マインド・コントロールと
セルフ・コントロール
——オウム真理教事件と関連して——

沼　田　健　哉

一　はじめに

現在，オウム真理教事件において，マインド・コントロールという言葉が頻繁に用いられているが，この用語は，元統一協会信者の体験を有する，スティーヴン・ハッサンの『マインド・コントロールの恐怖』によって広く知られるに至ったものである[1]。これらの教団は，カルト，もしくは破壊的カルトと命名されているが，その概念規定は，研究者毎に差異がある。

したがって，まず当論文においては，カルトの概念規定に言及したい。さらに，オウム真理教は，ヨーガが契機で入信した者が多いが，これは，従来セルフ・コントロールと呼ばれてきたものの一種である。以下，当論文においては，カルトに関して考察した後，マインド・コントロール，ついでそれからの救出法，さらにはセルフ・コントロールに関して言及し，しかる後に，オウム真理教における事例を参照し，最後に若干の全体的考察をおこなうことにする。全体として，概念のもつ文化的バイアスの問題を，考察の対象の一つとする。具体的には，カルトや瞑想もしくは，ＡＳＣの定義づけや特性の文化的位置づけ等を課題としたい。くわえて，オウム真理教事件が生じた社会的背景をも考察の対象とするつもりである。そして，セルフ・コントロ

1) Steven Hassan, Combatting CULT MIND CONTROL, (Park Street Press 1988) 浅見定雄訳『マインド・コントロールの恐怖』恒友出版1993年。

ールやマインド・コントロールという用語の社会現象の解明における有効性と限界についても言及することにしたい。

二　カルトに関する考察

ディヴィッド・G・ブロムリーとアンソン・D・ミュウプ，Jr. による著書において，カルト (Cult) という言葉は，カルチュア (Culture) という言葉の核であり，かつて人類学者および宗教学者によって，なんらかの崇拝の対象をとりまく，組織化された信仰と儀礼のセットという意味で用いられてきたとされている[2)]。したがって，近代のローマ・カトリック教会では，聖母マリアのカルト（聖母マリア崇拝）があり，宗教以外の領域では，エルヴィス・プレスリー，ビートルズ等をとりまく，カルトに似た信奉者の集団があったとする。

しかし，近代の社会学者らによる用法によれば，カルトとは，あらゆる宗教の始原であり，一人のカリスマ的リーダーとその信者によって形成される小規模な集団（バンド）のほかにほとんど構造をもたず，経典もないとする。イエスと，その十二使徒は，カルトの古典的な例であるという。

そのため，カルトは，以下の二つの理由により非調和的である。第一に，カルトは新しい宗教伝統を急進的に始めようと奮闘する。第二に，カルトは，それが腐敗した社会とみなすものと緊張，対立関係にある。そのため，カルトの大部分は短命であり，成長し，生き残る可能性は，きわめて少ないという。

しかし，カルトという用語は，様々なグループに対して無差別に用いられており，非伝統的な宗教に対し，一九七七年に反カルト組織のあいだで配布されたリストには，神の教会や，エホバの証人も含まれていたという。福音主義キリスト教信者の著述家は，モルモン教徒やクリスチャン・サイエンス，

2) David Bromley & Anson Shupe Jr., Starange Gods. (Goro Inasawa 1986) 稲沢五郎訳『アメリカ「新宗教」事情』ジャプラン出版1986年。

安息日再臨派，スウェーデンボルグ派やローゼンクロイツ派をカルトとしてラベリングしていた。カンフーや合気道までカルトとされる場合があった例からみても，カルトと呼ばれるグループの範囲は，慣習的宗教をいかに定義するかによって，かなり恣意的なものとなる。

J・C・ロスとM・D・ランゴーニは，カルトとは，しばしばその教義や儀式が秘密におおわれた排他的なものを意味し，カルト信者はある特定の神や人間のもとに集まり，過激に走りやすい異端者で，社会からの逸脱者とみなされてきたとする[3]。J・C・ロスらは，カルトを，以下のように分類している。「東洋の瞑想」「聖書に基礎をおくキリスト教的カルト」「オカルト，サタニスト，ウィッチクラフト，ブラック・マジック」「政治的テロリスト」「心理セラピー／人間の潜在力」「麻薬とアルコール中毒のプログラム」「商業カルト」

これらをみると，宗教以外のものも含まれているが，スティーヴン・ハッサンも，カルトは，歴史を一貫してみられる，あらゆる種類のカリスマ的リーダーのまわりに生まれる熱狂者の集団としつつも，実際には多くの場合カルトはまったく非宗教的であるとする。そして，カルトの四つの主要なタイプとして，「宗教カルト」「政治カルト」「心理療法または教育カルト」「商業カルト」をあげている[4]。

さらに，トーマス・W・カイザーとジャクリーヌ・L・カイザーは，カルトとは，何らかの強固な信念・思想を共有し，その信念に基づいた行動を熱狂的に実践するように組織化された集団のことをさすと定義している[5]。

---

3) Joan Carol Ross, Ed. M. and Michael D. Langone, Ph. D., CULTS: What Parents Should Know, (Carol Publishing Group. 1988) 多賀幹子訳『カルト教団からわが子を守る法』朝日新聞社1995年。

4) 浅見定雄訳『前掲書』

5) Keiser, T. W. & Keiser, J. L., The Anatomy of Illusion: Religious Cults and Destructive Persuasion (Charles C Thomas Publisher 1987) マインド・コントロール問題研究会訳『あやつられる心—破壊的カルトのマインド・コントロール戦略—』福村出版1995年。

これらの見解に対し，井上順孝らは，オーソドックスな宗教社会学の学説では，組織がもっとも未成熟で社会との緊張を起こしやすいものとされていたが，現代では極めて多義的に用いられ，ツイン・ピークス・カルト，平井カルト，尾崎豊カルト等が出現しているとする。さらに，一般的でないことに熱狂的に執着し固執する性癖を表す場合もある。しかし，最近の欧米の学会における純学術的な定義の一つによると，カルトとは，「自発的集団で，教義も組織も未成熟，熱狂的，カリスマ的な一人の指導者と，それについていく信者の小規模な集団。聖職者制度，官僚制度が確立していない。信者同士の出入りは自由」という特性をもっているとされている[6]。

さらに，井上らは，日本には，新宗教という中立的な用語があるので，カルトという言葉を，学術用語としては使わない方がよいと主張する。その理由としては，カルトという言葉を使う場合は，その運動に対する嫌悪感が根底にあることが多いということをあげている。現存の秩序を維持しようとする社会にとって危険であり，排除すべきであると多くの人が感じた集団や運動に対して，カルトとラベリングすることにより，それ以上の冷静な分析ができにくくなる。さらに，カルトの特徴とされるものも，よく観察すると，カルトと呼ばれない宗教運動にもいくつか見い出されることが多いからである。

以上のような指摘は，きわめて重要なものといえよう。なぜなら，宗教全般に関する一定の知識や理解なくして，カルトと呼ばれている集団を研究すると，一面的なものとなる可能性があるからである。

このように，カルトという用語がもつバイアスを考慮して，破壊的カルト (destructive cult) という用語が用いられる場合が多い[7]。カイザーによれば，破壊的カルトとは，カルトの中で，とくに，真の活動目的を隠し，自らの利益追求のためにあからさまな欺瞞をおこなう反社会的な集団と定義さ

