

教化学研究

氣を通して見た心と身体はどうつながっているか(一)

——氣と経絡の科学的証明と身心相関の研究の一端——

本 山 博

(宗教心理学研究所所長)

一、氣とは何か

今日のテーマは、「氣を通して見た心と身体はどうつながっているか」ということですが、まず、「氣」ということに関しては、四〇五年前に、筑波大学で日仏の合同でいろんな学者を世界中から集めて、「氣の問題」を討論したのです。それがきっかけになって、今までは太極拳と言っていたのが氣功術に名前が変わるといふふうには、「氣」ということが、今日本では一つのブームになっております。また、この八月には北京で国際会議が開かれて、私も特別講演を頼まれています。氣功の問題がその中に大きな問題として取り上げられている。やはり「氣」について考えるということは、一つの大きな世界的な流れのように思います。

その背景には、現代の科学の発展があると思います。現在の物理学によれば、物というのは、何も無い空間に一種の空間の歪みのようなものがあって、そこにエネルギーが溜まって凝縮されると、そのエネルギーの濃度の高くなっ

ているところが、我々によって波として観察できたり、一定の粒子、粒として観察できるようになる。そうなったものを、我々は「素粒子」と呼んでいるわけですが、そういう素粒子、つまり物質が出来る前には、物質のない、エネルギーだけの状態があった。それは虚数のエネルギーと言ってよいと思いますが、そこから、クォークとか、電子、さらに陽子や中性子が生み出され、陽子と中性子がまとまって原子核ができるというようにして、いわゆる物質の世界ができていったとされています。

ところで気のエネルギーというのは、その虚数で表わされるようなエネルギーに近いものというように考えればいいのではないかと思います。というのは、「気のエネルギー」というのは、私が考えたAMIという測定器で測ると、電氣的なエネルギーとしてつかまえることができる。また、一〇のマイナス五乗ないし六乗ガウスぐらいの非常に小さいな磁場の変化を測る機械を使うと、磁力線としてもつかまえられるのです。次に、手掌から気のエネルギーを出してもらって、それを遠赤外線をつかまえる機械で測定すると、遠赤外線としてつかまえることもできるわけです。

さらに、例えば、ガラスの筒の中に電子をつかまえる控子（プローブ）を入れておいて、エネルギーを送ってもらうと、ガラス筒のままに変化はないが、そのガラスにほんの小さな、例えば、一〇マイクロンとか、もっと小さな穴を開けてやると、エネルギーが中に入っていて電子としてつかまえることができる。つまり波としてではなく、粒としてつかまえられるわけです。

そういうように、気というのは、電気としてもつかまえられるし、磁気としてもつかまえられるし、赤外線のような波としてもつかまえられるし、それから素粒子のような粒としてもつかまえられる。ということは、それらの一つではないということになります。

このように「気エネルギー」というものが、いろいろな形でつかまえることができるということとは、「気エネルギー」とは、先程お話しした、物質が出来る以前の、虚数であらわすことができるかもしれないエネルギーと同じエネ

ルギーではないかということですね。

すなわち、時間も空間もない「無」の世界から、一〇のマイナス三四乗秒という、我々の感覚ではつかまえられないような一瞬の一瞬に、エネルギーはあっても物質のない時空が生まれ、そのエネルギーが重量とか電磁気力とか或いは核力（強い力）とか放射線の弱い力とかに分かれたと言われていますが、その四つの力に分かれる以前のエネルギーと、どこか似ているわけです。

