

くらしの中で、死を見つめる
—ミャンマー上座部仏教徒社会における高齢者の
ウェルビーイングと宗教実践—

飯國 有佳子 (大東文化大学国際関係学部)

**Staring at Death in Daily Life
Wellbeing and Religious Practices of the Elderly in
Myanmar Theravāda Buddhist Society**

Yukako IIKUNI

目次

1. はじめに
2. ミャンマー上座部仏教徒社会における生死と功德
3. 出家者側が提供する宗教的サービス
4. Aさんの宗教実践
5. SNSから見た宗教実践とウェルビーイング
6. おわりに

1. はじめに

日本政府の「アジア健康構想に向けた基本方針」によると、ミャンマーの2022年の65歳以上人口は6.9%であり、世界全体や近隣諸国と比べると高齢化率はまだ低い。しかし、2030年までに約13%が60歳以上になると予測されるなど、急速な高齢化が見込まれている [AHWIN 2022]。

ミャンマーでは基本的に、高齢者は知識や経験、祝福の与え手として敬われる傾向にある。しかし、双系制で日本のような「イエ」概念がない民族が多く、老親の面倒を誰が見るかという規範は必ずしも明確ではない。そのため、なんとなく子供や姪や甥がみてくれるだろうと思う人は多いが、

自分の面倒を誰が見てくれるのかと危機感を持つ人や、見てもらわ／えないことを前提とした生活を考える人もいる。一方で、介護は家族がすべきものという認識は強い。子供が複数いる場合、末子の特に女性が親と同居してその面倒を見ることが多いように、介護の主たる担い手は女性となる。都市部等の比較的余裕がある家庭では、家事手伝いを置いて介護の担い手を増やす場合もあるが、2021年2月のクーデターにより、若者の海外流出に歯止めがかからない状況が続いているため、今後介護の担い手不足も懸念される。

本稿では、ミャンマー上座部仏教徒社会における、高齢者のウェルビーイングと宗教実践について考えるため、以下ではまずミャンマーの現状について宗教的側面を中心に概観したい。ミャンマーでは多くの民族が様々な宗教を信仰している。仏教87.9%、キリスト教6.2%、イスラーム4.3%、ヒンドゥー教0.5%、精霊信仰0.8%、その他の宗教0.2%、無宗教0.1%というように、大多数が仏教なかでも上座部仏教を信仰している〔The 2014 Myanmar Population and Housing Census 2016〕。上座部仏教に関しては、クーデター前から若者の仏教離れが僧侶を中心に問題視され、子供向けのSunday Dhamma School等が開催されていたが、クーデターは若者の仏教離れを加速させたといえる。

上座部仏教における出家者は、俗人としての生を捨てて出家生活を営むため、教義上世俗の事柄に介入すべきではないとされる。実際ミャンマーでは、永続出家者は国民登録証に代わる出家者手帳を交付され、選挙権・被選挙権も剝奪される。こうした理由もあり、ミャンマーサンガ（僧団）を統括する国家サンガ総監長老会議はクーデターを静観し、僧侶らは世事に一切言及しない中立派、民主派支持派、ミャンマー軍支持派に三分されている。日本での報道は激減したが、2023年12月現在も空爆を中心としたミャンマー軍による無差別殺戮は続いており、民主派支持派には逮捕された僧侶も多い。にもかかわらず軍を支持する出家者が一定数存在する背景には、仏教衰退への危機感がある。2007年のいわゆる「サフラン革命」では、苦境にあえぐ民衆に代わり声を上げた僧侶が多くいたが、そこに参加した僧侶の中には、2012年の民主化以降勢力を増した反イスラームの急先鋒「969運動」¹や、「マバタ」²（民族宗教保護協会）を支持する愛国主義的僧侶もいる。