6) 井上順孝・武田道生・北畠清泰編著『オウム真理教とは何か』朝日新聞社1995年，56頁。

7) この用語は，ハッサンも用いており，多くの研究者によって使用されている。

れている。J・C・ロスらは，破壊的カルトは，極端で反道徳的な手法を用いて入信させ，教化し，思考・感情・行動をコントロールして，教祖の目的を達成しようとするという。ロスは，破壊的カルトのイデオロギーとして以下の項目をあげている。「教祖への服従」「世界観の分極化」「思考より感情」「感情の支配」「批判的思考を汚辱とする」「救済・充足・自己認識はただ教団に従うことによってのみ得られる」「目的のためならどんな手段を用いても正当化される」「教団を個人より優先する」「秘密主義と精鋭主義をかかげていて，入信にはある決まった儀式がある」「脱会者には，過酷で超自然現象の制裁が下されると警告する」「過去との断絶――家族，友人，自分の目標や関心といったものを断ち切る」「教団の教義は絶対的な真実で，一般社会の法律を超越したものとする」「信者には特別な力と特権を与える」[8)]

ハッサンも，表向きの目的が宗教であろうと経済であろうと，目的追求のためにあからさまな欺瞞をおこなうグループを破壊的カルトとする。それは，非倫理的なマインド・コントロールのテクニックを悪用して，そのメンバーの諸権利を犯し，傷つけるグループのことであるという。

そして，カルト信者にとっては，以下のような主題が共通する項目とされる。「教義こそ現実」「現実世界は白か黒か，善か悪かの二者択一」「エリート心理」「集団の意志か，個人の意志か」「厳格な服従――リーダーをモデルにする」「よい業績による幸福」「恐れと罪責感による操作」「情緒的高ぶりと落ち込み」「時間への態度の変化」「出口なし」

ハッサンは，破壊的カルトか否かを判定する基準を，マインド・コントロールと暗示と集団心理の影響作用のあり方においている。さらに，ハッサンは，破壊的カルトには，個人の選択と自由をむしばむ非常に独特の性格があるとし，組織の破壊的性格を鑑定するための基本的な分野として，リーダーシップと教義とメンバーシップの三つをあげている。リーダーシップに関しては，指導者が疑わしい経歴を持っているか否か，権力が完全に彼に集中し

8）多賀幹子訳『前掲書』

てコントロールされるような仕組みをその組織が持っているか否かが基準となる。

教義に関しては，内部者向け教義と外部者向け教義の違いがあるか否かが判定の基準となる。メンバーシップに関しては，勧誘，グループの維持，やめる自由という三つの要素をあげている。

大部分のカルトの勧誘の基本的特徴は，ごまかしであり，さまざまな「前衛組織」を使う場合も多い。そして，新しいメンバーは，急激な人格の変化を示すことが多い。メンバーシップの維持は，新会員とその家族や友人たちとの関係を意図的に切り崩すように仕組んだ活動によって成しとげられる。睡眠パターンや食事の変化が生じることも多く，メンバーの健康維持にほとんど何もしないのが集団の特徴である。さらに，破壊的カルトのメンバーは心理的囚人であり，グループをやめることに対する恐怖心を心に植えつけられる。

オウム真理教は，破壊的カルトの典型的な例の一つとされているが，以下，その具体的な分析に入る前に，マインド・コントロールについて考察をおこなうことにする。

三　マインド・コントロールに関する考察

ところで，ハッサンは，マインド・コントロールとは，「個人の人格（信念・行動・思考・感情）を破壊してそれを新しい人格と置き換えてしまうような影響力の体系のことである。多くの場合，その新しい人格とは，もしどんなものか事前にわかっていたら，本人自身が強く反発しただろうと思われるような人格である。」[9] と定義している。

そして，注目すべき見解として，マインド・コントロールの技術が，すべてそれ自体として悪であり非倫理的であるのではなく，その使い方が問題であるとしている。

9）浅見定雄訳『前掲書』27頁。

これに対し，西田公昭は，このような用語の使い方は，「こころのコントロール」というような広い意味になり，「心理学の技術応用」とほとんど違わなくなってしまう。良いマインド・コントロールと一般の人が呼ぼうとしているものを心理学者は，セルフ・コントロール，自律訓練法，心理療法などと呼んできた。したがって，西田は，マインド・コントロールは，破壊的カルトと呼ばれる組織集団などがおこなう精神操作の技術に限定して用いたほうがよいと考えている[10]。分析概念は，分析に有効であればよいともいえるので，どのように定義することも自由であると思われるので，以下ハッサンの見解を，さらに検討することにする。

ハッサンは，マインド・コントロールが使われる場所は，つねに個人の内部にかぎられるべきであるとする。たとえば，喫煙をやめるのに催眠を使うことは，本人の自発的意志にもとづく方向へ催眠者が動かそうとするなら問題はない。ところが，了解にもとづく同意なしにマインド・コントロールを用いて，人の信念体系を変革し，その人を他の権威ある人物に依存するようにしてしまうとしたら，その結果は破壊的なものになるというのである。

ロバート・J・リフトンによるマインド・コントロールの八つの基準は以下の項目から成っている。一．環境コントロール　二．密かな操作または，仕組まれた自発性　三．純粋性の要求　四．告白の儀式　五．聖なる科学　六．特殊用語の詰め込み　七．人を超えた教義　八．存在する権利の配分[11]。

ハッサンは，カルトのマインド・コントロールは，個人の人格を分裂させるシステムと理解するのが適当であると述べている。ところで，洗脳は，長時間，個人を拘禁状態において拷問したり，薬物を投与したりして，個人の精神構造を，強制的に生理的に変化させるものである。これに対し，マインド・コントロールは，露骨な物理的虐待は，ほとんどあるいはまったく伴なわず，催眠作用が，グループ・ダイナミックスと結合して，強力な教え込み

10）西田公昭『マインド・コントロールとは何か』紀伊国屋書店1995年。7—8頁。
11）浅見定雄訳『前掲書』104頁。

効果をつくりだす。

ハッサンは，催眠にかかった人々はトランスに似た状態に入るのであり，通常の意識においては，注意は五感を通して外側へ向けられるのに対し，トランスにおいては，注意は内側へ向けられる。ハッサンによれば，宗教であると主張するカルトの多くで，瞑想と呼ばれるものは，カルトのメンバーがトランス状態に入る過程以外の何ものでもなく，その状態のなかで，メンバーは，カルトの教義にますます従いやすくなるような暗示を受ける。ハッサンは，トランス状態では人々の批判能力が減退し，受けとった情報を評価する能力が低下すると述べている[12)]。

マインド・コントロールは，リアン・フェスティンガーが，認知的不協和の理論の中で説明している三つの構成要素の分析を使うとほぼ理解できるとする[13)]。ハッサンは，マインド・コントロールの四つの構成要素として，フェスティンガーの行動コントロール，思想コントロール，感情コントロールに加えて，情報コントロールをあげている[14)]。

ところで，エドガー・シャインの『強制的説得』の中で展開されている洗脳の三段階の過程は，マインド・コントロールにおいてもあてはまる。この三つの段階は，解凍（unfreezing）変革（changing）再凍結（refreezing）からなり，解凍とは，人格を崩壊させること，変革とは教え込みの過程，再凍結とは新しい人格を作りあげ強化する過程とされる[15)]。

ハッサンは，さらにカルトのメンバーを理解する鍵として，二重人格という概念をあげている。マインド・コントロール下にある人間は，以前の自己とカルトの自己とが戦争状態になる。カルトは，教え込みによって古い人格を破壊し，新しい人格を形成しようとするが，それは完全に成功することは

12）『同書』109～111頁。
13）Leon Festinger, A Theory of Cognitive Dissonance (Evanston: Row, Peterson, 1957)
14）浅見定雄訳『前掲書』114頁。
15）『同書』128～129頁。

めったにないとする[16]。

ついで，西田公昭は，主としてハッサンによりつつ，「破壊的カルトのマインド・コントロールとは，他者が自らの組織の目的成就のために，本人が他者から影響を受けていることを知覚しないあいだに，一時的あるいは永続的に，個人の精神過程（認知，感情）や行動に影響を及ぼし操作することといえる。要するにそれは，他者が個人の『意思決定過程（decision-making process)』に微妙に影響を及ぼすことと同義である。」[17] と定義している。