二、周天法について

「氣」というものを意識的につかまえてコントロールする修業法として、道教に周天法というのがあります。

私が大学を出た頃ですから四十年ぐらい前になりますが、その頃に七く八人の仲間東大の方で心靈研究会を作った、そのかたわらヨーガの行を始めました。子供のころにもよく母に山へ連れて行かれて、日蓮宗の人たちがよくするように水行とか滝行とかをしました。初めての時、三つか四つの時でしたが、上から落ちる水で頭が割れる程痛くて、目もあけられず、息もできなくて、非常に苦しかった。その時母が九字をきってくると、滝の水が横にそれて、私はようやく滝の外へ出ることができたのです。そういう経験をして、霊が見えたり幽霊が見えたり神様が見えたりするのは、子供のころの私にとってはごく普通のことだったのです。ところが小学校に入ると、友達に「お前、気遣いみたいなことを言うな」と言われるので、自分はいったい気遣いなんだろうか、皆のほうが気遣いでおかしいのではなからうかなどと考えたものでした。それから次第に、気遣いにされたのでは具合が悪いから段々にそういうことは言わなくなったのですが、大学を出るところから、哲学だのなんだのいろいろ習ったけれども、屁理屈ばかりで一向に本物でないものを習って遠回りをしたのかもしれないから、もう一遍行を始めたい、と思ったのがヨーガを始めた動機でした。ヨーガを始めて、チャクラへ精神集中をしたり、また周天法をしたりしているうちに、確かに体の中

をエネルギーが流れるのがわかるようになりました。特に頭を中心から冷たい水のような気持ちのよいものがポトポト流れ落ちてきて、喉の辺りまで来たり、背骨の真中を通して流れていく。また尾髄骨の所から熱い火のようなもの

が身体の真中を頭上へ向かって沸き上がるような感じがするとか、いろんな経験をしているうちに、日蓮聖人もいろいろ法力が使われたと伝えられています。私も坐ったままで身体が宙に浮いたり、力を送って人の病気を治したりできるようななったのです。そうして、なるほど人間の身体の中にはエネルギーというか「気」というのが流れていて、そのバランスをとったら病気が治ったり、いろんな事ができるようになるとわかったわけです。

周天法というのは――スライドを写してみましょう(図1)。この尾髄骨の所が、ヨーガがというムーラダラーチャクラというチャクラに当たります。チャクラというのは、霊的な身体、つまりアストラルの次元あるいはカラナーの次元におけるエネルギー体の中枢のことですが、その中で、ムーラダラーチャクラは、ムーラプラクリティ(根本的な物質、原物質)のもっているエネルギー、つまりクンダリニーを司るチャクラなのです。ですからクンダリニーというのは、生命の根元という意味で、不動様を軍荼利夜叉と言うが、グンジャリとは、つまりクンダリニーのことですね。このチャクラが目覚めると、本当に体中が炎に包まれたようになって、ここから火柱のようなものが

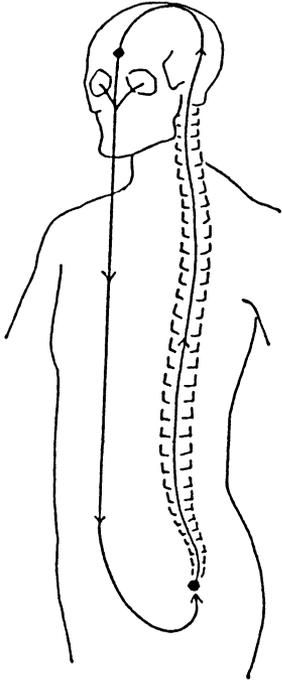


図1 周天法

ずっと頭頂へ向かって上がっていくのです。そういうのが上がるようになると、それが一種の反重力のように働くのか、坐ったままで身体が浮くようになる。僕の母が水の

上を歩いた時にもクンダリニーの力が働いていたのだと思います。日蓮聖人もそういうことをされたと思いますね。海中の岩の

上に流されて、小舟がくるまで岩の上におられたのでしょうか。クンダリニーが目覚めると、確かにいろんなことがよく起きますのです。

このクンダリニーの力を、自分の想像力を使いながら、背骨の中心を、息を吸いながらずうっと上へもって行って、頭頂をぐるっとまわして、眉間にあるアジナチャクラという所でしばらく止めて、次に息を出しながら身体の前面をおとってずうっと降りてきて、またこの尾骶骨の中に入れる。これが周天法（小周天）の基本なのですが、この時「強く想う」ということが、「気」のエネルギーをうまく動かす要因なのです。

