

いうメッセージと重なって、いま私のあり方を問うているような気がしてならない。

※「地球交響曲」ガイアシンフォニー 配給／上映会のお問い合わせ先 龍村仁事務所

FAX 03-5368-5483



【ヨセフ・ハルテル】

1961年オーストリア生まれ。76年中学卒業後社会へ。翌年自殺未遂。79年麻薬密売現行犯で逮捕され、刑務所に入る。その後、出所、入獄を繰り返し、6年4か月を刑務所で過ごす。84年刑務所の中で仏典を知り、見よう見真似で坐禅を始める。86年フランツ・リッター所長の指導のもと、オーストリア仏教協会シャイプス・センターで最初の内観をする。88年そこで知り合ったヘルガさんと結婚。その間、指圧を訓練し、ウィーンに治療所を開く。92年ウィーン内観研修所を開設。97年エッチャーランド内観研修所を開設。

## ② 麻薬密売人から心の産婆役へ

エッチャーランド内観研修所所長 ヨセフ・ハルテル さん

### ヨーロッパで最も栄えている内観研修所

森の都ウィーンからドナウ河に沿って西に百キロメートルほど走ると丘陵地帯に入り、いよヨーロッパ・アルプスが始まる。その山懐やまふところにある見晴らしのいい小高い丘の裾野にルンツという静かな村が広がっている。そこには溪流が流れ、湖のほとりにはキャンプ場があり、ウィーン子の格好のリゾート地となっている。ここに、ヨーロッパで最も訪れる人が多いエッチャーランド内観研修所がある。昔は村の小学校だったという建物は、現在内観者の宿泊と内観の場所として使われる小さな小部屋に改造され、年間百六十名を下らない一週間の集中内観者を受け入れている。

エッチャーランド内観研修所は、別にウィーン市内ノイラーチエン通りにもセンターを持っており、仕事帰りや土日に内観に訪れる人は多い。坂中にあるエッチャーランド内観研修所に入ると、まったくの静寂に包まれた空間が広がっていた。まるで永平寺などの禪の専門道場に入り込んだような感覚である。私は、

「東洋がビジネス社会に侵食されて失いつつあるものを、ここは見事に保持している！」と舌を巻いた。

それもそのはず、所長のヨセフ・ハルテルさんは三重県にある浄土真宗・専光坊せんこうぼうの宇佐美秀うさみひでひさ慧けい老師のもとでも修行し、認可されている仏教僧でもある。とはいえ、ヨセフさんはまともな人生を歩いてきた人ではない。内観研修所の所長を務めるからには、精神科医や心理学者、あるいは心理療法士かと思いきや、そうではなく、昔は麻薬の密売人だったという。その一方では売春婦を何人も雇ってダーティな商売もし、警察に捕まって何度も刑務所に放り込まれている。刑期を勤め終えて釈放されると、再び麻薬の密売をやり、十八歳から二十五歳まで刑務所の外で暮らしたのは、わずかに四か月だけという大変な悪わるだったのだ。

### 内観は自分の怨念から解放される方法

「その手のつげられないワルが、どうして内観などに興味を持ったのですか」

と聞くと、ヨセフさんは瘦やせた頬ほおをつるりと撫なでて、過去を語りだした。

「あれは一九八五年、私は二十六歳で、リンツ刑務所に入っていたときです。服役者の更生を指導するために、オーストリア仏教協会シャイプス・セミナーハウス所長のフランツ・リッターさんがやってきたのです。それまで教誨師きょうわいしなど見向きもしなかったのですが、フランツさんだけは違ちがいました。この人なら話せる、この人ならぼくの話聞いてくれると思ったのです。フランツさんは自分自身を取り戻す方法として、坐禅を指導してくれました。それで私は東洋

的瞑想というものに興味を持ったのです」

いつまでも麻薬の密売人をやってはおれない。何とか立ち直らなければ、人生をめちやめちやにしてしまうという思いから、ヨセフさんはフランツさんに手紙を出し、刑期を勤め終えて出所したら、訪ねていいか尋ねた。フランツさんからは快諾の手紙が届いた。そこでヨセフさんはフランツさんを訪ね、坐禅を続けた。ヨセフさんが坐禅を通して落ち着きを取り戻してくと、フランツさんは、

