

ヘシュカズムとスーフィズム ——祈りの技法の比較研究——

久松 英二*

Hesychasm and Sufism : A Comparative Study of Their Techniques of Prayer

Eiji HISAMATSU*

“Hesychasm” is a system of thoughts and practices based on the tradition of “Jesus Prayer” which has developed in the Greek Orthodox Church, but the practice was originated in the asceticism started in Egypt in the 4th century. “Sufism”, the mysticism of Islam, indicates the belief forms and thoughts germinated in the 8th century, coming into fashion in the period between the middle of the 8th and the 10th century. It seeks to find the truth of divine love and knowledge through direct personal experience of God. The sufis have practiced “dhikr” aiming at unification with a God. The dhikr is taken as a useful method for “concentration of thoughts”.

There is a striking resemblance between Hesychast and Sufi teachings concerning the nature and meaning of the prayer. Considerable common points of the two tradition can be found in the continuity of the prayer, concentration to the heart and a symbol as “light”, that is testified as truth of a mysterious experience. Our paper tries to compare both traditions clarifying the similarities as precisely as possible.

序

「ヘシュカズム」(「静寂」を意味するギリシア語「ヘシュケー」がもとになっているので「静寂主義」と訳される)とはギリシア正教において発展してきた「イエスの祈り」の伝統に立脚した思想と実践の体系であるが、その実践は4世紀にエジプトに始まった修道生活の中に生まれ、それはさしあたり口伝として伝えられたが、徐々に文書化され、14世紀ごろまでに新神学者シメオン(949頃～1022)、アトスの隠修士ニケフォロス(13世紀後半)、シナイのグレゴリオス(1255頃～1346)らによって、アトス山で一応の完成を見た¹⁾。

一方、イスラームの神秘主義のことを「スーフィズム」と称するが、これは8世紀の中頃に萌芽、9～10世紀に流行した、神との一体感を求める信仰形態および思想を指す。「スーフィズム」という語は、「羊毛」(スーフ)の粗衣を身にまとい禁欲と苦行の中に生きていた修行者「スーフィー」から来た言葉であると考えられている。のちにこれがイスラームの「神秘家」を指すようになった。その思想は、自我の意識を脱却して神と一体となることを説いていたが、複雑で高尚なイスラーム神学とは異なり、より感覚的で分かりやすいその教えは都市の職人層や農民にも受け容れられていった²⁾。

* 龍谷大学国際学部教授

スーフィズムはムハンマドに遡る口伝による伝承に基づいており、イスラーム誕生から2、3世紀間の間にバーヤズィード・バスターミー（?～874）やジュナイド（?～910）によって形が整えられ、12、3世紀頃から成立し始めたスフラワルディ教団などのスーフィー教団（タリーカ）において結晶化した³⁾。

「貧者」を意味する中期ペルシア語「ダルヴィーシュ」とも称されるスーフィー修行者たちが、神との一体化を目指して編み出した代表的な修行方法を「ズィクル」(dhikr)と称する。ズィクルは、一般には神の名（アッラーフ）を唱えることを指すが、特にダルヴィーシュたちにとっては、「思念の集中」を目指す行として重視され、神秘主義教団の組織化に伴い集団で行われるようになった⁴⁾。ズィクルの技法には、教団によってバリエーションが見られるが、井筒俊彦がその中でも典型的な技法について説明しているので、これを資料として末尾に掲げた。

ヘシュカズムで実践される「イエスの祈り」とスーフィズムで実践されるズィクルとは、その実践方法とその意義において著しい共通点が見出される。たとえば、祈りの継続性、不断性、意識の心臓への集中、また「光」という表象が神秘体験の内実として証言されていることなど、かなりの共通点が指摘されている。それについて、以下、概略を示したい。