想うこと、想念が強ければ強い程、それに応じて気はよく動くようになる。例えば、両手の掌を近づけて、エネルギーを右掌から出して左掌に受けると思って暫くやっている時、実際にエネルギーが右から左の方へ入るようになります。すると、空気の玉か白い湯気の玉のようなものが両手の掌の間に出て、押さえようと思うと外へはね返す力ができるし、引っ張ろうとすると、中へ縮めようとする力ができる。一週間もしていると、誰にでも自覚できるようになります。

三、内気と外気

そういう「気」のエネルギーというのは、たえず普通の人の身体からでていっているのです。それを「外気」と言うわけですが、新宿の街とか駅など人込みの中に入ると、お互いに外気の影響を受けて、いろんな種類の気が入り込んでくるからくたびれるんですね。あれは空気が悪いからくたびれるのではなくて、外気的作用でくたびれるのです。こういう外気の波長が自分のそれと合うような人がくると、なんとなく気持ちがいいですね。合わない人だとなんだか気持ち悪くなっちゃう。そういうのが「あいつが嫌いだなあ」とか「あいつがスキだなあ」という基本になる。

対人間の外気的作用に関しては、私どもの研究所で開発したAMIという器械を用いて、どの経絡にどのような影

響が出たか、詳しく測ることができません（註・本山博著『P2と気の関係』第I部V「気エネルギーの対人間相互作用について」を参照して下さい）。

行をして気のエネルギーを十分にコントロールできるように、さらにそれを霊的なエネルギー（P2のエネルギー）に転換することができるようになります、今言ったように坐ったままで身体が浮くようになったり、人の病気が治せるようになったり、いろいろなことができるようになります。私の所に、今誰それが死にかけているから治してほしいとか、今手術をしたけれど出血が止まらないから治してほしいとか、日本中から、あるいはアメリカやフランスなどからよく電話がかかってくる。そんなとき、相手がどこにいるのか坐ってじいっと視ていると、ああ、ここに居るといのが分かるようになります。距離には関係ない。地球の裏側でもどこでもかまわない、視ているとその人のいる所が分かるから、そこに力を送る。その力が、ちょうど水道の蛇口を開けたら水がすうっと出て来るように向こうにつながると、治るのです。つながった時間が何時か見ておいて、あとで聞いてみると、その頃によく言ったと言っています。例えば川崎病というのがありますが、四〇度の熱が出て一週間位下がらない。そういうときに、親が困って電話をかけて来るのですが、子供というのは本当に心が素直だからすぐに入りやすい。入るとその時から「ジュースをくれ」などと言うようになって、水分を取りかけると熱はどんどん下がってきて、半日位で平熱になる。そういうケースがしょっちゅうありますが、その始まりは四十年位前からで、それはお不動様の像の後ろに画いてあるような火が出るようになってからそういう力が出るようになった。そして、そういう力が出る前には、いわゆる周天法というので「氣」を回す練習をしていたわけです。

四、周天の方向性を電位によってしらべる実験について

ところで最近、私ども研究所では、電極を皮膚に接触させることなく、測定部位の体表及び内部の総合的な電位を

測定できる道具を作ってみました。それによって測定した結果、たいへん面白い結果が出てきました。すなわち、男と女では気の流れ方が逆だということがわかったのです。

スライド(図2)をみて下さい。右側は、陽の経絡の一番元になる督脉という経絡で、左側は陰の経絡の元になる任脉という経絡の図です。この督脉と任脉の始点と終点との電位を測りたいのですが、任脉の会陰は測れないので、曲骨で測ってみました。つまり任脉では曲骨と承漿、督脉では水溝と長強という四カ所それぞれの電位を測ってみました。すると男と女ではまるっきり反対の結果が出てきました。すなわち、任脉では、男は十人中八人まで、上(承漿)が高くて下(曲骨)が低い。つまり電位勾配が上から下へととなっている。それに対して女は十人中八人まで、下が高くて上が低いのです(図3)。では督脉ではどうかというと(図4)、男では十人中六人までが下(長強)が高くて上(水溝)が低い。つまり電位勾配は下から上へととなっているのに対し、女では十人中六人までが下が低くて上が高く、電位勾配は上から下へとなっています。これを図に書いてみますとこんなふうになります(図5)。