一方、仏教衰退という保守派の危機感を利用するミャンマー軍は、「アミョー（民族）・バーダー（宗教／言語）・タータナー（仏教）」の守護者を自称し、2012年までの軍政下で行ってきたように多数派のビルマ族仏教徒を中心とする国家建設を理想とする³。実際、2023年7月には4000万ドル（約56億7千万円）もの巨費を投じた世界最大の大理石大仏座像を建立するなど〔朝日新聞2023〕、軍幹部の寄進の様子は国営紙で頻繁に報道されるが、これらはビルマ族仏教徒の伝統保持を掲げる軍の姿勢の現れとして、保守的な僧侶を中心に一定程度の訴求力を持つ。

¹ 2012年頃からウイラトゥを始めとする愛国主義的僧侶らを中心に展開した反イスラーム運動〔cf. 飯國2016〕。

² 969運動を引き継ぐ形で、2014年公式に結成された僧侶組織。2015年の「民族宗教保護法」成立の主導をはじめ、反イスラーム活動を展開したが、2017年に国家サンガ総監長老会議により解散命令が出された。

³ 他方、ミャンマー軍による一方的な現状変更を認めない民主派は「国民統一政府」（NUG）を結成し、ロヒンギャを含むマイノリティの権利を強化した「フェデラル民主主義」の下、より包摂的で民主的な国づくりを目指し、一部少数民族武装勢力と協力して武装闘争を行っている。

こうした状況が、若者を中心とする仏教離れに拍車をかけている。「マバタ」でも中心的役割を果たしていたティータグー僧正のように、クーデター以後も軍幹部の行う積徳行為の受け皿となっている僧侶はもとより、教義を理由に殺戮の続く現状に声を上げない中立派の出家者に対しても、失望の声が高まっている。また、「仏法僧」というように僧侶は仏教を構成する三つの宝に数えられるが、クーデター後は僧侶に対する懷疑だけでなく、「自業自得」や「因果応報」等クーデターを容認する素地となりうる仏教の教え（法）そのものに対する反発や懷疑の声も、仏教徒自身から聞かれるようになった。このように、独立以降続く多数派のビルマ族仏教徒と宗教的民族マイノリティとの分断に加え、現在では多数派であるビルマ族仏教徒内でも深刻な分断がみられる状況にあり、反軍勢力の中核を占める若者を中心に、仏教離れはより深刻化しているといえるだろう。

ではこうした状況の中で、老年期にある人々は、どのような宗教実践を行っているのだろうか。以下本稿では、ある女性の事例をもとに、上座部仏教徒社会における高齢者のウェルビーイングについて宗教実践を中心に考えていく。なお新型コロナウイルス感染症に伴う渡航制限に加え、クーデターとその後の国内状況の下で現地調査を実施できていないため、本論文はこれまでの調査に加え、2020年から1-3週間に1回程度の頻度で行ったオンライン通話を用いた聞き取り調査とSNSの投稿分析に基づく⁴。

2. ミャンマー上座部仏教徒社会における生死と功德

高齢者の実践を見る前に、本節ではその前提となるミャンマー上座部仏教徒の宗教観についてみてみたい。2019年、世界中でチャリティの推進を目指すNGOであるCAFは、過去10年間に世界の国々でどれだけ寛大な行為が行われたかという調査結果を発表した。それによると、日本は126か国中107位であるが、ミャンマーはアメリカに次ぐ2位となっている[CAF 2019]。①「知らない人を助ける」、②「金を寄付する」、③「ボランティアへの従事」の3項目のうち、ミャンマーは①こそ58%で世界第49位と高くはないが、②は第1位で回答者の81%が寄付をしており、③も第3位で43%がボランティアに従事している。ここからミャンマーにおいて、いかに利他行為が社会の中に根付いているかがわかるだろう。