「君は両親への恨みを引きずっているね。それを解かなければ、両親への反発からまた悪の道に舞い戻ってしまうよ。両親への恨みを解くためには、内親したほうがいい」

と、内親を勧めた。

そこで「ナイカンって何ですか？」と問うと、フランツさんは内親と坐禅の違いをこう説明した。

「内親は沈黙の内に坐る坐禅と違って、極めて具体的に、『父や母にやっていたことは何だったか』『それに対して、お返ししたことは何だったか』『迷惑をかけたことは何だったか』の三点について、事細かに記憶をたどっていきます。すると、今までは、『ろくでなしの父母だったおかげで、おれの人生はこうなってしまった！』と恨んでいたのに、そういう状況でも世話していただいたことがたくさんあったことに気付き、恨みが氷解し、逆に育てていただいたことに対して、感謝できるようになるのです」

そう聞いて、ヨセフさんは反発した。

「おれは両親のことなど、思い出したくもありません。嫌な思い出ばかりで、思い出すと胸糞むなぐそが悪くなるんです」

「そうだろうね。そうでなきゃ、君がここまで悪くなることはなかっただろう。君の育ってきた境遇には私も同情する。」

しかしねえ、人間は先入観でものを見ている場合が多いんだ。相手が自分を満足させるようなことをしてくれないと、嫌いになり、いったん嫌いになると、嫌いな部分しか見えなくなってしまう。その人が親切にしてくれても、自分のために何かしてくれたいとは思えない。意地悪な奴だと思おうと、その人の意地悪なところばかりが見えてきて、『それ見ろ、やっぱり悪い奴だ』と思う。人間って、なかなか客観的にはものを見ないものだよ」

それにはヨセフさんも同感だった。フランツさんはそれまで多くの人の内親を指導した経験から、人間が陥りがちな傾向について話した。

「私たちは通常『ひどい目に遭った』記憶だけが強く残っているものだ。自分は犠牲者だと思っっているんだ。父はいつも飲んだくれていて、よく暴力を振るったとか、父の稼ぎが悪いから、家は貧乏で、おれはいつも腹を空かせていて、上の学校には行かせてもらえなかったとか、母は父を恐れていて、いつも愚痴をこぼしていた——などとね。どれもこれも、親たる者はこう

あるべきなのに、そうしてくれなかったと怒っているんだ。でも、自分が親の年齢に達してみると、成熟した人間としてはなかなか振る舞えない人間の悲しい現実が見えてきて、恨みつらみの対象だった父母が許せるようになってくる。やっと地に足が着いて、冷静に受け止められるようになるのだ。

すると、過去の感情から解放されて、自分自身を取り戻せるのだ。私は君が自分の感情のとりこになり、一回しかない人生を取りこぼすことを心配している。わかってくれるか

ヨセフさんには、過去の怨念から解放されて、自分自身を取り戻せると言われたことが大きく響いた。

(だったら、内観とやらをやってみてもいいな) と思い直し、勧められるままに内観を始めた。

### 突破口となった祖母の思い出

しかし、ヨセフさんの内観は進まなかった。父の思い出といえ、いつも汗とビールの臭いにおをプンプンさせており、父が家に帰ってくると、母や子どもたちは恐怖からおどおどし、父は痲癩玉かんじくたまを破裂させて、みんなを殴り、家具を壊して荒れ狂ったことばかりだった。学校に行けば、「おい、あいつの息子が来たぞ」と怖がられ、一人の兄は「そんならやり返せ」とばかり、喧嘩をけしかけた。だからいつも誰かと喧嘩していたので、村中の嫌われ者となった。

わずか十二歳のヨセフさんはたまらなくなり、「神様、助けて!」と祈った。幾晩も幾晩も泣いて祈ったが、神は助けてくれなかった。ヨセフさんは神を恨み、人を呪い、自分を恨んだ。家には安住の場はなかった。父が帰ってきた物音が玄関ですると、子どもたちはあわてて窓から逃げ出した。父は怖いばかりの存在だった。十六歳のときには父を殺そうとし、自暴自棄になって酒と麻薬麻薬に溺れるようになった。世間の奴らに仕返しをしてやると、荒れに荒れた。気に食わないことがあるとすぐ怒り、暴力を振るった。暴力を振るうと、みんな縮み上がり、言うことを聞いた。人を意のままに動かすことができるのは、快感だった。だからますます悪くなり、いつしか黒メガネをかけ、ハイエナのように盛り場をうろつく人間になってしまった。その拳げ句が刑務所入りだった。十八歳で初めて入ったとき、そこに兄がいた。一家全員がワルになっていたのだ。