1. 祈りの不断性

ヘシュカズムで実践される「イエスの祈り」は人間の心身活動の根源と理解されている心、いわば人格の中核でイエスの名を呼び求めるので「心の祈り」とも呼ばれる。この祈りはすでに四世紀のエジプト砂漠地帯に発生した修道世界で実践されていた伝統にその起源を置く。その伝統とは、「神の記憶」(mnene theou)を保ち続けるための「絶えざる祈り」および定型化されたごくわずかな言葉からなる「短い祈り」(モノロギア)と呼ばれるものの存在である。「絶えざる祈り」は聖書や師父の言葉などを「黙想」することで実現されていたが、ここでいう「黙想」(melete)とは特定の文章や唱句を何度も繰り返し唱えることを意味していた。一方、「黙想」のテキストとして最初は聖書引用句や他の格言ないしモットーが使用されていたが、やがて我々が知っているイエスへの呼びかけを含んだモノロギア、すなわち「主イエス・キリスト、神の子、(罪びとなる)われを憐れみたまえ」という唱句に固定化されるようになった。「イエスの祈り」の特異な性格とは、この唱句を果てしなく幾度も繰り返し唱える、文字通り「絶えざる祈り」として実践されたということ、つまり祈りの「不断性」が際立っているということである⁵⁾。

ヘシュカズムにおける祈りの技法については、擬シュメオンの『聖なる祈りと聖なる注意の方法』⁶⁾およびアトスの隠修士ニケフォロス（十三世紀後半没）の『覚醒と心の守りについて』⁷⁾と題する二つの小論文があるが、該当する箇所をここに記す。

擬シュメオン

静かな修屋の片隅に座した後、私が言うことを行え。戸を閉めよ。そしておまえのヌースをあらゆるむなしくはかない事物から引き離せ。それから、お前の顎鬚を胸部に押し当て、全精神を込めて目を腹の中央に、すなわち臍に向けよ。鼻を通る息の流れを抑えて、たやすく息を吐かないようにせよ。そして、すべての魂の諸力が本来備わっているカルディアの場所を見つけ出すよう、腹部を内的な目で探れ。最初のうちは、おまえは闇と執拗な抵抗を覚えるだろう

が、この行を昼も夜も忍耐強く続けるならば、おお、素晴らしいことに、絶えることのない喜びを見出すであろう。というのは、ヌースがカルディアの場所を見出した途端、突然、今まで経験したことのないものを見るからだ。すなわち、ヌースはカルディアの中の空気を見、自分自身が光にまったく包まれているのを見、識別能力に満たされるのを見るからだ。さて、そのときから、もし何らかの思いが浮かび上がってきたら、それがイメージとして像をとる前に、イエス・キリストの称名によって、それは追い払われ、滅却される。これ以後、悪霊どもを憎悪するヌースは、自然的な怒りを呼び覚まし、霊的な敵どもを放逐するだろう。イエスをカルディアの中に保つ者は、これ以外のことは、神の助けを得ながら、ヌースの覚醒を通して学ぶであろう。『あなたの修屋に座っていれば、修屋はすべてのことをあなたに教える』と言われているとおりである。⁸⁾

ニケフォロス

まず、おまえの生活を静穏にし、心配事を払い除け、すべてにおいて平和なものとなせよ。そうしたら、自室に入って、閉じこもり、片隅に座った後、私が言うことを行え。… 座ったら、ヌースを集中させ、それを、すなわちヌースを、おまえの鼻孔に入れよ。鼻孔は息がカルディアの中に入るための通り道である。ヌースを押しやって、吸いこんだ空気と共に、カルディアの中にひきおろせ。ヌースそこに落ちついたら、何かが生ずる。それは決して不愉快でも悲しむべきことでもない何かだ。(留守した後に) 自分の家に戻る人が、子どもや妻と再会する喜びを抑えることができないように、ヌースも魂と一致するとき、言い知れぬ喜びと楽しみに満たされるであろう。…それから、次のことを知らねばならない。ヌースがカルディアに留まっている間、お前は沈黙してはならないし、無為にすごしてもならない。ただ『主イエス・キリスト、神の子、われを憐れみたまえ』を絶えず行い、黙想しなければならない。これはどんなことがあっても、決して中断してはならない。この行はヌースを確固不動にし、敵の襲撃を寄せつけず、それに打ち負かされることのないようにする。そして日々、神への愛と望みを高めてゆく。⁹⁾