西田は，さらに，意思決定過程とは，認知心理学の立場からすると，人間の精神を「情報処理システム」としてとらえるという考え方からきているとする。意思決定という活動においては，ボトム・アップ情報とトップ・ダウン情報という二種類の情報を利用している。ボトム・アップ情報とは，情報処理時に五感を通じて外界から取り入れる情報のことであり，トップ・ダウン情報とは，それまでに獲得されて記憶構造の中に貯蔵されている情報のことである。なお，トップ・ダウン情報を「ビリーフ」（belief）という[18]。

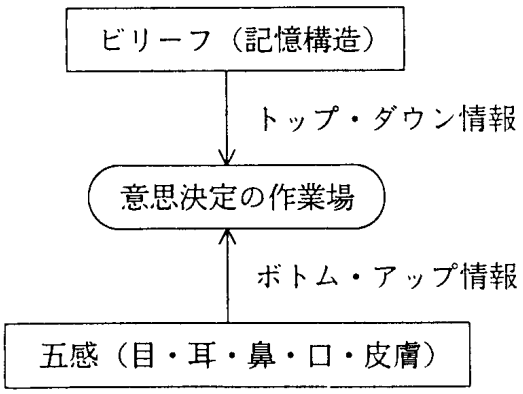

図1　意思決定過程の概念図

西田は，ボトム・アップ情報を操作するマインド・コントロールを「一時的マインド・コントロール」，トップ・ダウン情報あるいは，両方の情報を

16）『同書』138～143頁。
17）西田公昭『前掲書』57頁。
18）『同書』58～59頁。

操作しようとするものを「永続的マインド・コントロール」と呼んでいる。破壊的カルトのマインド・コントロールは，二種類の情報を統制することにより，個人の精神過程と行動の完全なコントロールをもくろむものとする[19]。

このような，マインド・コントロール下にある人物に対しておこなわれるものが，次に述べるディプログラミングや救出カウンセリングである。このいずれかの方法によって，破壊的カルトのメンバーを組織から離脱させる試みがなされている。

四　ディプログラミングと救出カウンセリング

カルトのメンバーを，カルトから離脱させるためにおこなわれるディプログラミング（脱洗脳）は，一九七〇年代初頭にテッド・パトリックによって開発された。これは，破壊的カルトのメンバーを，強制的に連れ去り，長期にわたり監禁してカルトの影響から離脱させようとするものである。パトリックは，カルトの教化が反復的な詠唱・瞑想，さらにカルトのイデオロギーを機械的に覚えることによって信者の精神をプログラムしていると結論づけたが故に，ディプログラミングという言葉をつくりだした。ここには，東洋起源の宗教に対する偏見がうかがわれるともいえよう。

カイザーは，ディプログラミングは，個人を単にカルトの影響から隔離するためにのみおこなわれる強制的誘拐と混同されてはならず，カルト内において利用できなかった情報を与えようとする試みであると位置づけている[20]。

カイザーは，ディプログラミングを二つに分け，カルトの信者の完全な同意にもとづいておこなわれるカウンセリングのかたちをとる自由意志にもとづくものと，強制的なものがあるとする。強制的ディプログラミングがおこなわれる時，カルト信者は，カルトの環境から誘拐され，ホテルや親族や友人の家に連れていかれ，カルトの活動についての情報を提示される。

19）『同書』59～61頁。
20）マインド・コントロール研究会訳『前掲書』188～189頁。

このようなディプログラミングが成功した場合は問題ないが，失敗した時には，民事裁判や刑事告訴による責任追求をされる可能性がある[21]。

ディプログラミングは，確実にカルトの影響から逃れさせることができるという利点があるが，失敗すると，親子関係は壊れ，さらに深くカルトに関わるようになる可能性もある。最近の調査によると，ディプログラミングの成功率は60～75パーセントであるという[22]。

ディプログラミングは，多額の料金がかかり，本人の意志に反して強制的に拉致監禁をおこなうので，人権侵害の可能性があるうえに，受け手に精神的な傷を残す可能性も少なからずある。この行為自体が，一種の洗脳ともみなしうるのである。

ハッサンは，強制的でない救助の方法として救出カウンセリングを提示する。救出カウンセラーは，最新のカウンセリングのテクニックと精神治療のテクニックを用いている。そして，救出カウンセラーとその援助者は，ほとんどみな元カルトのメンバーだった人物によって構成されているケースが多い。

ハッサンは，救出カウンセラーとしての仕事とは，以下の四つのことをカルトのメンバーに知らせることであるとする。第一に，その人が精神的能力を奪われて，そこから出られないようにされているのだということを実例で示す。第二に，その人がもともと自分から罠にはまろうと思ったのではないことを説明する。第三に，ほかのグループの人々も同じような罠にはまっているのだということを指摘する。第四に，その罠から出ることはできるのだと話す。

ハッサンは，自分の方法の基礎にある信念として，人間とは成長する必要と願望を持っていること。人間の焦点は，「いま，ここ」にあるのだということ。人間はいつでも自分にとって最善と思うものを選ぶものであるという

21）『同書』189～191頁。
22）多賀幹子訳『前掲書』131頁。

こと。ひとりひとりの人がユニークであり，ひとつひとつの状況が違ったものであるということ。カルトのメンバーは，心の深いところでは脱出したいと願っているという信頼を持っていることをあげている。

そして，ハッサンの方法は家族中心であり，友人も重要な位置を占める。本人の同意のもとにおこなわれる救出カウンセリングは，これらの人々が本人と意志疎通する時，重要な役割を果たす[23]。

ハッサンは，カルトのマインド・コントロールを解くにあたり，基本的な鍵として以下のことをあげている。一．親密な関係と信頼感をきずく。二．目標重視のコミュニケーションをする。三．人格のモデルを作りあげる。それ以外の鍵として，以下の項目をもあげている。四．カルト以前の人格に触れる。五．現実世界をいろいろな角度から眺めさせる。六．間接的に情報を与えて，思考停止の作用をさける。七．カルトの外でのしあわせな未来を思い描かせて，恐怖の教え込みを解く。八．マインド・コントロールとは何か，また破壊的カルトの特徴とは何かを具体的に説明してやる[24]。

このようなハッサンの見解をふまえつつ，西田公昭は，脱マインド・コントロールの技法について言及している。西田は，破壊的カルトからの離脱のパターンとして以下の六つをあげている。一．自力発見のケース二．幻滅のケース三．追放のケース四．逃亡のケース五．外部介入のケース六．強制離散のケース。

しかし，いずれの場合も，特殊なカウンセリングとリハビリテーションを通じることなくしては，完全にマインド・コントロールを解くことにはならない場合が多いとする[25]。

脱会カウンセリングの重要なポイントとしては，以下の項目があげられている。一．生理的充足二．介入する理由——反社会性の指摘三．動機づけの

23）浅見定雄訳『前掲書』205～222頁。
24）『同書』266頁。
25）西田公昭『前掲書』199～201頁。

形成四．敵意と恐怖心の除去五．マインド・コントロールの説明六．思想の矛盾や問題点七．過去の記憶八．元メンバーの体験。

そして，たとえ脱会カウンセリングが成功しても，破壊的カルトのメンバーだった者は，自己の根底的信念体系を棄てなくてはならないのであるから，強い衝撃と苦悩を経験し，精神的傷害の状態となることもある[26]。

西田は，後遺症として以下の項目をあげている。一．情緒的混乱(1)心的な空虚感，無気力感，消耗感(2)情緒不安定(3)自責(4)後悔(5)現実逃避(6)自信の喪失(7)孤独感(8)拒否感(9)今後の生活への不安二．思考的混乱(1)意思決定の困難(2)柔軟性の欠如(3)言葉のトラブル(4)残余思考(5)条件反射三．仲間への懸念四．家族とのトラブル(1)無配慮・対立(2)「ガラス張り」の苦悩五．対人トラブル(1)人間不信・引きこもり(2)関係修復の困難(3)「浦島太郎」状態。