父親への憎悪しか口にしないヨセフさんにフランツさんは、「じゃあ、君を育ててくれたお婆さんのことを思い出そう」と誘った。あれほど荒れていた父と、父を恐れて何もしてくれなかった母だったが、祖母だけは違った。祖母のことを思うと、ヨセフさんはやっと落ち着いた気持ちになった。

屏風びよぶに囲まれて内観をしているヨセフさんの所に、二時間おきにフランツさんはやってきて、その間、思い出したことを聞いた。

「祖母はいつもおれたちにケーキを焼いてくれました。寒い冬はフライパンを熱く焼いてタオルで包み、おれたちのベッドに入れて温めてくれました。だからおれは天国に行くような気持ちで、温かいベッドに入りました」

祖母のいたわりを一つひとつ思い出しているうち、ヨセフさんは祖母がどんなに愛してくれていたか、気がついた。

「それなのに、おれは祖母の目の前で警察に逮捕され、二年半の刑を食らったのです。麻薬に浸りきり、人間のクズに成り下がっていたおれを、祖母はそれでも信じて、『立ち直って!』と泣いて訴えましたが、おれは自分の中の化け物をどうすることもできなかったのです。祖母は『もう会えないかもしれない』と嘆きながら、一九八四年に亡くなりましたが、本当に申し訳ないことをしてしまいました」

ヨセフさんの目に大粒の涙が光った。愛する人を裏切ってしまった思いが襲ってきて、ヨセフさんは泣いた。

「母はもう自殺すると言って、ロープを持って地下室に下りていったことがありました。でも、私が死んでしまったら、ひもじい思いをしている子どもたちに誰が食事を作るのかと考えてしまい、死ねなかったそうです。持病に苦しんでいた母はそれを我慢して、みんなに食事を作ってくれました」

ぐうたらで何もしてくれなかったと恨んでいた母だったのに、実際は体の痛みを耐えながら食事を作ってくれていたのだ。そして、母はできることは全部やったんだ、あれ以上はできなかったんだと思えるようになり、恨みが氷解していった。

母は父のことをこう話した。

「父さんはママ母に育てられたので、甘えることを知らないかわいそうな人なんだ。父も義母もアル中で、口答えをするとすぐ殴られたそうだよ。だからああなってしまったんだ。二十三日のときに罪を犯し、刑務所に入ったそうだよ」

それを思い出して、ヨセフさんは愕然<sup>がくぜん</sup>とした。人間のクズだと軽蔑<sup>けいべつ</sup>していた父が、初犯を犯したのは二十三歳。自分ももっと重罪を犯して、十八歳で刑務所入りしている! 軽蔑していた父より、いつのまにかもっとワルになっていったのだ!

父だって、人から後ろ指さされるような人間にはなりたくなかったに違いない。子どもたちからさえ嫌われて、家庭も安住の場ではなかった。意のままにならないので自暴自棄になった。感情が爆発し、暴力を振るったのだ。それに思い至ったとき、ヨセフさんは初めて父の寂しさがわかり、許せる気持ちになった。

「あるとき、父から手紙が来ました。もう九年も会っていない。会いたいから帰ってきてくれというのです。でもおれは悪態をつき、『誰が帰るものか。お前の顔を見るのも嫌だ。文面か

ら察すると、もう長くはないらしいな。早くくたばっちまえ。おれは葬式には帰らないぞ』というひどい返事を出しました。父は落胆し、手紙を読んだ翌日息を引き取ったそうです。おれは取り返しのつかないことをしてしまいました。父を殺したのは、おれのようなものです。お父さん、許してほしい」

ヨセフさんは泣いた。さめざめと泣いて、父親との繋がりを徐々に取り戻していった——。こうして初めての内観を終えたとき、ヨセフさんは平穏な気持ちに満たされていた。気がついてみると、外はしんと雪が降り、すべてのものを真っ白に包んでいた。

(ああ、雪がけがれなく美しいということも気付かずに、二十五年の歳月を過ごしてしまっていた)

ヨセフさんはやつと自分の人生を取り戻したのだ。

### 再犯、再々犯、そして立ち直り

平安な気持ちはその後三か月続いたが、古い仲間との縁はおいそれとは断ち切れなかった。

再びヒロインに手を出し、仲間の注射針を刺して麻薬をやるようになり、ついに警察に捕まった。そしてこともあろうに、命の恩人である仏教センターで盗みを働いていたことも発覚した。精神鑑定を依頼された精神科医は、「この男はもうどうしようもない。十年は刑務所に閉じ込