ですから周天法を行なう場合に、女の人の場合は、前を下から上へずうっと上げて行って額の所で止めて、それから後ろへ回して上から下へ尾骶骨と下ろすように回すと、気の次元の周天法はうまくいくのかもしれない。また、男の場合は逆で、後ろの下からずうっと上へ上げて行って、前で下ろしていく。こういうふうには男と女は逆まわりに周天法を行なったほうが身体が元気になったりノイローゼが治ったりするのかもしれない。

人間の身体というのは大部分は水ですから、水素と酸素が非常に多いわけです。後は蛋白質をつくる窒素とか炭素とかがあり、ほんのわずかカルシウムとかマグネシウムとかいろいろなものがありますけれども、それはもう本当に僅かしかない。しかし、そういう物質をつくっている元になっているものが気のエネルギーだとすると、この気のエネルギーの回り方のバランスをうまくとることによって、身体を造りだしている物質、つまり蛋白質だのアミノ酸だのいろいろな物が正常な状態になる。すると癌にもならなくて済むわけですね。

	↑ (-)	↓ (+)	計
男	6	4	10
女	4	6	10
計	10	10	20

$$X^2 = \frac{20((6 \times 6) - (4 \times 4))^2}{10 \times 10 \times 10 \times 10} = \frac{8000}{10000} = 0.8$$

$$X^2 = 0.8 < X^2_{.25} = 1.32$$

有意差なし

	↑ (+)	↓ (-)	計
男	2	8	10
女	8	2	10
計	10	10	20

備考：電位勾配が

↑ 下から上へ

↓ 上から下へ

$$X^2 = \frac{20((2 \times 2) - (8 \times 8))^2}{10 \times 10 \times 10 \times 10} = \frac{72000}{10000} = 7.2$$

$$df = 1$$

$$X^2 = 7.2 > X^2_{.01} = 6.63$$

$$< X^2_{.005} = 7.87$$

図4 督脈における男女別電位勾配

図3 任脈における男女別電位勾配

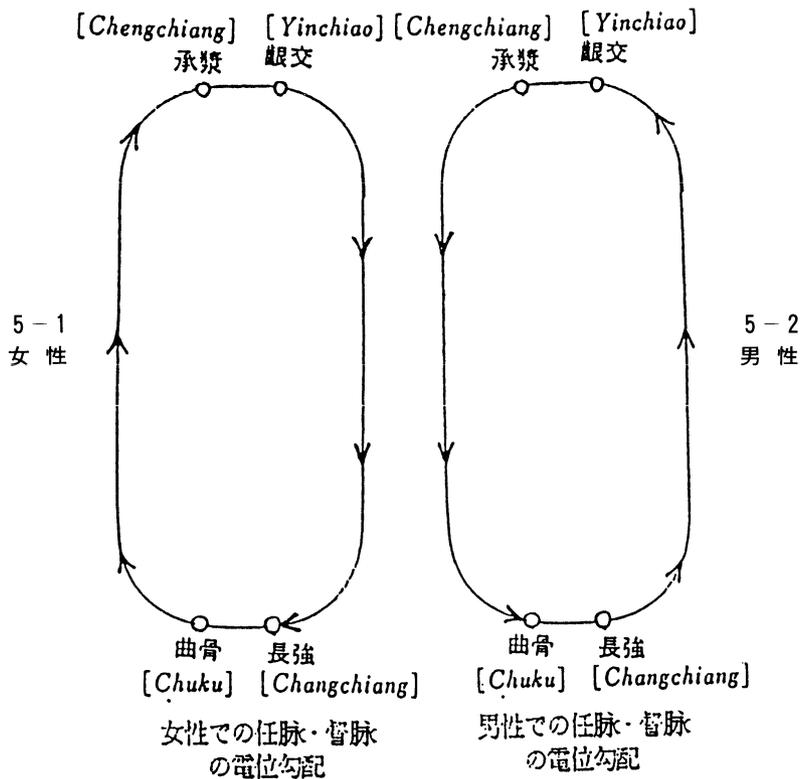


図5 電位勾配からみた周天模式図

というのは、物質というのは、エネルギーが一定の秩序ある構造をもったときに物としてあらわれるわけですから、物をつくる以前のエネルギー（気のエネルギー）が正常な電場をもって働いていさえすれば、正常な秩序をもった物質ができるわけですから。ところが電場が狂っていると、その中でエネルギーも正常に働かないから、そのエネルギーが元になって出来た物質も正常でなくなるわけですね。