このような状態から脱け出るためには，脱会者への社会的支援が必要とされ，西田は，精神的援助，経済的援助，社会的援助の必要性を説いている[27]。西田の研究は，ほとんど一教団のサンプルにもとづいているため，どれだけ，破壊的カルト一般に該当するかという問題点はあるが，ハッサンよりは，より社会科学的に厳密な考察がなされているといえ，一定の評価に価するといえよう。

以下，次章においては，西田が，良いマインド・コントロールの呼び名としている，セルフ・コントロールについて考察をおこなうことにする。

五　セルフ・コントロールに関する考察

内山喜久雄は，オールポートの所説をふまえて，セルフ・自己を「当人にとって最も重要で，また，当人の行動に影響を与えるパーソナリティの一側面であり，その機能は成長・発達とともに徐々に認識の対象（客体的自己）として形成され，同時に，環境の中で生ずる出来事の中から脅威，チャンス，

26）『同書』205～210頁。
27）『同書』211～221頁。

生存にとって重要なものを感じ取り，取捨選択し，制止や促進を行う」[28] と規定している。

そして，セルフ・コントロールを以下のように定義する。「レスポンデント反応領域では自ら自己の不安の減殺，情動の鎮静をはかる，オペラント行動領域では強化因を任意に利用できるにもかかわらず回避するとともに，嫌悪的結果は周知であるのに行動を実行する，また，コグニティブ活動領域では高度の心的活動（悟りなど）を含めた認知諸活動について随意的な自己管理を行うなどの諸過程の総称」[29]

内山は，体系的なセルフ・コントロールは，まず東洋ではじまり，禅・ヨーガ・瞑想等はその代表例であるとする。近代の科学的セルフ・コントロール研究の基礎となったものとしては，学習理論をあげており，さらに，ＡＳＣ（altered states of consciousness）に関する考察も研究を推進することに貢献したとする。

内山は，セルフ・コントロールを以下の四つに分類する。一．レスポンデントタイプ――情動・自律反応のセルフ・コントロール――不安，怒り等の情動や心拍，皮膚温その他各種の自律反応のコントロールに関するもの，これは，古来，修行という形で学習され，ヨーガや禅の修行者にもみられるものである。

二．オペラントタイプ――随意行動の外顕的セルフ・コントロール――目標行動の生起に影響を与える強化刺激を自らコントロールすることにより，目標行動の生起率を高めること。

三．コグニティブタイプ――随意行動の認知的，内潜的セルフ・コントロール――基本的には，オペラントタイプ同様，行動とその結果との随伴性を基礎とするが，認知的（covert）内潜的過程を中心としている点で異なるも

28）内山喜久雄編著『講座サイコセラピー４セルフコントロール』日本文化科学社 1991年，４頁。
29）『同書』４～６頁。

の。

四．非行動論的タイプ――意志力と東洋的方法――意志力（will-power）は，個人の内的過程を中心とした認知的性格をもっており，決意，我慢，誘惑への抵抗，覚悟などの概念が導入されている。東洋的方法によるセルフ・コントロールとしては，禅・ヨーガ・瞑想などがあり，その特色としては，身体的な活動ないし反応を積極的に取り入れていること，長期にわたる組織的・体系的訓練（修行）を課していること，超論理性を加味した独自の思考方式や観念体系を採用していること等があげられる[30]。

松原秀樹は，ＡＳＣは，瞑想，坐禅，催眠，自律訓練法，ＴＭ（transcendental meditation 超越的瞑想法），三昧境，薬物による恍惚状態，激しい運動中や断食，祈りなどの折に時々見られる精神反応などを意味しているとする。生理的にみると，交感神経緊張を抑制して副交感神経緊張が優位となるが，両神経系の働きのバランスが回復される，心理生理的にエネルギー消費の少ない，疲労回復的，エネルギー蓄積的な状態であり，本来人間に備わっている自然回復力・治癒力が最大限に発揮される場であるとする[31]。

効果的な瞑想状態への移行の修行に共通してみられるのは，坐禅でいう調身・調息・調心・調食・調眠の五事である。瞑想法は，心理的にみると，通常意識しない精神内界に注意が向くことになり，自己意識が変容する。そのため，日常意識に十分言語化・体系化されていない事柄が表出されやすくなり，言語的，論理的日常思考から，イメージ的，空間パターン的思考，直観や総合的思考が優位となる。

そのために，これまでより，はるかに大きな鳥瞰的視座に立つことができ，思わぬ創造的発見や意味理解，悟りといわれるような体験を得ることができる場合もある。一方，得られたものを日常生活に移行させる努力がないと，

30）『同書』７～16頁。
31）『同書』45～46頁。
なおＡＳＣに関するものとしては，斉藤稔正『変性意識状態（ＡＳＣ）に関する研究』松籟社1981年があげられる。

副作用が生じる危険もある[32]。

東洋の瞑想法のうち，まずヨーガについて言及すると[33]，ラージャ・ヨーガは，パタンジャリ編とされる『ヨーガ・スートラ』にもとづいて修行するもので，痛みや苦しみからの解脱をめざし，真実の自分をみるために，心と想念の浄化を説く。

道徳上の禁戒（ヤマ），霊的勧戒（ニヤマ），安定した姿勢（アーサナ），生命力・気・エネルギーであるプラーナの統御（プラーナーヤーマ），五感の制御（プラティヤハーラ），精神集中（ダーラナ），瞑想（ディヤーナ），三昧・悟り（サマーディ）の八部門をもって，無知のベールに覆われた人間に，その潜在能力を呼びさまし，内的エネルギーを霊的エネルギーセンター（チャクラ）である頭上に登らせようというのである。

恩田彰によると，セルフ・コントロールと創造性の関係を瞑想法の立場から考察するにあたっては，まず，注意集中のあり方をみる必要がある。注意集中は，一つの事象に注意を集中することであり，対象としては，外的，具体的刺激から，身体感覚，言葉，イメージのような内的，心理的なものなどまである。

さらに，瞑想法では，簡単な行動様式を設定して，それに注意集中しながら，くり返しおこなう。念仏，唱題，祈り，誦経，数息観，マントラ，公案の拈提など，単調な行動をくり返すうちに，一種の催眠性トランスに似た現象が生じる。思考活動の働きが抑えられ，注意集中がおこなわれ，瞑想状態に導かれる。

禅では，初めは能動的に有意的注意集中をおこなうが，やがて，自動的，無意識的注意集中ができるようになる。シネクティクス（synectics）という創造技法の創始者ゴードン（Gordon, W. J. J.）は，創造過程における「対象の自律性」をみいだしている。道元の「自己をはこびて，万法を修証

32）『同書』46～47頁。
33）『同書』54～59頁。

するを，迷とす。万法すすみて，自己を修証するは，さとりなり」（正法眼蔵，現成公案）も，禅の悟りの自発性を示している[34]。

人間には，元来セルフ・コントロールの働きがあり，これに習熟すると，自律性，自発的な悟り，創造的活動，自然治癒力や精神的な成長力の開発等がなされる。禅定（瞑想）は，一つの事物に注意をとどめない心の状態である。何も考えない心の状態である非思量の状態では，自己と外界との対立がなくなり，一つになっていることから，三昧という，心身の機能が十分に働き，生産的，創造的な活動ができるような状態になる。

注意集中が，心を一つの事象に集めるやり方とすれば，禅定は，心を自由に解放して拡散させるやり方である。禅定は，一方では人格の統合を壊し，非常に危険な状態をもたらす可能性も有するが，他方，心身を浄化し，ホメオスタシスの回復を促進し，その結果，人格の再統合をもたらすこともできる。

禅定状態において得られる悟りとは，自他不二，主客一如の真の自己を把握することである。真の自己の性質とは，一切の現象が，本質的にはその中味が全くないということであり，しかもその中に無限の働きをもっていることであるという。