上記に文書において、頻繁に登場する「ヌース」と「カルディア」について、押さえておきたい。「ヌース」は通常「知性」「理性」と訳されるが、東方キリスト教の霊性思想においては、ヌースの役割は常に中心的なものとして強調されている。これは、単なる合理的理解の装置と同一視されてはいない。それは「何ものかではなく、(なんらかのものに) 人格的直接的に関わりうる誰か」¹⁰⁾であり、神の現存と人格的直接的に関わる全人間的経験能力である。しかし、このヌースは時代と共に他の概念にその特権的地位を譲るようになってきた。それがすなわち「カルディア」という概念である¹¹⁾。ギリシア語の「カルディア」は、肉体的な意味での「心臓」と精神的な意味での「心」というふうに両方の意味を持っている。どちらの意味で使われているかは文脈から判断するしかないが、精神的な意味で使われている場合に、つまり、「心」と訳される場合、その「心」とはシナイ山のバトス修道院長ヘシュキオス (8/10 C.) が「われわれの内側にある人間 (ho esō anthrōpos)、それは心である。外部にある (人間)、それは体である」¹²⁾と定義しているように、いわば「人格的統一の根元」¹³⁾であり、近代の心理学的用語で言えば、「自我」に相当すると思われる

る。ヌースという言葉そのものは相変わらず東方神秘思想の重要な概念として存続するが、それは、もはや心の一部、心の一機能としてのみ扱われるようになる¹⁴⁾。

以上の概念の意味を踏まえて、ヘシユカズムの祈りの特徴をみると、ニケフォロスの場合、祈りの絶えまない復唱、その不断性が強調されている点である。

「ヌースがカルディアに留まっている間、お前は沈黙してはならないし、無為にすごしてはならない。ただ『主イエス・キリスト、神の子、われを憐れみたまえ』を絶えず行い、黙想しなければならない。これはどんなことがあっても、決して中断してはならない。この行はヌースを確固不動にし、敵の襲撃を寄せつけず、それに打ち負かされることのないようにする。そして日々、神への愛と望みを高めてゆく。」

イスラームでも神の名の「記憶」(dhikr Allah) という概念は重要視されているが、dhikr (ズィクル) は、ギリシア語の mneme と同様、「記憶」という精神状態と同時に「称えること」という具体的能動的行為を指す。つまり「称える」と同時に「記憶」も意味しており、両者は一体となって意味をなしている。翻訳としては、この両者の意味をつなげて「唱念」としている例もあり、ここでもこの訳語を使用する。

このズィクルの祈りにおいて強調されているのは、やはり、「イエスの祈り」と同様に、称名の「不断性」である。クルアーンでは「何度も何度も主を唱念せよ。夜明けの時も夜の闇でも主を高めよ」(クルアーン 3, 40), 「信じる者よ、繰り返し神を唱念せよ」(同 33, 41)。「お前の主の名を唱念せよ、そして心を尽して主に献身せよ」(同 73.8) と執拗に力説している。井筒俊彦もズィクルの具体的な手順について説明している個所で、「このズィクルを何べんも何べんも繰り返す。そしてその修行の過程は何日も何日も、人によっては何年も続けられます」として、その不断性を論じている。

2. 祈りとカルディア

ヘシユカズムのイエスの祈りの技法で中心的な役割を果たしているのは、先にも触れたようにカルディアである。これは身体機能としての「心臓」と精神機能としての「心」を同時に意味する。ビザンツ修道制の伝承では、カルディアは、第一に、身体的構造をコントロールする要素であると同時に、倫理的な中核として、恵みが経験される場でもある¹⁵⁾。カルディアは我々の人格の統一の象徴であり、身体的、非身体的なもの、被造的なものと非造的なものが合流する場である。

擬シュメオンとニケフォロスの祈りの技法に共通しているのは、呼吸のテクニックが証言されていることであるが、その方法には微妙な差異があるものの、その身体動作は「ヌースをカルディアに入れる」という精神作用を目的としているということである。擬シュメオンの文書にある「カルディアの場所」(topos tēs kardias) とは、カルディアが存する場を意味し、彼はそれを「内的な目で」(noētōs) 探せと言う。つまり、「カルディアの場所」を探す目的とは、ヌースをそこに導き入れるためであることが暗示されている。しかし、ニケフォロスでは明白である。ヌースをあたかも独立した生命体のごとく、カルディアとは別の場所からカルディアの中へと導き入れる様子が描かれている。しかも、はっきりとその後で、「カルディアの場所」にヌースが「入ってしまう」と表