ですから、正常な状態にエネルギーの場を作るといのが、先ず最初に大事だと思います。行をする場合も、正しい行法をいくらやっても、もう一つ効果が出てこない。出てこないだけでなく、狂う場合が多いのです。その狂う場合を見てみましょう。

ごく最近、サンフランシスコ州立大学にホリステックサイエンスという学部があって、その学部長が私の本を沢山読んで教科書に使っているから是非講演に来て講義もしてほしいということで、行ったのです。その時に、行をするに変になる（すなわちSpiritual emergencyの状態に陥る）人が多いと言っています。一生懸命にすればする程可笑しくなるけれども、どうしたらいいのでしょうかということなので、いろいろ話もし、行の指導もしたのですが、そういう人が、アメリカだけでなく、あちこちに多いようです。

ところで、先に話した四点で身体の電位を測る実験において、ノイローゼになったり心身が不安定であったりする人についてはどうか調べてみますと、本当は女の場合は図5-1のようにぐるっと回らなければいけないし、男の場合だったら、図5-2のようにぐるうっと回らないといけないのに、ノイローゼになっているタイプの人、自律神経失調で心身が不安定になっている人では、男も女も、前も後も上から下に流れてきて、下に詰まっているのです。こういうパターンを示す人は、性欲が非常に強くて非常に衝動的になりやすい人なのです。今の若い人には、そういう人が案外多いようです。性的な欲望というのは本能的な半ば無意識的なものですから、これに動かされやすい人は、年がら年中の内での性的な事を思っている人が多い。身体も非常に不安定で、ノイローゼになる。これは、分裂病で

はなくて、躁鬱病の方ですね。妄想型の躁鬱病というのは、そういう性的な欲望が多いのです。フロイトが人間の精神的な病気はリビドー、つまり性欲の不安定の状態だと言っていますが、そのタイプがこれに当たるわけです。

これに対して、しょっちゅう霊が見えたり聞こえたりして、例えば行く先々で誰かが自分のことをよく知っていていろんな悪口を言う、恐いというような脅迫観念に苦しむタイプの人では、前も後ろも下から上の方に集まって詰まっているんですね。

五、気の流れのバランスと心身の健康

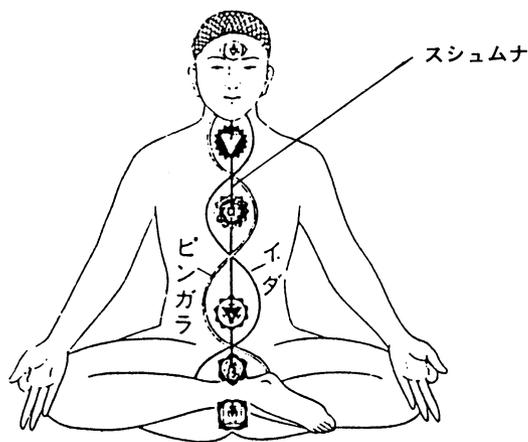


図6 イダ・ピンガラとスシュムナ

度以上の熱が出て一週間も二週間も熱が下がらないときがあります。それはクンダリーニのエネルギーが上昇するときに、脊髄中心管の中にあるスシュムナを通らないで、その左右にあるイダとピンガラを通して上に上がってしまったのです(図6)。

経絡で言えば、スシュムナは督脈、イダ・ピンガラは左右の膀胱経に当たるわけですが、その左右の膀胱経、つまりイダとピンガラを通して上昇したクンダリーニのエネルギーは、アジナやその上にあるマナスチャクラの中、肉体の次元で言えば、視床下部とか辺縁系の辺りへ入り込んで、上に抜けなくなる。そこには体温中枢とか、睡眠中枢とかいろいろな自律系の中核があるので、この中にエネルギーが溜まると身体中から汗が出た