創造過程を，準備（preparation），あたため（incubation），ひらめき（illumination），検証（verification）の四段階に分けると，あたための段階でおこなわれる瞑想では，課題によって作られた緊張による不均衡な心理状態を解放して，直観的なひらめきを生じさせる。創造的思考の過程を分析すると，思考→注意集中→禅定→三昧の連続過程があり，この注意集中→禅定（瞑想）の過程から，アイデアやひらめきが生じるという[35]。

暗示とは，意識的・意志的な意図を抑え，思考活動を止め，行動の目標を

34）『同書』164～167頁。
　なお，より詳細な研究としては，恩田彰『禅と創造性』恒星社厚生閣1995年があげられる。
35）『同書』167～169頁。

はっきりと設定することとも定義できる。この行動の目標を他者が与えるのが他者暗示であり，自分で設定し，実現しようとするのが自己暗示である。瞑想法は，とくに自己暗示と関係があり，暗示は潜在能力を開発する。自律訓練法では，受動的注意集中をおこなって予期する現象が出るのを待つ。坐禅では，禅の公案に集中した後に，放下（忘れて）して禅定を深め気付くのを待つ。

瞑想法は，心身を安定させる。トランス状態では，内にこもった緊張や抑えられた情動が表出される現象が生じる。この緊張解放によって，心身が浄化され，安定し，洞察が生じ，創造性が開発される。禅定では，人を拡散させ，とらわれから解放するので，固定概念が壊れ，拡散的思考（divergent thinking）が働いて，考えを多面的に展開させることが可能となる。

瞑想によって，心身のストレスが解放され，心身の安定が得られる。禅・ヨーガでは，自他不二，主客一如の真の自己に気付くようになり，はっきりとそれがつかめると自由に動けるようになる。創造性を開発するには，右半球のイメージ活動，直観的思考，拡散的思考を開発する必要がある。また，両半球の働きの統合をはかり，両者の相互作用を活発にさせることが重要である。坐禅やヨーガなどの瞑想法は，脳の右半球の機能を活発にし，さらに左半球と右半球の機能のバランスをもたらし，それによって両者の機能の相互作用を促進し心の安定と創造性の開発を促すという[36]。

自律訓練法は，シュルツによって創始されたセルフ・コントロール法で，ヨーガの影響を受けている。一種の自己催眠法であり，瞑想法でもあるとされる。この方法は，多くの人によって，その修正や新しい工夫が試みられ，さらに他の技法とも組み合わされて，総合的セルフ・コントロール法が生み出されている。

中でも，ルーテは，自律訓練法にもとづいて，精神分析，行動療法，バイオフィードバックなどを組み合わせて自律療法を提示している[37]。成瀬悟策

36）『同書』169～172頁。

は，ジェイコブソンの漸進的弛緩法，自律訓練法，イメージ面接法，精神分析，創造的開発法を統合して，独自の自己コントロール法を開発している[38]。

池見酉次郎も，自律訓練法をもとにして，手指の温度，皮膚電気抵抗などをフィードバックする装置を用いて自己統制法を創出している[39]。自律訓練法で，禅の公案体系を取り入れている例としては，荒井荒雄が，白隠の内観法にもとづいて仰臥禅の体系を創っているが，その中で公案を用いて指導している。石川中も，自律訓練法・バイオフィードバック・ゲシュタルト療法・交流分析法・ヨーガなどを統合して，個人サイバネーション療法を開発している[40]。

これらのような，瞑想法を中心とした東洋の方法と西洋の手法とを統合した，総合的セルフ・コントロール法は，今後もより多くのものが創出されるものと予測される。

六　オウム真理教事件

オウム真理教に関し，筆者は一定程度の研究をおこなってきたが，混乱を避けるために，以下，主として島薗進の研究に依拠しつつ，その概要を述べることにする[41]。島薗は，オウム真理教のおこなった恐るべき犯罪とその活動がいかにして生じたかという問題を，オウム真理教の信仰世界に即して考えていくことを試みている。

37）『同書』163頁。
38）成瀬悟策『自己コントロール法』誠信書房，1988年。
39）池見酉次郎『セルフ・コントロールの医学』日本放送出版協会1979年，279～294頁。
池見酉次郎『人間回復の医学―セルフ・コントロール医学の展開―』創元社1984年。
池見酉次郎『催眠』日本放送出版協会1967年。
池見酉次郎・弟子丸泰仙『セルフ・コントロールと禅』日本放送出版協会，1981年。
40）内山喜久雄編著『前掲書』163～164頁。
41）島薗進『岩波ブックレット379，オウム真理教の軌跡』岩波書店1995年，以下当書による。

島薗は，麻原のものの見方，考え方はまさに宗教的体験の中から，一つの信仰世界として形成されてきたものであり，その構造を内在的にとらえることは，この集団がおこなったことを理解する上で決定的に重要な意味をもつとみなしている。

オウム真理教の世界は，日本の宗教伝統に深く根ざしており，その現代的展開の中から生み出されたものである。さらに，信仰世界に注目することのもう一つのメリットは，オウム真理教が現代の世界の宗教文化の動向とどのようにかかわり合っているかを解明する手がかりが得られる点にあるという。

1995年の春の段階で，オウム真理教の国内信徒は約１万人，そのうち出家修行者が1100人余りと報告されており，出家修行者のうち，20代と30代を合わせると75.4％となることからも，若者の入信者が多いことが当教団の顕著な特徴の一つとしてあげられる。さらに，オウムに特徴的なのは，現世の人間関係の中での幸福よりも，自己の意識状態を見つめ，心身変容に関心を集中する内向性である。

麻原は，阿含宗へ入信することにより，大きな転機をむかえた。麻原は，1000日間，「千座行」を実践し，81年，（クンダリニー成就の体験），82年，（薬事法違反に問われる）をはさむ少なくとも，３年間修行を継続した。阿含宗の「因縁を切る」という考え方は，オウム真理教の「カルマおとし」（苦難や試練にあうことにより，前世・現世で積んできた悪しき業（カルマ）をなくしていくこと。信徒虐待の正当化に用いられたとされる）の教えに形を変えて，引き継がれているとみなしている。

阿含宗を介して麻原がもっとも強く引きこまれていったのは，ヨーガの理論と実践であった。もう一つ，阿含宗から学んだ重要な考え方は，原始仏教への復帰である。桐山は，仏教の基本的な修行法として「七科三十七道品」を解説し，ヨーガの修行法をその中に，位置づけようとしている。しかし，オウム真理教の独自性としては，ヨーガによるクンダリニー覚醒の実践が中心的な位置を占め，釈迦牟尼仏によるとされる「生死を超える」「絶対自由，

絶対幸福」の教えが重要な位置を占めていることがあげられるとする。

麻原の主要教義書ともいえる『超能力「秘密の開発法」』の著者略歴に，「クンダリニー覚醒」の成就を主要な過去の達成として記していることからみても，独自のヨーガ道場の発足から86年頃までは，これが解脱の主たる体験として重視されていた。ヨーガによる自己変容としての解脱体験こそ，80年代前半の麻原の宗教的アイデンティティの柱の一つとみなしうる。クンダリニー覚醒は，シヴァ神とかかわりが深く，麻原がシヴァ神を主神とする契機となった。

85年の2月，麻原は，初めて空中浮揚を体験したと称している。同年，神奈川県の三浦海岸で，五体投地の行をしていると，シヴァ神が，「アビラケツノミコトを任じる」と宣したという。その意味は「神軍を率いる光の命」として，超能力を得た民による理想世界，すなわち「シャンバラ王国」を築くことを命じたものだという。