寄付やボランティアといった利他行為は、宗教を超えてミャンマー社会で広くみられ、特に近年では「パラヒタ」（利他）と呼ばれる諸活動への注目が集まっている。「パラヒタ」というパーリ語の仏教用語は、少なくとも1990年代には出家者による孤児院の運営を指す言葉として、限定的な意味合いで用いられていた。しかし、近年その領域が拡がり、無料かごく少額での葬式、救命救急、診療、献血、教育等のサービス提供という意味で用いられている。これら多岐に渡る活動が、「パラヒタ」の名の下に一括りにされるのは、受益者が俗人という点で共通するためである。仏教教義では利他行為の受け手、与え手双方の清浄性によって、得られる功德の多寡が変わるとされる。そ

⁴ 本研究はJSPS科研費20H04423、17H04537の助成を受けたものである。

のため仏法僧への支援など仏教の維持に直接的にかかわる喜捨と、パラヒタをはじめとする俗人に対する喜捨は区別され、前者の方が受けられる功德が大きいとされてきた。

しかし近年では、パゴダ建立や「アフルー」⁵などの宗教色の強い喜捨に多額の金銭を使うことを「パカータナ」(虚飾)とみなし、布施よりも瞑想修行を重視する人々や、貧困や病氣、災害、内戦被害者などより困難な状況にある人を支える布施行為に重きを置く人、金銭的支援ではなく自らが直接的にパラヒタ活動に参加することを重視する人も増えている。どのような実践がより多くの功德を得る行為とみなされるかといった功德とその実践をめぐる言説は、必ずしも仏教という宗教的領域に限定されず、政治的経済的变化の中で、生活の中に深く根付きながら多様化している。

但し、仏教の維持にかかわる実践により、功德を得られることを否定する仏教徒はいないだろう。実際、新聞等に掲載される葬式広告でも、生前に行った積徳行為が列挙される。図1では、故人の名前の前に、「パゴダ(仏塔)、比丘、戒壇、僧院の檀家」という「称号」⁶が付されている。1960年代の村落研究では、何が功德をもたらす行為と考えられているかという研究があるが、そこで最も多くの功德を得られる行為として挙げられているのもパゴダ建立である[Nash 1965, Spiro 1967]。

前節では仏教の衰退に危機感を抱く僧侶について述べたが、逆に仏教を興隆させるには仏法僧の維持が重要となる。約2600年前に亡くなった釈尊の髪や骨、歯など聖遺物を納めたパゴダは、仏そのものとみなされる。そこからたとえ本物の聖遺物を納めずとも、パゴダは仏そのものと考えら