現する。

ヌースのカルディアへの導入という表象は、前述のように、カルディアはヌースの本来的な座であるという東方霊性古来の伝統的人間論に基づくものである。擬シメオンやニケフォロス自身、カルディアをヌースの「住まい」あるいは「自宅」と呼ぶのもそのせいである。ただし、擬シメオンの場合、ヌースのカルディアへの導入のためには、ただ呼吸法のみならず、例の「臍眺め」、すなわち身体を丸めた前傾姿勢という体位法も伴っているのに対し、ニケフォロスにはこの体位法は言及されず、もっぱら呼吸法だけが取沙汰されているという違いがあるが、いずれにしろ、目的は同じである。「イエスの祈り」のために、ヌースをカルディアに入れるということである。ヌースがカルディアに入り込み、そこに留まったとき、いよいよ「イエスの祈り」が始まる。ニケフォロスは言う。

「それから、次のことを知らねばならない。ヌースがカルディアに留まっている間、お前は沈黙してはならないし、無為にすごしてもならない。ただ『主イエス・キリスト、神の子、われを憐れみたまえ』を絶えず行い、黙想しなければならない。これはどんなことがあっても、決して中断してはならない。」

カルディアのど真ん中にヌースが固定化された段階で「イエスの祈り」が始まるわけである。つまり、イエスの名はカルディアの中に固着し、そこに集中する。同じような考え方は、ズィクルにも現れている。井筒を引用する。

「そのやり方は最初のイッラーという言葉で、こんどは自分の右肩の上のあたりから発音し始めまして、精神の集中点をしだいにもとの左胸のほうへ移してまいります。そして移りきったところで、力をこめて最後のアッラーという言葉であたかもハンマーで枕でも土にうち込むような気合いで、自分の心臓のまっただなかにうち込むのです。」

さらに、先に我々が見たビザンツ伝承におけるカルディアの思想は、スーフィズムにも見いだされる。そこでは、クルアーンの教えに即して、「心」(al-qalb)は理性、意志、愛と同一視され、ヘシュカズムと同じく、心を神との出会いの場所と見なし、神の霊の現存の恩恵はここから人間の全部分に向かって流れると考えている。神の霊が心に入りこんだとき、人は聖化され、人が神の实在そのものを「見る」ことができると考える。だからこそ、スーフィーたちは「心の目」(ayn al-qalb)という言葉を使う。これを道具として、人は肉眼では見えないものを「見る」ことができる、と主張する¹⁶⁾。

3. 体の積極視

両伝承とも、「体の霊化」の意義をも力説している。ヘシュカズムは、スーフィズムと同様、体を「霊の神殿」と見ており、体を用いる技法は、スーフィズムのそれと同じく、心の延長たる体に積極的な役割を付与しているからである。両伝承とも、聖性は「自己（正教でいうヌース）を体の中にとどめておく」という考えと結びついているのだと教えている¹⁷⁾。両者の祈りの技法は、結局

は自己を神の名に入れ込み、また同時に神の名を心の中に入れ込む方法と捉えられている。もし、精神を体の中にとどめて、心の中にある神の名に精神を集中させて、神の名のうちにとどまり続けるならば、人は聖化される。聖性は両伝承とも霊の神殿たる体を用いて、心と神の名を一致させることで初めて可能となる、という考えにおいて共通している¹⁸⁾。

4. 霊的闘い

スーフィズムとヘシュカズムが目指す霊的完成への道のりは、人間自身に内在する悪への傾向に対する不断の闘いから構成される。この闘いは、両伝承とも「霊的闘い」として教えられる。スーフィズムでは、情念に対するこの闘いは al-jihad al-akbar, すなわち「聖なる闘い」と呼ばれている。ムハンマドは、霊的闘いについて、どんなに正義に基づく闘いよりもはるかに価値が高い闘いであると断じている。ヘシュカズムでは、初心者是自己の中に潜む邪悪な傾向と絶えることなく闘うことを教えられる。この戦いは正教霊性では古来より「見ざる闘い」¹⁹⁾と呼ばれている。スーフィズムもヘシュカズムも、すべてを凌駕する平和は長く苦しい闘い、神の国に入ることを妨げようとする力と闘うことなくしては、到達不可能という自覚を持っている。