翌86年の夏には，ヒマラヤでの修行により，麻原は「その霊的精神的ステージを確固たる，不動のものに」したと信じるようになった。87年になると，一．原始仏教にもとづく「悟り」の教えの明確化，二．弟子たちが「解脱」をめざして猛然と修行する活動のあり方，三．麻原がおこなう「秘儀＝イニシエーション」により，「解脱」と「悟り」への道が著しく促進されるという「救済」の信仰，といった要素の導入がみられた。

『イニシェーション』においては，「生は苦である」「死を直視せよ」と述べ，現世否定・現世離脱の教えを説き，これを瞑想の体験と結びつけ，この世の現実は幻影にすぎないと，わかりやすく説いている。

87年2月には，北インドのダラムサラを訪れてチベット仏教の「ブラック・ボックス」に触れ，これを「独房修行」として取り入れた。また，チベット仏教の「ツァンダリーの技法」についても「口頭伝授」し始めた。こうした方法を一番弟子の石井久子に実践させ，87年6月「クンダリニー・ヨーガの成就」という成果を得，その後，他の高弟らも次々に「成就」を体験して

いくようになった。

87年から88年にかけて，階層的宇宙観や多様なヨーガの種類を定式化し，さらに深い修行階梯があることを示した。成就にも，「クンダリニー・ヨーガの成就」だけでなく「ラージャ・ヨーガの成就」を認定された弟子があらわれ，88年5月には，石井久子が「マハームドラー」という段階を達成したと認定された。

出家修行者は，最終解脱に到達することを望んでいるがそれが到達しえる保証はないし，麻原自身が「最終解脱者」であることの証明も困難である。88年3月の「水中エアー・タイト・サマディ」のような実験で超能力の実在を示し，証明しようとしたが，それも十分な説得力を有していたとはみなしにくい。

87年以降，大乗の年と宣言し，麻原は異なる方向を模索し始めた。麻原は，「三つの救済」として，一．「人々を病苦から救済する」二．「この世の幸福をもたらす」三「悟り・解脱へと導く」という三つの柱を提示した。三に関連し，「イニシエーション」が導入されることになったが，これは解脱者の神秘的なエネルギーを信徒らに分かち与えようとするもので，もっとも重要なのは「シャクティーパット」で，横たわった信徒の額に手を触れ解脱者のエネルギーを移入しようとするものである。

これらの一連の動きは，グル＝教祖＝麻原のカリスマへの信仰を強調するものであった。「救済」とは，麻原の神秘的な力による，修行の促進や癒しや健康の増進を意味した。麻原は，強烈な指導者崇拝をバネとして教勢拡大をはかろうとする志向をもっており，他者の救済を持ち出すことで，その志向をさらに強めようとしたという見方も可能であるとする。

88年の間に麻原は，ヨハネ黙示録の解読に取り組み，89年には，終末における「滅亡」の危機について語っている。終末をめぐるオウム真理教の思考は，「回避」から，選ばれたわずかな者の「生き残り」へと次第に重点を移していった。しかし，この段階では，なお外部世界の人々の「生き残り」の

ためにオウムが貢献するという考え方が強かった。

オウム真理教と一般社会とのあつれきは，89年になって顕在化した。強硬な運動の効果もあってか，８月25日に東京都は宗教法人「オウム真理教」を認証した。しかし，10月には『サンデー毎日』誌が「オウム真理教の狂気」と題した連続批判記事を掲載した。11月には，坂本堤弁護士一家が突然，姿を消す事件が起こり，オウム真理教の関与が疑われ，この過程で「オウム真理教被害者の会」の活動が活発化した。

90年２月の衆院総選挙に「真理党」を結成して，25人の立候補者を立てたが惨敗した。４月に石垣島でのセミナーが企画され，多くの出家者が生じた。５月以降，熊本県阿蘇郡波野村への進出が始まり，地元住民との長期にわたる紛争に入った。この１年足らずの経過によって，オウム真理教はその内閉性を一段と高めることになった。島薗は，宗教教団の内閉化とは，宗教集団が一般社会との間に基本的な信頼関係を築くことができず，閉ざされた共同性をつくり，外部に対しては攻撃的にのみわたりあうことで勢力を伸ばしていこうとする傾向と規定している。

この時期のオウム真理教は，内閉化の傾向を顕著に示す観念を増殖させた。一般社会を悪魔の支配するものと見るとともに，悪のエイジェントが種々の陰謀をめぐらして自分たちを攻撃しているとする観念が強まっていった。

そして，ハルマゲドンへの突入が説かれ，その後，光音天へ向かう魂と，真の地獄へ向かう魂との分離が始まると説かれた。その後，麻原は，終末的危機やハルマゲドンの切迫について，考えを煮つめていった。

90年後半から92年中頃までの，比較的平穏な発展の時期の後，92年秋，10月から11月にかけて，麻原は，大学での講演の中で，2000年までに，ハルマゲドンが起き，大都市では９割が死ぬが，それを生き延びるには修行により「超人」となるべきである。さらに，「水中都市」など教団の巨大プロジェクトに期待すべきであると述べている。ついで，教団は化学兵器・細菌兵器などに対して，修行者が特別の抵抗力をもつことを実証しようとするに至っ

た。

生き延びるには修行の場を求めて出家するしかなく，岩山の陰のシェルターこそ，その場所とされた。あらゆる手段をつくして，攻撃し，抑圧してくる勢力と戦うしかない。94年の春以降，彼らはすでに自分たちは何者かの毒ガス（や生物兵器）攻撃によって，脅かされていると主張し始めた。外部社会との断絶，外部社会への徹底的な不信と敵対視，外部社会からのより多くの成員の獲得，外部の敵との物理的手段による闘争の思想が形成されていった。

オウム真理教の内部で，拉致監禁や信徒虐待とよぶべき事態が顕在化していた。入信を希望しない者をむりやり教団施設に連れていき，薬物を投与して正気を失わせようとしたり，脱会を希望する信徒の脱走を許さず，修行の名のもとに長期にわたり密室に閉じこめるというようなことがおこなわれていた。外部への暴力的・攻撃的姿勢と，内部への暴力的・強権的・虐待的な統制とは同時的に強化されていった。

しかし，島薗は，このような事態が生じるようになる集団のあり方や思考回路の傾向は，すでに初期から存在していたとみなしている。その一つとして，むき出しの指導者崇拝があげられる。それは，従来の新宗教の指導者崇拝のパターンを引き継いではいるが，一段と強烈であり，かつ「自立」の理念に正面から挑むという新しさをもっているとする。さらに，表現が極端であるとともに，きわめてひんぱんに語られ，囲い込まれた信徒の信仰生活の全面に浸透している，「グルへの帰依」「グルの力の尊崇」が徹底的にたたき込まれ，指導者と信徒との間に，直接的な力の支配の関係を打ち立てようとする実践体系が確立されていた。

具体例をあげると，「独房修行」（個室修行）では「尊師の説法」のビデオを何日にもわたって間断なく見続けるということが課せられる。さらに，長期にわたって毎日16時間，ないし20時間，五体投地を繰り返す「立位礼拝」の修行では，「オウム，グルとシヴァ神に帰依し奉ります。わたくし，○○

を速やかに解脱へとお導きください」と唱える。このとき，グルのイメージをつねに思い浮かべなければならず，これによって「潜在意識における帰依」が深まるとされる。この修行は，グルへの帰依を潜在意識に植えつけることが主な効果であり，それによってクンダリニー・ヨーガの成就が可能になるとされている。

さらに，指導者個人が所有する物理的な力やエネルギーや情報を直接的に信徒に注ぎ込むという，「イニシエーション」と呼ばれる儀礼がある。

島薗は，このような，一．指導者への徹底した帰依・服従の要求やそれを厳しい修行で植えつけるという考え方，二．指導者から信徒へと物理的な力やエネルギーや情報を注入し，直接的に指導者と物質的，「データ」的に同一化して解脱に至るとする信仰のあり方は，新宗教の歴史の中では新しいものとみなしている。ここには，指導者と信徒との関係を，もっぱら直接的な力による支配・結合の関係として，すなわち，むき出しの物理的関係としてとらえる態度があるとする。そして，この新たな指導者崇拝は，世界の先進国で暴発している新しい宗教的指導者崇拝と相通じるものがあるとみる。