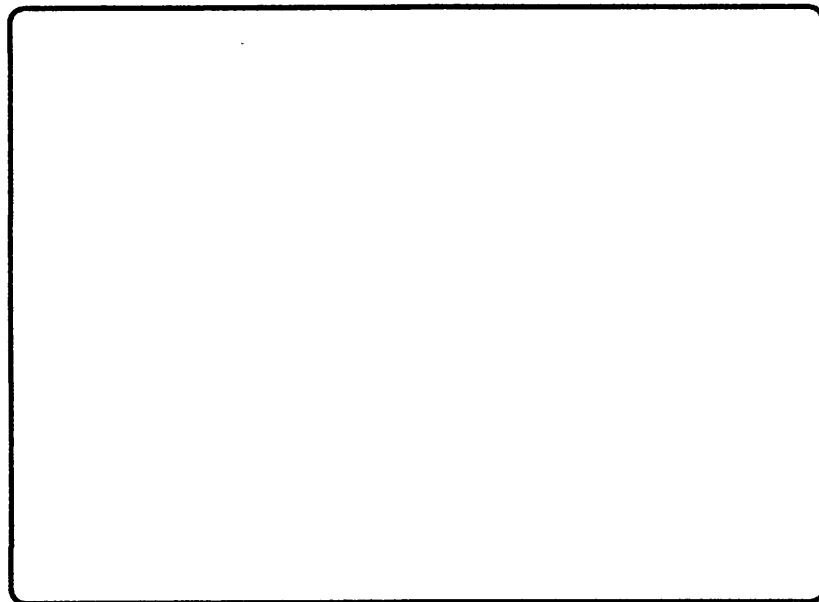


図1. 新聞に掲載されたある仏教徒の葬式広告

(出典) Myanmar Alin Daily 2021年1月31日、31面より一部抜粋。

(訳) パゴダ(仏塔)、比丘、戒壇、僧院の檀家 ウー・タンパー(パンタノー) 101歳

エーヤーワディ管区、パンタノー市、東第2地区に住む(ドーチョーイン)⁷の夫であり、8人の子供、16人の孫、11人のひ孫の祖父は、2021年1月30日(土曜日)午後12:15に逝去したため、2021年2月1日(日曜日)午後1時、パンタノー市墓地に埋葬することになったことを、遠方近隣の親族友人に対しお知らせいたします。 遺族

⁵ 男児の沙弥(見習僧)出家式と、女兒の穿耳式の総称。人生儀礼の中で最も盛大に執り行われる儀礼の一つ。

⁶ 実際に国などから称号を得た場合、それらが記載される。

⁷ ()内は故人であることを示す。

れてきた。また、パゴダの存在はその地に仏教が活着していることを目に見える形で示す証となるため、パゴダ建立は仏教の布教活動（タータナーピュ）として重要な位置を占めている。

図1の「称号」は「パゴダ（仏塔）、比丘、戒壇、僧院の檀家」であったが、2つ目の「比丘」（ヤハン）とは、特定の僧侶の衣食住全般の主たる責任を負うことを指す。上座部仏教では、出家することは「人」すなわち俗人としての生を終え、出家者として新たな生を得ることと捉えられる。出家者は自らの身を仏門に捧げ、仏の教えを今に体现する生きた器となるため、出家者と在家信者の間には明確な優劣が生じる。出家者は輪廻を超越し、苦の源泉である転生を二度としない境地である涅槃への到達を目指して厳しい修行生活を送る。出家に際しては全ての財産を捨て、八資具と呼ばれる生活用品以外の所有を禁じられるため、衣食住の全般を在家に依存せざるを得ない。在家はその生活を経済的にサポートすることで功德を得、得た功德によってよりよい来世を希求する。上座部仏教の場合、在家の五戒か八戒の遵守は努力目標となるが、出家すると成人僧である比丘は311戒、沙弥は十戒の遵守を義務付けられる。「戒壇」とは出家請願者に対して授戒し、出家儀礼を執り行う結界を張った場所（建物）を、「僧院」は僧侶の起居する建物を寄進したことを指す。

このように、死に際し生前に行った仏教の維持にかかわる善行を列挙するのは、功德が宗教的象徴財として大きな意味を持つためである。仏教では、全ての命あるものは地獄・餓鬼・畜生・修羅・人・天といった様々な世界で、生と死を繰り返すと説くが、ミャンマーの上座部仏教的世界観の中で、仏の教えを理解・実践し、涅槃へ到達できるのは人界に限られる。それゆえに人として生を受けることは非常に難しく、過去世で大きな功德を積んだ結果とされるが、同時に過去世から続く業（カルマ）を解消するべく困難に向き合う場でもある。因果応報の理を受け入れ、できる限り悪徳をはじめとする過去の因縁を清算し、善行による功德を積むことでより良い生を希求する。現世は過去と未来をつなぐ結節点であり、こうした連続性の中で生死を考える必要がある。

また、パゴダ建立やアフルー等、大規模な積徳行為の多くは、多くのヒト・モノ・カネ・情報などを「功德」の名のもとに集結させ、既存の結びつきを強固にすると同時に、新たな結びつきを醸成する。パゴダ建立が大きな功德とされるのは、それが多額の資金を要するだけでなく、非常に困難な事業であることとも関係する〔土佐 2000；飯國 2015〕。そのため、多くの人が関わる大規模な積徳行為の実践は、それらの人々の協力を取り付けることを可能にした寄進者の社会的威信を示すのみならず、実践を介して新たに伝手やコネなどの社会資本を増大させることとなる。つまり功德は、現世をある程度規定し、来世の幸不幸を左右する象徴財であるだけでなく、現世の社会生活においても重要な社会資本といえる。ミャンマーが世界でも有数の寄付大国であるのは、功德を宗教的・社会的に貴重な象徴資本として重視するシステムが、社会の中で構築されていることとも関係していると考えられる。