めておくように」と進言した。それでも裁判官は更生することを信じて、最小限の刑にしてくれた。

再び刑務所暮らしが始まり、ヨセフさんは絶体絶命の立場に追い込まれた。せつかく思い出した祖母のケーキの匂いが消えかかろうとしていた。心が硬直していくのがわかった。このままでは再び黒メガネをかけて肩をゆすって歩く生活に戻ってしまう。黒メガネを取るか、ケーキの匂いを取るか。もう内観しか立ち直る道はない。ヨセフさんは刑務所の中で壁に向かって坐り、本来の自分を取り戻そうと務めた。

そんなヨセフさんの所に足繁く通ってきて、励ましてくれた人がいた。仏教センターでフラッシュさんの助手として、ヨセフさんの内観を手伝ってくれたヘルガさんだ。ヘルガさんはヨセフさんの中の「立ち直ろうとする闘い」を知っていて、「あなたならやれる。きつとやれる！」と励ました。

その信頼のお陰で、ヨセフさんは内観を続け、模範囚となって刑期を勤め終えた。出所したヨセフさんはヘルガさんと結婚し、食べていくために指圧を勉強し、指圧治療所を開いた。日本流の指圧はオーストリアでも知られるようになり、ヨセフさんの指圧治療所にも固定客がついた。ヨセフさんは鋭い目線やクザン言葉遣いを直し、一般の市民になろうと必死に努めたが、自分の弱さに負けて、またヒロインを打つようになった。悪習を脱却するのは至難の業だ

った。

しかし、今度は自分一人ではない。妻もおり、子どもも生まれている。ここで麻薬から脱却できないと、信じてくれた妻を決定的に裏切ってしまうことになり、子どもを崩壊家庭の犠牲にしてしまう。そこでヨセフさんは自主的に麻薬依存症センターに入院し、十四か月かかってようやく麻薬から脱却することに成功したのだ。

### 新しい内観研修所の開設へ

さて、患者に指圧を施している間、ヨセフさんは患者と取りとめのない四方山話をした。ところが話を聞いてみると、みんなそれぞれ親や兄弟、また夫や妻との間に葛藤を抱えているのだ。

「それだったら、内観をやれば、随分気が楽になりますよ」

とヨセフさんは、自分の体験談を話し、一九八五年、ウィーン郊外にフランツさんが開設したプーカースドルフ内観研修所を紹介した。ここはフランツさんが仏教センター所長を後進に譲って、独立して開いた所だ。

フランツさん自身、方々での講演の折、内観の素晴らしさを説き、内観を試みてみるよう勧めていたので、応募してくる人は多かつたし、ヨセフさんからも内観希望者が紹介されて来た

ので、まもなく内観研修所はいっぱいになり、随分待たされるようになった（プーカースドルフ内観研修所は一九九〇年、ノイエヴェルトに移転してノイエヴェルト内観研修所と名称を変え、さらに一九九八年、ウィーンから南へ電車で四十五分の、交通が便利なクレイン・ウオーカースドルフに移転し、ノイエヴェルト内観研修所として活動を続けている）。

そこでヨセフさんは一九九一年、自宅を開放し、応接間の四隅を屏風で仕切り、そこで内観するよう指導した。これだと一回に四人までは内観できる。しかしそれもすぐに間に合わなくなった。

そこでウィーンの郊外の閑静な所に物件を探したところ、ルンツ村の物件が見つかったので、一九九八年、ウィーン市内の指圧治療所を兼ねている内観研修所を残して、引っ越したので、

### ヨーロッパにおける内観の歴史

ところで、ヨセフさんが立ち直るのに、フランツさんは大きな役割を演じたのだが、フランツさんがそもそも内観を知ったのは、一九七八年、日本の禅寺に修行に来たときである。通訳を務めた青山学院大学法学部の石井光教授が、熱心に内観の効用を説くのに惹かれたのだ。そこで一九八〇年八月、オーストリアに石井教授を招き、シャイプス・セミナーハウスで内観が行われた。これが海外における初めての内観である。

フランスさんはそれまでの十年間、禅、チベット仏教、太極拳、ヨーガなどを実習し、また世界中から講師を招いて研修を行っており、他のものと比較することができた。フランスさんは内観から期待以上のものを得ることができ、内観を自分の修行方法の中心に据えたのだ。