この闘いは、まず「回心の業」(epistrophe, tawbah)によってこの世的なものから離れ去ることが求められ、そこから情念の浄化のための道、すなわち「修行」が始まる。正教ではこれを「プラクシス」と呼び、魂を「情念」の束縛から解放するための節制や禁欲を中心とする一切の修道者固有の肉体的、精神的苦行全般を指す。イスラームではこれは al-amal に相当し、やはり情念浄化の苦行プロセスを言う。「スーフィズムでも外的な、身体的な浄めと同時に、内的な心的な浄めの必要性が修行の第一歩において強調される」と井筒が指摘している通りである。

この「修行」(プラクシス)と対関係にあり、修行の後に来る霊的道のりの高次の段階が「観想」である。正教では theoria といい、イスラームでは al-nazar という。この状態は、修行という準備段階を経た後に来るものであるが、霊的生活における両方の道のバランスとその必要性は、ヘシュカズムの師もスーフィズムの師もともに繰り返し強調している。

霊的道のりの目指すところのものは、ヘシュカズムでは神の観想であるが、これは究極目標である「神化」のいわばこの世における先取りの経験と見なされる。スーフィズムにおいて目指されるのは「消滅」(al-fana)である。これは、自己についての意識がなくなり、神の中に包摂されて一体化した状態、すなわち神との「合一」(wiṣāl)を指す。この場合、注目すべきは、ヘシュカズムでは観想はこの世でも可能なだが、神化は彼岸における希望として位置づけられているの対し、消滅も合一も、この世において可能と考えられている点である。この世にありながらすでに死を超え、あるいは消滅を超えて、体と共にありながらこの合一の至高の状態を経験したスーフィーがいる、という証言は数多く見いだされる。

5. 光の体験

ヘシュカズムとスーフィズムを比較する中で、祈りの行と結びついた「光」の経験が両伝承共に強調されている。ヘシュカズムの指導者たちが主張しているように、神は光であって、神の実在の経験は光のそれである。新神学者シュメオンは、霊的経験を「神的光の絶えざる経験」と呼んでいる。神的光は造られざるものであり、神的光のエネルギーと同一視されている。このエネルギーに

において、神は、被造物とのコミュニケーションをとりうる。

観想状態が、光の体験であるという思想は4世紀のエウアグリオスに遡る伝統である。エウアグリオスはしばしば、ヌースは「祈っている際に自分自身の状態がサファイアか天的色彩をもったものに似ているのを見る。そうした状態を聖書は神の場（*topon theou*）とも呼び、それはシナイ山で長老たちが見たあの場所である」²⁰⁾と、つまり、ヌースは自分自身の状態を神との直接的出会いの場として眺めるということであるが、その状態とは具体的に何であろうか。エウアグリオスによると、ヌースはそれ自身が「神の場」となるとき、そのヌースは自分自身を「光の姿」（*phōtoeides*）として捉えたとされる²¹⁾。つまりヌースの状態とは「光り輝いている」状態である。つまり「ヌースは自己固有の光を（*oikeion pheggos*）見始める」²²⁾。この固有の光はしかしヌースが自分で作り出す光ではなく、光そのものである神からの光である。つまりヌースの光輝は「三位一体の光の反射」として捉えられている。ヌースは三位一体の光を「ランプ」のように「受け取る」ということである。なぜなら、ヌースは「祈りの際、聖なる三位一体の光に参与する」²³⁾からである。結局、観想とは、ヘシュカズムの伝統では、「祈りにおいて光に照らされたヌースの自己直視による神の観想」を指す。光の体験とはこういうことを指す。

イスラームでも、クルアーンにおいては、神は「天地の光」と呼ばれている（24, 35）。この呼称が元となって、その後、様々な流派のイスラーム哲学や神秘思想が発達した。その中で、「光」（*al-nur*）のシンボリズムは中心的役割を演じているが、とくにイラン哲学者シェイク・シャハブ・アルディン・スフラワルディが設立した「照明派」（*al-ishraq*）はもっとも知られている。その他、多くのスーフィー教団も、それらの教えを光のシンボリズムに基づかせている。ズィクルにおける光の体験について、井筒はこう記している。

「神的な光がいずこからともなく差し込んできて魂に浸透し、ついに魂は溢れるばかりの光明にひたされると申します。そしてこの純粹光明の領域において行者は自分の第二の「われ」、真我に出会い、そしてそれと完全に一体となります。このようにして現成した新しい「われ」を、スーフィズムでは「内面の人」とか「光の人」とか呼びます。」