り、熱が出たり、それがずうっと続くわけです。そういうのは、行法を間違えたからこういうことになった。つまり、真中を通さないで、両側のどれかを通したからそうなったわけです。

そんなとき、その人の頭の中に溜まっているエネルギーをずっと視ながら力を送って、そのまま視ながらその人の背骨の中をおして尾髄骨の中までひっぱり下ろすと、すぐ治るのです。一時間もしないうちに熱がひいてしまう。視ると言っても、それは肉体の目でみるのではなくて、力として視るから下がるのであって、それは一種の法力と言えるわけですが、法力だってやっぱり或るキチンとしたメカニズムがあって動いているのです。

さて、以上の電位測定の結果からみても、気エネルギーの流れには或る一定の方向があつて、そのまわり方が正常でなくなると、身体が異常になったり、癌になったり、慢性的の病気ができたりするみたいです。そして周天法によって気の流れの方向を正常化するだけでも、結構病氣は治ってしまう。こういうのを内気功と言っわけですね。外気功というのは、エネルギーを外へ出すのが外気功で、内気功ができていないと、外気功によってエネルギーを他からもらつても、その時だけよくなるがまたすぐ悪くなる。ちょうどそれは、カイロへいって骨をポキポキとやつてもらつたらその時はよくなるけれども、電車に乗って戻るうちに元通りまた骨が狂ってしまうのと同じなのです。まず内気功がきちんとできていないと、外気功をいくらやつてもらつても駄目なのです。つまり周天法をして自己のエネルギーの流れを整えてバランスをとることが、身体を整えたり、身体と一緒に動いている感覚とか感情とかを整えるには一番大事なわけですね。

六、プラナ・ナディと気・経絡

周天法は道教の修業法ということになってきているけれども、道教にこういう気についての考えが出てきたのは、春秋戦国時代より以降ですから今からいえば二四〇〇〜二五〇〇年前以降なのです。

インドでは、こういう行法はすでに四〇〇〇年前からあって、それが中印雪山道路というヒマラヤ越えの道——中国の戦国時代末ころまでには開通していたらしい——をとって秦へ伝わってから、いわゆる経絡とか気という観念や言葉がだんだんに出来ていったらしい。それまでは中国には気という言葉や文字さえも実はなかったのです。つまり、経絡というのはヨーガでいうナディのことだし、気というのも、ヨーガでいうプラナというものを中国的に理解したもののなのです。けれども道教の中にそういうものを受け入れる下地として呪術的な医学があったから、ヨーガ医学やアーユルヴェーダの思想や行法ないし治療法などをとり入れることができたのだと思います。周天法にしても、ヨーガでいうプラナムドラなどが周天法になっているのです（註・プラナムドラについては、本山博著『密教ヨーガ』九六頁を参照して下さい）。

ヨーガではプラナ（気）の流れるチャンネルとしてのナディ（経絡）の数は七万二千（シャトチャクラニルーパーナ）とも三十五万（シバ・サンヒター）とも言われています。けれども、そのうちの重要なものとしてとりあげられているのは十とか十四とか十五のナディですが、その中でも重要とされているのがさき程言ったスシュムナと、イダ・ピングアラですね。経絡では督脉と左右の膀胱経とに当たります。任脉というのは、私がたくさんのヨーガの教典や各ウパニシャッドをしらべた限りでは、その走行だけをとりあげると、アランブサーナディというのに相応するよるに思われます。しかしこのナディは、特に重要とはされていないけれども、経絡としては、任脉は督脉とともに、生体の気エネルギーをコントロールする一番基本的な経絡だと思っております。督脉は陽、任脉は陰の経であると先ほど言いましたが、いわゆる十二経絡というのも陽と陰とに別れています。