一九八五年、シャイプス・セミナーハウス所長を辞めて、プーカースドルフ内観研究所を開設し、以後、ドイツ語圏における内観の普及者として大きな働きを果たすようになった。

石井教授は文学部の教授ではなく、法学部の教授だ。刑法の専門家、受刑者の更生方法として、内観が極めて優れていることを発見し、積極的に内観を勧めるようになった。とはいえず、職業上の興味だけではなく、個人としても、学生時代、鎌倉の円覚寺で坐禅修行し、内観の創始者、大和郡山に住む吉本伊信先生の所でも、内観修行に励んでいる。

昭和五十五（一九八〇）年八月、内観の指導にオーストリアに行ったことはすでに述べたが、以後、毎年夏休みにはヨーロッパに渡り、刑務所やアルコール依存症センター、麻薬依存症センターなどで、内観を指導するようになった。内観はそれらの場所でも効果を発揮したが、それ以上に自分の魂を向上する方法としても注目され、内観はいつそう広まっていた。

年々盛んになるにつれて、常設の内観研修所も開かれるようになり、前記の二か所以外に、ローランド・ディックさんが主宰するザルツブルグ内観研修所、またゲラルド・シユタインケさんが主宰する、北ドイツのブレーメンにあるヴォルフエンビュッテル内観研修所も開設され

た。その他、スイス、イタリヤ、フランスでも、常設の研修所はないものの、定期的に内観が行われている。

アメリカ、カナダにも内観は広がっているが、まだ常設の内観研修所を開くまでには至っていない。しかしながら、内観が日本発の瞑想の方法として定着するのは、もう時間の問題である。

### 内観は新しい未来を約束する

今ではヨーロッパにおける内観指導者として、寝る暇がないほどに忙しいヨセフさんは、内観の魅力をこう語る。

「もし内観が魂のレベルを高めるといふ精神修養に役立つだけだったら、私は興味を示さなかつたでしょう。内観が過去のわだかまりを払拭し、自分を取り戻させてくれるという治療的側面を持っていたから、私のような暗い過去を引きずっていた人間も立ち直ることができたんです。人間は自分の人生の主人公でなければ、せつかく生きていく意味がありません。内観は過去のわだかまりを清算することによって、その道をつけてくれます。

その意味で私はみなさんが自分を取り戻すための作業のお手伝いをしているのです。私の過去を聞いて、みなさんびつくりされ、ヨセフさんでも過去を清算してまともになれたのだから、



私もできないはずはないと発奮されています。私の暗い過去も少しは人々のお役に立てているようです」

ヨセフさんは麻薬依存症から立ち直ろうとして、他の心理療法も受けている。そこで私は、患者の立場から内観療法と他の心理療法を比較してどう思うか聞いてみた。ヨセフさんの答えは明快だった。

「西欧の心理療法はクライアントの感情に焦点を当てます。だから駄目な父母のせいでは自分はどうなってしまったのだと一切を父母のせいにし、自分は犠牲者だとみなしてしまいます。そのため、父母への恨みが増加されてしまうのです。精神分析や心理療法では過去の感情は整理されたとしても、被害者意識は残り、決して幸福感は満たされません。

ところが内観は父母に愛された記憶に焦点を当てるので、幸福感に満たされていくのです。

この点は精神分析家のアルミン・モーリッツ氏も高く評価している点で、モーリッツ氏は『精神分析は内観を取り入れないと、未来はない』とまで言い切っています。それは私も同感です」

両親を恨んでいた人の答えだから、説得力に満ちている。ヨセフさんはインタビューを終わるにあたり、自分の感情から解放されて、みんな自分の人生の主人公になるうじやありませんかと強調して、こう語った。

「自分が嫌いな父に似ているからという理由で、ある男性を好きになれなかったり、男性が近くと鳥肌が立ってしまうという女性があります。父親を恨むと同時に、男性全体を恨み、結果として自分の世界を狭めているのです。過去の感情から解放されると、自由になります。それを約束してくれるのが内観なのです。

私は立ち直ろうとして、何度も挫折しました。自分の中の化け物の力は、あなどれないほど強かったのです。しかし、フランツさん、家内、石井先生をはじめとして、みなさんの励ましのお陰でここまでやってこられました。だから今度は私が私を必要としてください方々に恩返しする番です。私は今の生活をエンジヨイしています」

荒れに荒れた人生だったが、今はそれすらも活かされているのだ。