光の解釈は異なっているものの、ヘシュカズムでもスーフィズムでも、心の中に輝く光は、神から来るものであり、霊的实践の経験との結果生ずる神秘体験であることが理解される。

6. まとめ

言うまでもなく、両伝承で実践される祈りの行は重要な違いもある。ヘシュカズムでは「イエス」の名を唱えるのに対し、スーフィズムは「アッラー」の名を唱える。また前者は多くの場合、修道世界で実践されているのに対し、後者は社会のただなかで実践される。

しかし、両者の道のりに近似性や共鳴があることは否定しがたい事実であり、この近似性はキリスト教とイスラームを結びつけ、両者間のよりよい理解を生み出す接合点のような役割を果たしていると思われる。正教のヘシュカズムの伝統を深く理解することで、ひいては、それがイスラーム神秘主義の中核を理解する鍵ともなりうると思われて仕方ない。

井筒俊彦によるズィクルの方法

まずズィクルの行に入るにあたりまして、修行者は二重の浄めをいたします。すなわち 齋戒沐浴して体を浄め、それと同時に心のなかのあらゆる欲情、汚れた想念をとめて心を静め、浄めます。(中略)

ともかくスーフィズムの修行はこの内外の浄めから始まります。そして内的、外的二重の浄めによって体と心とを清浄にしたところで、修行者はこんどは薄暗い静かな部屋に入ります。そして香を焚きまして、あぐらを組んでどっかり坐ります。われわれのよく知っている禪の坐禅とちょっと似ております。といいましても、その坐り方は結跏趺坐(けつかふざ)ではありません。ふつうのあぐらです。ただし、現代イランでいちばん大きくて、いちばん有力なスーフィー教団であるニマトッラー教団(Ni 'matullah)では、あぐらではなくて、日本人が畳の上にかしこまって坐るときのように正坐します。そして坐っておいて、左右の両手を開いたままそれぞれ左右の腿の上におきます。そして、まずいまご説明しました文句の最初の否定的部分、ラー・イラーハ、「神はない」、「神は絶対に存在しない」というところからゆっくりと唱え始めます。

その唱え方は意識の集中点を体のいろいろな特定の部分に定位しまして、それをだんだんと移していく。さきほどもちょっと申しましたが、密教の修行に似たところがございます。まず全意識のエネルギーを集中しまして最初の言葉、ラー、「絶対に存在しない」という言葉を発音します。発音し始める体の場所は左側の乳の先端のところ、またある音の文献によりますと臍下丹田(せいかたんでん)だといいますが、ともかくそういう一定の場所から強く押さえながら、しかも下から上に押し上げるようにして発音します。そしてそのラーのアーという母音を、声を押さえてしかも力強く、長く引きのばして発音しながら、つぎの語のイラーハ、「神」という言葉に達します。そのときまでに意識のエネルギーの集中点は左の胸から右肩あたりまで移されます。このイラーハという言葉、これはさっき申しましたように一般に神を意味する言葉ですが、それを自分の右肩を越してうしろ側の投げ出すような気持ちで発音いたします。そしてそれが終るか終らないうちに全体の文句のこんどは後半のイッラッラー、つまり積極的、肯定的部分、「アッラーのほかには」という部分に移ります。

そのやり方は最初のイッラーという言葉、こんどは自分の右肩の上のあたりから発音し始めまして、精神の集中点をしだいにもとの左胸のほうへ移してまいります。そして移りきったところで、力をこめて最後のアッラーという言葉にあたかもハンマーで杭でも土にうち込むような気合いで、自分の心臓のまっただなかにうち込むのです。こうして心臓のなかに衝撃的な力でうち込まれたアッラーという言葉は、魂をその自然の眠りから呼び覚まし、自分自身のなかにひそんでいる深み、つまり意識の深層を自覚させると想定されております。このズィクルを何べんも何べんも繰り返す。そしてその修行の過程は何日も何日も、人によっては何年も続けられます。

