがわかりました。他人に対して、尊敬心と愛情と共感をもった関係を作ることが大切なんです。そういう視点から見ると、私の人生は完全に落第でした。

（324ページ）

バーバラさんとハワードさんの例からもわかるように、死後の人生回顧には様々な型があるようです。要は、その人に適したやり方でなされるということなのでしょう。

この後、ハワードさんは、彼らに対して多くの質問をして、多くのことを学びます。

考えつくあらゆる質問を終え、答えをすべて理解したと思ったので、私は「これで、中央にいらっしゃる方のところに行く準備が整いました」といいました。中央には、「一なるもの」すなわち神がいるということを知っていました。しかし、彼らは、「いや、お前は行く必要はない。お前はこれから地上に戻らねばならないのだ」といいました。私は「いやだ。ここにいる」といって、しばらく、争いました。私はもう地上のあのうす汚れた、悪徳に満ちた、残酷な生活がすっかりいやになっていました。それに比較すると、天の上には愛と善と知識しかありません。永遠にそこにとどまりたくなるのは当然です。しかし彼らは、知ることより実践することが大切だ、愛を知ったら、愛せ、善を知ったら、善をなせと迫り、私に地上に戻ることを納得させました。

(325ページ)

臨死体験後、ハワードさんは「この体験によって、全く別人格になってしまった。彼の人生観、世界観はすべてひっくり返ってしまった。人生の生き方も変わった。世俗的な快樂や成功や富、成功など、かつて彼がもっぱら追求していたものには目もくれず、臨死体験中におしえられた通り、もっぱら善なるものを追求し、あらゆる意味で人を助け、社会に奉仕することに自分の人生をささげるといふほとんど聖者のような人間になってしまったのである」(326ページ)。

先に引用したバーバラさんも、看護師(『臨死体験』の文中では「看護婦」となっており、終末期の患者の世話をするようになったのです)。

自分が患者のときに、こういう風に看護してもらいたいと思っていた通りの愛情のこもった看護をしてあげました。臨死体験以来、私の心の中は、他の人に対する愛情でいっぱいだったのですが、それがとてもいい対象を得たという思いでした。患者さんと私は特別に心が通いあい、何でも話してくれるようになりました。私は死の床にある患者さんの枕元に何時間でも座り、話を聞いてあげました。死に対して不安や恐怖を感じている人たちには、自分の体験を話してあげて、死というのは全てが終わる終着点ではなくて、向こう側に別の世界が開けているんだということを話してあげました。そういう話を聞いて、安らかな気持ちで死んでいった患者さんが沢山います。また、こういう話をしていると、患者さんたちの中にも臨死体験をした人がいて、進んでその話をしてくれるようになりました。

(286～287ページ)

バーバラさんの話にもハワードさんの話にも、正義ということは出てきません。正義と言うと、政治や宗教によって異なる場合もあります。

また、善や愛という言葉も、使いようによっては、宗教的な色彩を帯びがちです。

これらは、先に述べたように「あたたかなエネルギー」と言った方が正確です。

以前にも書きましたが、「あたたかい」言葉や行動というのは、相手が次のように感じる3点です。

・生まれてきて良かったと思う。

- ・生きてきて良かったと思う。
- ・これから生きていこうと思う。

9 あたたかなエネルギーの交換と実践

バーバラさんやハワードさんは、臨死体験により、どんな哲学者よりも、実感として、人生の本質を体験してしまいました。

頭で考え組み立てた理屈と違い、体に染みついた理解です。

私たちは、生まれる前に、それまでのカリキュラムで不得意であった、あたたかきの科目を再履修するために、この世に生まれてくるようです。

理屈では、誰もがわかっているのです。

けれども、運動であれ、芸術であれ、学校の授業科目であれ、実際にやってみると、理屈でわかったつもりになっても、思い描いているほどには簡単に上達しません。

その実践の貴重な体験の場が、この世と言えるでしょう。

あの世に行ってみると、自分のことばかり考えているのは、あまりにも愚かしいこと、楽しくないことだと気づくのです。あの世でもこの世でも、お互いにあたたかきを交換することにより、お互いが磨かれていき、楽しさを実感することになるのです。

以前のハワード・ストームさんのように、自分だけが裕福になり有名になることを目指すのは、自分を誰もいない暗くて冷たい場所に閉じ込めることだと、あの世では知っているのです。

私たちは、相手にあたたかくされなくても、まず自分が他の人にあたたかくすることにより、相手のあたたかきを受け入れる場所ができることになります。そこに、相手からのあたたかきが入ってきて、エネルギーが湧き立つことになるのです。

エネルギーをどこにも出さずに、自分の中だけでやりくりしようとすると、自分のエネルギーはしなびて縮んでいきます。

また、他の人を傷つけたり犯罪行為を行って、相手のエネルギーを奪おうとしても、自分のエネルギーは決して増えません。自分のエネルギーを増やす唯一の方法は、他の人に自分のあたたかきを与えることだけなのです。