ヨーガのナディについて多くの教説をしらべてみますと、各ナディは、いずれも目から始まるとか、足の先端あるいは手の指から始まるとか、鼻の所から始まるとか書いてある。十二経絡も、胃の所から始まったり、顔面から始まったり、指尖から始まったりしています。これに対して神経の場合はみんな脳から始まる。ここからも、経絡の中

の気の流れと神経の中の活動電位の流れとは全然種類の違ったものであることがわかります。その流れる早さも、神経の場合は平均すると一秒間に約六〇メートル、気の流れは平均すると約二〇センチメートルですから、たいへん違うのです。気の流れの速度についての実験データは、後ほど時間があつたらお見せしたいと思います。

ヨーガでは、プラナ（生命力）の流れるナディを統括する中心として、七つのチャクラをあげています。このチャクラが、いわゆる物理的な肉体のエネルギーと、精神的なエネルギー、霊的なエネルギーとを転換する働きもするわけです。

中国ではナディが経絡として扱えられたとお話ししましたが、チャクラは、督脉や任脉上の経穴として扱えられ、そのうちのいくつかは十二経絡の募穴というツボに当たります。募穴の募は募集の募であって、エネルギーの集まる所という意味ですね。チャクラと募穴の対応の図（図7）を見て下さい。サハスラーチャクラに相当するのが百会ひゃくえという経穴です。眉間の印堂、いわゆる第三の目の所がアジナチャクラ、喉の廉泉がヴィシユダチャクラに当たります。心臓のチャクラと言われるのに当たるのが膻中という経穴ですが、心臓が悪くなるとこの辺が痛くなります。マニプラチャクラに相当するのが胃の上の中脘ですね。関元というのはいわゆる「気海丹田を練らないと人間が出来ない」という丹田に当たります。「丹」は「赤い」ということですが、その丹田に当たるスワディスタナチャクラが目覚めてくると、腹の中が燃えるように真っ赤になるのです。冬の寒に水行をする時には初めのうちは皮膚を摘むとブラスチックの上から擱んでいるみたいに寒さで感覚が麻痺しちゃうのですが、ムーラダーラチャクラの内のクンダリニーが目覚めてくると、汗が出るぐらい寒くなくなります。とても不思議だなあと思うのですが、そのクンダリニーをめざすためには、バストリカという非常に早く呼吸する方法とか、クンバカという息を止める方法とか、ムーラバンドハといって、息を吸い込んで止息し、次に会陰を収縮させて上に引き上げて暫くじーっとしている「行法」などを行なっていると、クンダリニーがだんだん目ざめてものすごくエネルギーが沸いてくる。そうすると寒に外で水行を

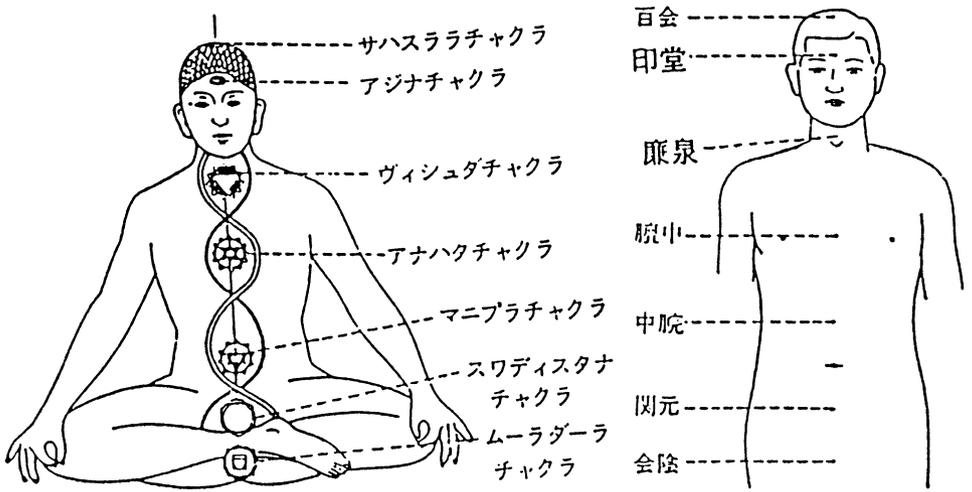


図7 チャクラと経穴の対応図

した後、そのままじっと外気の中にも、湯気が出る位になります。そういうふうになるには四、五年はかかりますが、昔の偉い坊さん達が雪の上で行っていたら雪が溶けたという話も本当かなと思われます。