3. 出家者が提供する宗教的サービス

ではこうした状況下で、出家者はどのような宗教的サービスを提供しているのでしょうか。

出家者による宗教的サービスの提供は、出家者個人の関心や専門性に依拠して多岐に渡るが、在家に対する基本的な宗教的サービスとしては、①布施の授受を介した積徳機会の提供、②在家の宗教的実践の支援、③在家の宗教的知識の獲得支援、等を挙げられる。

①布施の授受を介した積徳機会の提供： 前節で述べた宗教施設の建設以外に、在家信者は托鉢に来る僧侶に日々の食事を提供するほか、誕生日やアフルー、上棟式、結婚式や葬式等といった様々な人生の節目において、出家者に対しまとまった金やモノを喜捨して功德を得る。既に述べたように、出家者は衣食住の全てを在家信者に依存する。在家にとって喜捨とは「布施行」という修行の一環であり、僧侶は在家がモノや金を手放すことで執着を断ち、仏教の維持に参与することで功德を得る手助けをしているため、在家に礼を言うことはない。また出家者は在家信者から捧げられたものは受け取らねばならず、たとえ毒入りの食事であっても拒否することはできない。2007年の「サフラン革命」では、僧侶が托鉢の鉢を逆さまにして行進する「伏鉢」が見られたが、僧侶が布施を拒否することは、その者に功德を積む機会を与えないという強烈的な意思表示となる。

②在家の宗教的実践への支援： 上記で挙げたような人生儀礼の他に、新年祭、月4回の布薩日⁸、雨安居前後、僧衣献上式、パゴダ祭り等の年中儀礼に際しても僧侶を招いて布施を行うが、そこでは次のような一連の儀礼的实践がみられる。まず僧侶の説法を聞き、在家信者として遵守が奨励される五戒や八戒を受戒し、灌水供養をして得た功德を回向する。持戒は仏教徒の基本で、前節で述べたように出家と在家を分ける最も大きな違いである。出家者は在家信者が仏教の教えをより深く理解し、悪徳を避けるべく戒律を遵守するよう促す役割を担う。

ミャンマーでは、「布施・持戒・瞑想」の重要性が頻繁に言及されるが、上で述べたように、布施に際して儀礼をおこなった場合、僧侶の授戒はセットになっているため、受けた戒を把持することが重要となる。また瞑想院等で瞑想をする場合、八戒の持戒と瞑想はセットになることが多い。ミャンマーには様々な瞑想法があり、在家が指導するところもあるが、僧侶が瞑想院を運営し、指導に当たるところが多い。瞑想法には、精神集中に軸を置くサマタ瞑想と、「名」⁹（心や精神の働き）と「色」¹⁰（身体の物質的側面・働き）を分け、これらの動きが現れては消え、消えては現れる様を観察することで、「無常・苦・無我」という仏教の真理に近づくヴィパッサナ瞑想があり、双方の実践が涅槃への到達には不可欠とされる。瞑想院では、どのような姿勢や息遣いをするか、どこ

⁸ 新月日、白分8日、満月日、黒分8日の4回。在家信者の場合、布薩日には僧院等集まって、普段遵守することが奨励される五戒ではなく八戒を受戒し、より厳しい戒律を遵守することが理想とされる。

⁹ パーリ語で nāma、ビルマ語で nama。

¹⁰ パーリ語で rūpa、ビルマ語で yout。

に意識を置くかといった具体的なやり方だけでなく、瞑想の段階で見えたものを逐次相談し、間違った方向に向かわないように指導するところや、死ぬ時を想定し、寝た状態でどのように瞑想を行うかを指導するところもある。このほかに、夏休みなどを利用し、一時的に出家希望者を受け入れて、在家に出家生活を営ませ、出家による功德を積ませることもある。