他人の物を盗んだり、気に入らない相手の命を奪っても、得るものはないどころか、エネルギー的には大損しているのです。

臨死体験後のバーバラさんやハワードさんは、自分のことはほとんどかまわず、相手に尽くすようになったということで、聖者のように見えるかもしれませんが、あの世から見れば、自分のエネルギーをもっとも効率良く増やしている、とても賢い人に見えるのかもしれませんが、しかし、ずるいようには見えなと思います。相手のエネルギーも増やしてあげているからです。

それだけではなく、まわりの人は、バーバラさんやハワードさんを見て、このようにすればあたたかいということを実地に学べるわけですから、無料の家庭教師のような役割を果たしていると

言って良いのかもしれませんが。

10 私とは？ 人生とは？

以前、「私は誰でもありません」というのを書きましたが、そこではあえて否定形を使いました。私たちは、あまりに自分の決めた価値観に囚われているからです。

流行歌でも、あまりに安易に「私らしく」「自分らしく」という言葉が使われています。けれども、そこでの「私」「自分」には実体がありません。むしろ、不器用な自分への言い訳のようにさえ聞こえます。要領が悪いのは、無論、慣れていないからですが、いつまでたっても不器用なのは、自分で勝手に決めた価値観に囚われていることが多いのです。

例えば、犯罪傾向のある人が「自分らしく生きる」と言ったら、自分の犯罪を肯定しているように聞こえないでしょうか。

歌うなら、「自分らしくなくていいから、人にあたたかくする」なのです。

それはともかく、バーバラさんの臨死体験中に語られた、人生の一場面一場面が泡だったというのは、私たちの人生の本質をあらわしているように思います。泡のように見えるかどうかは人それぞれでしょうが、人生のそれぞれのエピソードは、学校の一時間の授業のようなものなのです。

立花隆さんは、『臨死体験』の第一章「臨死体験」の中で、精神医学で著名なカール・グスタフ・ユングさん（1875.07.26～1961.06.06）の自伝より、ユングさん自身の臨死体験を紹介しています。それは1944年のはじめに生じたのですが、ユングさんは、その時、自分の体から抜け出て、地上1500kmの高さから地球を見ていたのです。もちろん、この1500kmというのは、後になって確認したものです。人類が初めて宇宙から地球の姿を見たのが、ユーリ・A・ガガーリンさん（1934.03.09～1968.03.27）で、1961年4月12日のことです。1944年に宇宙から見た地球の姿を正確に描くというのはあり得ないことなのですが、ユングさんはそれを行っているのです。

しかし、ここでは、それよりもはるかに大切な体験をユングさんはします。

地球を見たあと、ユングさんは、隕石のような、真黒の石塊を見ます。そして、その中はくり抜かれて、ヒンズー教の礼拝堂になっています。

私が岩の入口に通じる階段へ近づいたときに、不思議なことが起こった。つまり、私はすべてが脱落していくのを感じた。私が目標としたもの、希望したもの、思考したもののすべて、また地上に存在するすべてのものが、走馬灯の絵のように私から消え去り、離脱していった。この過程はきわめて苦痛であった。しかし、残ったものもいくらかはあった。それはかつて、私が経験し、行為し、私のまわりで起こったすべてで、それらのすべてがまるでいま私とともにあるような実感であった。それらは私とともにあり、私がそれらそのものだといえるかもしれない。いいかえれば、私という人間はそうしたあらゆる出来事からなり立っていた。私は私自身の歴史の上になり立っているということを強く感じた。これこそが私なのだ。『私は存在したもの、成就したものの束である』

これは大変に、深い内容に触れています。

私たちは、夢や希望を持ちなさいと言われますが、ここでは、目標としたもの、すなわち夢や、希望したもの、さらに、思考したもの、地上に存在するすべてのものが、「私」から消え去り、離脱していくのです。夢、希望、自分が正しいと思ったもの、物質、名声などは本質的なものではないということに気づかされるのです。ユングさんでさえ、それらが離脱する過程はきわめて苦痛だったと正直に述べています。

私たちには、自分というものが確かにあります。

けれども、それは、「われ思う、ゆえにわれあり」ではなく、「私がいて、体験して、味わった、それが私です」なのです。

人生の様々な出来事に対して、良かったとか悪かったとか、幸福だとか不運だなどと評価するのではなく、そこで味わったことを通して、あたたくする方法を磨き上げていくことになります。

自分に対しても、まわりに対しても本当にあたたくできた時に、私たちは、私たち本来のあたたくさを実感します。

それこそが、あえて、長い旅（ただし本質的には時間や空間はないのですが）を造り出している理由であり、喜びなのではないでしょうか。