グルの発する神秘的な力への直接的帰依は，ある段階から「タントラ・ヴァジラヤーナ」という言葉と結びつけてとらえられるようになる。これは，オウム真理教の指導者崇拝が，ひたすらグルの力の行使の絶対性を強調するものへと展開していくことをも意味した。解脱・悟り・救済も，グルの秘密の知識や儀礼から発する力によって，すべて獲得されるという思想である。そして，このタントラ・ヴァジラヤーナの中には，グルの力にもとづく秘儀によって，死者の魂ないし意識を，より高い地位へ移す「ポア」も含まれている。このようなグルの力の絶対性の強調は，はるかに低い霊的地位にある人物を成就者が殺害したとしても，その人物のカルマは好転するのだから善行とみなされるという論理が内包されていたのである。

島薗は，オウム真理教の内部では，指導者の権力へのチェックやクッションが働かないようになっていたとし，その要因の一つとして，信徒間の横の

関係が弱かったことをあげている。さらに，メディアを通して自己を提示しようとする近年の指導者の場合，ひたすら尊大な自己を示し，それで押し通そうとする傾向がある。そして，オウム真理教の場合は，現世志向的新宗教の中の過激な要素と，内向的宗教のもつ過激な要素とが相乗することによって，内閉性や暴力性が噴出することになったとみなしている。さらに，オウム真理教の内閉性・暴力性を強化したと思われるのは，当教団が尊重する，科学や情報技術の中に含まれる生態破壊的な特性であるとする。

薬物利用，心理操作技術，メディア操作などを積極的におこなうことで，当教団は人間が維持してきた生命的リズムを，いつのまにか破壊したものといえる。麻原が説く，「四無量心」「記憶修習」「データの入れ替え」といった観念の中には，内向的な宗教性と科学や情報に過度の力点を置く操作主義・技術主義のあいだの隠れた親和性を思わせるものがあるとする。

島薗は，最後に，先進国の大都市が代表するような近代的自由の惨憺たる帰結，混乱と破壊の背後には，無制限の自由の肯定と宗教を軽視する世俗主義があるとみなしている。現代世界の宗教は，「自由の果ての破壊」の危機を強く意識するようになってきている。オウム真理教も，そのような志向性を内包しつつも，実際には，近代的な自由の退廃をもっとも悲惨な形で体現した。島薗は，教祖と幹部は自由の重荷の帰結であるニヒリズム，すなわち価値の崩壊と全面的な倫理的混乱に陥ってしまったとみなしている。

このような島薗の見解は，オウム真理教事件を，信仰世界からとらえるという目的からするならば，それなりに一貫しており鋭利な分析といえよう。しかし，筆者は，オウム真理教事件の本質を，宗教現象にのみ求める事には，ある種の危険性が伴なうと考えている[42)]。そして，当論文は，マインド・コントロールとセルフ・コントロールを主たる分析の概念としているのであるから，それに関連した現象にさらに言及したい。

オウム真理教では，多種の薬物が用いられていた。たとえば，94年5月以降始められた「キリストのイニシエーション」においては，まず麻原から，

グラスに入った液体を手渡されて飲み，寝ながら，麻原からの伝言という「誘導」を聞きながら，10時間以上は，幻覚を見るというのである。その間，時間感覚，空間感覚を失うという。薬物によって，強引に「神秘体験」をひきおこそうとするのである[43]。

点滴を受けたり，ワインのようなものを飲まされ，身体に震えがきたり，幻覚を見たりしている。山登敬之は，洗脳にしても，マインド・コントロールにしても，その過程を効率的かつ速やかに進める目的で薬物が使用される事が多いと述べている。とくに，カルトでは，神秘体験をより鮮明なものとして体験させ，教義の刷り込みを確実なものとするために，ＬＳＤをはじめとする幻覚剤が用いられる場合が多いことを指摘する[44]。

オウム真理教においても，ＬＳＤをはじめとする幻覚剤や，睡眠薬・静脈麻酔薬・自白剤等が用いられている。さらに，ＰＳＩ（パーフェクト・サーベーション・イニシエーション）と呼ばれるヘッドギアは，「自動瞑想装置」とも呼ばれ，頭に電流を通す電極帽子であり，麻原と同じ脳波になり，修行が進むとされていた。

滝本太郎は，当教団のマインド・コントロールの手法として，オウム真理教であることを隠しての巧妙な勧誘方法，情報の遮断，睡眠不足，告白，ビデオ，テープ，マントラ，詞章の繰り返しといったことをあげている[45]。麻原自身も，以下のように述べているという。「入ってきた人に対してマインド・コントロール，洗脳をどんどんしなさい。そして肯定的なデータをどんどん入れてあげて，早く本当の意味での修行に入れるように，修行者になれるようにしなければならない」（89年10月24日富士山総本部道場）[46]

42）藤田庄市『オウム真理教事件』朝日新聞社1995年は，広い視角からオウム真理教事件をとらえている。
43）滝本太郎・永岡辰哉編著『マインド・コントロールから逃れて―オウム真理教脱会者たちの体験―』恒友出版1995年，30頁。
44）山登敬之「薬物とマインド・コントロール」『imago vol.-6-8，特集カルト―終末観と救済論』青土社，1995年24頁。
45）滝本太郎・永岡辰哉編著『前掲書』59頁。

以上のような行為の位置づけは，次章においておこなうことにしたい。

七　むすびに代えて

カルトという用語は，非伝統的な始原期の教団に用いられる場合が多いが，欧米のようにキリスト教が支配的伝統となっている地域においては，キリスト教的伝統の中にある異端をセクトと呼び，キリスト教以外の要素の比較的多いものをカルトと呼んで区別しているケースも多い。カルトとは，東洋等の異教起源の要素を内包するいかがわしい集団というラベリングがなされているといえよう。J．C．ロスが，カルトの中に「東洋の瞑想」を入れているのもその例証としてあげられる。

さらに，マインド・コントロールに関しても，ハッサンは，通常の意識においては，注意は五感を通して外側へ向けられ，トランス状態では，注意は内側へ向けられるとする。そして，カルトの内部で瞑想と呼ばれるものは，ドランス状態に入る過程であり，そのような状態において，人々は批判能力が減退し，情報を評価する能力が低下し暗示を受けやすくなると述べている。

また，ディプログラミングという言葉を作った，テッド・パトリックは，カルトの教化が，反復的な詠唱・瞑想等によって信者の精神をプログラムすることによってなされているとみなしているが，これらの項目は，東洋起源の宗教において広汎にみられる現象といえよう。

さらに，西田が「良い」マインド・コントロールとして位置づけている，セルフ・コントロールの中には，禅やヨーガや種々の瞑想が含まれており，その特性としては身体性の強い修行や超論理性を加味した独自の思考様式があげられる。これらのマインド・コントロールにおいて生じるＡＳＣは，松原秀樹によって，本来人間に備わっている自然回復力，治癒力が最大限に発揮される状態とされている。

瞑想の状態においては，自己意識が変容し，イメージ的・空間パターン的

46）『同書』62頁。

思考，直観や総合的思考が優位となり，思わぬ創造的発見や，意味理解，さらには「悟り」といわれるような体験を得ることができる場合もあるとされている。

恩田によれば，禅定（瞑想）は，一つの事物に注意をとどめない心の状態であり，自己と外界との対立がない三昧の境地においては，心身の機能が十分に働き，生産的・創造的な活動ができるようになるという。禅定状態において得られる悟りとは，自他不二，主客一如の真の自己を把握することである。