そのうちに、先にお話いたしました意識の第三層、カルブ(qalb)、心、つまり超感覚的認識の器官、粗大な感覚的器官とはまったく違った精緻な内面的器官であるカルブが発動し始めます。こうしてカルブの門が開かれますと、スーフィズムのいいうところによりますと、神的な光がいずこからともなく差し込んできて魂に浸透し、ついに魂は溢れるばかりの光明にひた

されると申します。そしてこの純粹光明の領域において行者は自分の第二の「われ」、真我に出会い、そしてそれと完全に一体となります。このようにして現成した新しい「われ」を、スーフィズムでは「内面の人」とか「光の人」とか呼びます。

(『イスラーム哲学の原像』井筒俊彦著作集 5・イスラーム哲学』中央公論社、1995 年、400 頁)

注

- 1) ヘシュカズムに関する邦語による包括的研究としては、大森正樹『エネルゲイアと光の神学—グレゴリオス・パラマス研究』創文社・2000 年及び拙著『祈りの心身技法—四世紀ビザンツのアトス静寂主義』京都大学学術出版会、2009 年参照。
- 2) スーフィズムに関する邦語による参考書として、R. A. ニコルソン著、中村廣治郎訳『イスラムの神秘主義—スーフィズム入門』平凡社・1996 年、シャイフ・ハーレド・ベントゥス著、中村廣治郎訳『スーフィズム—イスラムの心』岩波書店・2007 年参照。
- 3) 詳しくは、ティエリー・ザルコンヌ著、東長靖監修・遠藤ゆかり訳『スーフィー—イスラームの神秘主義者たち』創元社・2011 年、17～72 頁参照。
- 4) ニコルソン、上掲書 63～66 頁参照。
- 5) 以上について詳しくは、拙稿「「イエスの祈り」の起源について」『エイコーン—東方キリスト教研究』第 14 号 (1995 年) 104～119 頁参照。
- 6) 原題は Methodos tēs hieras proseychēs kai prosochēs. 批判的校訂は I. Hausherr (ed.), 'La méthode d'oraison hésychaste', *Orientalia Christiana (Roma)* 9 (1927), 150-172.
- 7) 原題は Peri nepsōs kai phylakēs kardias. 出典は *Philokalia tōn hirōn neptikōn IV*, Athenai³ 1961 (=Phi IV), 18-28. 後に、ミーニュの *Patrologia Graeca (PG)* に収録された (PG 147, 945-966)。
- 8) I. Hausherr, op.cit., 164, 6-165, 15.
- 9) *Philokalia IV*, 27, 4-30.
- 10) Ibid., 103.
- 11) Cf. A. Guillaumont, Cor et cordis affectus II. Le «cœur» chez les spirituels grecs à l'époque ancienne, *Dictionnaire de spiritualité ascétique et mystique* 2 (1953), 2281-2282.
- 12) Hesychius, De temerantia et virtute 1, 34 = PG 93, 1492 D.
- 13) Th. Spidlik, *La spiritualité de l'Orient chrétien I. Manuel systématique (Orientalia Christiana Analecta 206)*, Roma 1978, 105-111.
- 14) Cf. ibid., 107.
- 15) Cf. Hausherr, op.cit., 145-146.
- 16) Cf. Seyyed Hossein Nasr, 'The Prayer of the Heart in Hesychasm and Sufism', *Greek Orthodox Theological Review* 31, Nos. 1-2, 1986, 199.
- 17) Cf. K. Almquist, 'Temple of the Heart, Temple of the Body', *Tomorrow* 12, no.3 (1964), 228-233.
- 18) Ibid., 200.
- 19) Cf. *Unseen warfare: Being the spiritual combat and Path To Paradise of Lorenzo Scupoli, as edited by Nicodemus of the Holy Mountain and revised by Theophan the Recluse [Lorenzo Scupoli, H. A. Hodges]* (London, 1978).
- 20) Euagrius, De malignis cogitationibus 18 = PG 79, 1221 B.
- 21) Euagrius, Capita cognoscitiva 12 = ed. J. ed. J. Muyldermans, *Evagriana (Musëon 44)*, Louvain 1931, 52.
- 22) Id. Capita practica 64 = A. Guillaumont/C. Guillaumont (ed.), *Évagre le Pontique. Traité Pratique ou le Moine II (Sources Chrétiennes 171)*, Paris 1971, 648.
- 23) Id. Capita cognoscitiva 3 = ed. J. Muyldermans, op. cit., 51.