七、超能力と悟りとの違い

ヨーガの行を二十四歳頃に始めたのですが、初めの一年位の間に身体が宙に浮いたり、身体中が熱くなったり、いろんなものが見えたりするようになりました。そういう経験をもつようになってから、自分の外にも出られるようになったと思います。それから何にもこだわらなくなり、心が自由になったように思います。

ただ、このような不思議な現象がおきるようになったと言っても、それは真の悟りに達したということではないのです。不思議な現象が出来た、法力が出来たといって、それで満足していたら、本当の悟りには達していないだろうと思います。ただ本当の悟りに達する、自由になる前には、こういういろいろな現象が必然的に起きる。つまりそれは、真の悟りに至るまでの一つの段階みたいなものなのです。

ですから、偉い坊さんがいろいろなことを言ったとしても、もしその人がこのような、いわゆる超常的な現象を何も経験したことが無い、何も起きたことが無いとしたら、その人はただ頭で悟っているだけだと思います。人の病気も治せない、そういうことができないような人が立派な悟りの話しをしたからといっても、それはただの話しに過ぎなくて、本当に人を救うことはできないのではないかと思います。

禅の人たちは、超常的な能力が出現して来た段階を魔境だと言っています。行をする人たちが、こういう能力が出来たところで、それに満足してしまい、また、その力を使用することにとらわれがちになり、その結果、さらにより高い悟りの世界へ至ることが阻害されてしまう危険があるという意味では、たしかに魔境と言えるでしょう。こういう所でひっかかったら、ただの霊能者で金ばっかりとるようなチャネラーで終わってしまうと思います。けれどもこういう力も出ないで、偉そうなことばっかり言っても、これは夢みたいなものなのです。

先にも申しましたが、気のエネルギーというのは、強く想うと、その想いというか、想念によって大きな影響を受けるのです。これは、気のエネルギーについてもPS.のエネルギーについても言えることですが、これを動かすには、「動かしている」と強く想うことが肝要で、想っている内容が目の前にハッキリと見えるぐらい強く想うと、気のエネルギーもPS.のエネルギーも実際に動くようになる。

ですから気ないしPS.のエネルギーが動くようになるための練習として、行をしている人たちにすすめるのは、ローソクの火をじっとみてもらうことです。その時にまばたきをすると駄目です。まばたきすると映像が消えてしまうから、まばたきをしないでじっとみつめていると涙がポロポロ出て目が痛くなる、初めの内は、そうやって見ながら、自分とローソクが一つであると強く想うのです。すると初めは見ている自分とローソクとがあるわけだが、しまいには自分がローソクになってしまっ、自分の体がボウボウ、ローソクになって燃えるようになってしまふ。そういうふうになると、思うだけでローソクの灯を消すことができる。

何年前か前、弟子達と一緒に坐っていた時に、風が吹いて灯が消えてしまった。で、点けてみようと言っていて、ローソクを見ているうちに火が点いちゃったので、今、私たちの会の四国の支部長をしている物理の先生が、「火が点いた」とびっくりしたが、点けるようにしたんだから点くのはまあ、あたりまえなのです。

その時に、ローソクに対立している自分があったら、ローソクにはなれない。しかしローソクになるということは、自分が無くなってローソクになるわけではないのです。ローソクも自分もそういうものをくぐるめて生かしている何かになる。すると、ローソクを点けたり、消したりできるようになる。行の上では、このように、今の自分の存在のワクを破って、相手も自分も包めるような、より大きな自分になることが大事だと思います。しかし、ローソクと一つになったぐらいでは悟ったことにはならない。悟りというのはもっともっと高いものなのです。（文責 本山カヲル）

※本稿は、平成三年五月十日に健保会館にて行われた第十七回教化学研究集会における発表会をまとめたものの初めの一節です。