禅定では，固定概念が壊され，拡散的思考が働いて，考えを多面的に展開させることが可能となる。瞑想法は，とくに自己暗示と関係があり，暗示は潜在能力を開発する場合があるというように，肯定的に位置づけられている[47]。

さらに，ＡＳＣに関して，池見酉次郎は，ＡＳＣ法の共通点として，調身から調心へ，内的世界の開放等をあげ，断食は，古い条件づけからの解放をもたらすとする。東洋的行法による自己存在の根源としてのセルフに気づいた場合，これらのＡＳＣ法の真価は，その効果が瞑想中だけにとどまらず，日常生活の中に広く深く浸透することによって発揮される。そして，池見は，自分のいうＡＳＣにおける脳を中心とした心身の状態を「変性意識状態」とよぶのは好ましくないとする。なぜならば，脳のモラルがととのいセルフの根幹部とのコミュニケーションが保たれている状態こそが，人間実存にとって本来的な姿であり，最も正常で，最も純粋な意識状態といえるからである。現代人の日常生活における意識状態こそが，往々にして，まさに変性意識状態であり，それを正常で健康な姿にもどすのがＡＳＣ法であるというのである[48]。

47）西洋人による瞑想の研究としては，Michael West ed., The Psychology of Meditation, (Clarendon Press, Oxford 1987) があげられる。

48）池見酉次郎『セルフ・コントロールの医学』日本放送出版協会1979年，273～275頁。

このような池見の見解は，欧米の研究者との文化的基盤の差違を示しているが，反面松原秀樹も，瞑想状態で得られたものを，日常生活に移行させる努力がないと副作用が生じる危険性があることを指摘している。恩田彰も，禅の創造性の開発における意義を述べる一方では，禅定は，人格の統合を壊し，非常に危険な状態をもたらす可能性があることをも述べている。古来，禅で，魔境といわれた状態がそれであり，その状態を乗り越えなければ，真の悟りには，達することができないとされていた。さらに，「悟後の修行」といって，悟った後にも，それを日常生活に生かすことが禅においても重要な課題とされてきた。

このように，東洋の瞑想の修行法においても，深層のセルフに覚醒することに対しては大きな価値付与がなされつつも，それに至る過程における危険性に対する認識も十分になされてきたといえる。したがって，適切な修行の指導者なしに，瞑想法等をおこなうことは，より多くの危険性を伴なう行為ということができよう。

ところで，オウム真理教事件に関して考察すると，麻原は適切な指導者につかずに，ヨーガやチベット密教の修行をおこなったために，いわば魔境に陥った可能性もある。弟子達にも，種々の神秘体験をもたらすための修行が課せられていたが，本来，セルフ・コントロールの技法とされるヨーガ等の要素を内包する修行が，マインド・コントロールの犠牲となったとされる状況に多くの信徒を追いやった要因は，いくつか考えられる。

禅やヨーガにおいても，常人にない能力が得られることは否定しないが，オウム真理教の信徒の中には，超能力を得ることが主たる目的であった者も少なからずいた。これらの信徒に対し，教団は，強引な方法で神秘体験に至らせようとするケースが数多くみうけられた。

破壊的カルトと呼ばれている教団でおこなわれている行為と，東洋の伝統的な瞑想をはじめとする修行法とは類似する部分が少なからずあるが，その置かれているコンテクストが異なっていると反対の結果も生じ得るといえよ

う。禅や修験道の修行などでも，人里離れた地において，いわば一種の感覚遮断・情報遮断のもとにおこなわれる場合が多いし，断食や不眠の行も多くおこなわれている。しかし，それは，真の自己を発見するための，セルフ・コントロールの過程として位置づけられている。

これに対し，オウム真理教のような破壊的カルトにおいてみられる慢性的睡眠不足やバランスを欠いた低カロリーの食事は，暗示を受けやすい状態に陥れる可能性が高いし，攻撃性を誘発すると述べている研究者もいる。さらに，オウム真理教における強度の教祖＝グル崇拝は，麻原ならびに幹部による洗脳やマインド・コントロールをより容易なものにしたといえよう。

ところで，オウム真理教においては，統一協会がマインド・コントロールの技法を駆使しているとみなされるのに対して[49]，後期になるほど洗脳に類型化されるような行動が顕著となってきている。洗脳は，長期間，個人を拘禁状態において拷問，薬物投与等の手段により，個人の精神構造を，強制的に生理的に変化させるものであるが，脱走しようとしたり，教団に対して批判的な出家者に対しては，まさにそのような行為がおこなわれた。

さらに，多くの殺人がおこなわれた要因の一つとしては，西田のいうトップ・ダウン情報「ビリーフ」の中に，殺人を正当化する，タントラ・ヴァジラヤーナの教えが含まれていたことがあげられる。教団の内閉化が進展するにつれ，オウム真理教は，より過激となり，最後には，国家を相手に戦闘を企てるまでに至った。

西田は，破壊的カルトからの離脱のパターンとして六つあげているが，後期のオウム真理教においては，逃亡のケースも多くなり，ついに国家権力を背景とした警察による外部介入が生じ，強制離散に追い込まれる過程にあるようにみうけられる。

ところで，かくも恐るべきオウム真理教事件が発生した背景には，まさし

49）パスカル・ズィヴィ『マインド・コントロールからの脱出—統一教会信者たちのこころ—』恒友出版1995年。

く西田のいうように，別な形でのマインド・コントロールが関係したといえよう。西田は，著書の最後に，戦前・戦中の日本社会においては，多くの国民が軍国主義のもとにマインド・コントロールされていたともみなしうると述べているのは的確な指摘といえる。ナチスは，日本以上に効果的にマインド・コントロールをおこなったし，現代日本における，一流大学への進学志向もマインド・コントロールの一形態ともいえよう。

さらに，西田が，現代の教育システムは，ファージーを認めないスタイルになっている事の問題性を述べているのも重要な指摘である[50]。マーク・シート方式の入試問題には，いくつかの選択肢の中に必ず正しいとされる解答があることになっており，それを探すのが受験のテクニックとされている。しかし，現実の社会には，唯一の正解などというものはないケースが多いといえよう。したがって，受験エリートの多くがオウム真理教の幹部となっているのも，不可解な現象とはいえないのである。強引に割り切ろうという志向性から，多くの問題が生じてきているといえる。

二千五百年前，ゴータマ・ブッダが成道した時に出家者達は，釈迦のもとで瞑想し，セルフ・コントロールにより解脱への道を歩むことができた。しかし，末法の現代日本において，釈迦の再誕であり，キリストでもあると称する麻原のもとに解脱を求めて集まった出家者達は，マインド・コントロールの犠牲になり，その一部は犯罪者となるに至った。

現代の日本社会に安住の地を見出すことができず，オウム真理教に救いを求めつつその犠牲になった人々の存在は，現代社会の病巣の深さを示している。さらに，筆者には，オウム真理教事件は，ある時期からは，単なる麻原の妄想や宗教的な事象のみによっては解明しきれない部分が拡大していったように思われる。しかし，その複雑な背景については推測の域を出ないのであえてふれないことにする。洗脳は，生理学的現象の色彩が強く，マインド・コントロールは，社会心理学的手法によって解明される現象とされるが[51]，

50）西田公昭『前掲書』232～234頁。

オウム真理教事件は，そのような分析の有効性と限界の双方を示唆しているといえようか。

51) R. B. Cialdini, Influence: Science and Practice (Scott, Foresman and Company 1988)

A Consideration on the Relation about Mind Control and Self Control: With Special Reference to the Aum Shinrikyo Case

Kenya Numata

The purpose of this paper is summarizing and analyzing the relation about mind control and self control. First, I refer to the consideration of cult. Second, I analyze the theory of mind control. Third, I refer to deprogramming and exit counseling. Fourth, I analyze the theory of self control. Fifth, I refer to Aum Shinrikyo case. Lastly, I conclude by saying that both tradition of the Occident and the Orient are indispensablle to study the relation about mind control and self control.