③在家の宗教的知識の獲得支援： 多くの僧侶は日々変化するメディアに対応しながら、在家が仏教に親しみ、より深い宗教的知識を獲得できるよう努力している。90年代には高僧の説法を録音したカセットがパゴダの参道に売られている風景が見られたが、その媒体はVCD、DVDからスマートフォンへと変化した。また本の執筆やラジオ・テレビでの法話の一部の高僧に限られるが、現在は多くの僧侶がソーシャルメディア（SNS）を介した情報発信を行っている。

1988年から2012年までのミャンマー軍事政権下では、国民の表現の自由は大幅に制限されてきたが、2012年の民主化後、検閲の廃止や民間のメディアや通信事業の参入が進み、スマートフォンが急速に普及するようになった。スマートフォンを通じたインターネットアクセスは2013年以降急速に進み、中西によるとその拡大を進めたのがSNSであったという。ミャンマーで最もシェアが高いSNSはフェイスブックで、2019年1月時点のSNSの利用者は2100万人と全人口の39%に達し、そのほぼすべてがフェイスブックを使っているという〔中西2020：127-128〕。こうした流れを受け、出家者が自分でフェイスブックやYoutube上に意見や動画を投稿することもあれば、信者が説法の動画を撮影し投稿することもある。

こうした非対面の布教活動の他に、地道な活動もある。第1節では子供向けのSunday Dhamma Schoolを僧侶が開催していることを示したが、こうした子供向け教室の他に、より深く経典を学びたい人々のために「清浄道論教室」や「ダンマサリヤ教室」も開かれている。出家者が永続出家を望む場合、出家年齢や出家の目的により修行内容は変わるが、瞑想は何歳でもできるため、若くして出家した場合には、出家者としてのキャリア形成を考えて経典学習を行う。経典学習とはすなわち政府が実施する国家試験や民間試験に通るための学習であり、複数ある難関試験を突破するため、合格者を多く輩出する教学僧院や教学尼僧院に止住し、日夜勉強に明け暮れる出家者も多い。「清浄道論教室」や「ダンマサリヤ教室」は、出家者が学ぶ経典の内容を深く理解したい、試験合格を目指したいという在家者に経典を学習する機会を提供するものである。

4. Aさんの宗教実践

以上を踏まえた上で、高齢者の具体的な宗教的実践を見てみたい。

Aさん（70歳）は1953年にミャンマー第二の都市マンダレーで生まれたビルマ族仏教徒で、3年前の夫の死後、実家から車で20分程度の場所にある小さな店と実家の間を行き来しながら生活している。大学時代に知り合い、約30年間連れ添った2歳年上の夫はシャン州出身の中国系インダー族で、クーデターから2か月後の2021年4月に心臓病で亡くなった。夫と二人で食品の製造と小

売りをする自営業を営み、店で起居する4、5名の女性従業員に加え、配達を担当する男性4、5名をヤンゴンの自宅兼倉庫に住まわせている。結婚前から、兄の息子と姉の娘を実子のように愛情をかけ育てており、店の運営と子供たちへの相続を考え、2022年秋に正式な養子とする法的手続きを行った。船員の息子は海外に多いことが多く、娘は2021年郊外に家建て、夫とともに通いでAさんを手伝っている。2023年5月に娘は第一子を出産し、子の誕生と長年糖尿病を患うAさんの身体的状況を鑑みて、2023年7月に郊外の家を売って、店の近くに家を購入した。

娘たちがいない時には、夜中12時の仕込みに立ち会うこともあるため、Aさんの朝は遅い。起床後ヨガをして、仏を拝み、水浴びをする。2023年1月のインタビューでは、次のように語っていた。「娘夫婦に店の切り盛りを（一部）任せているので、今は好きな時に瞑想し、経を読んだり本当に自由だ。ティーラシン¹¹として11日間出家し、今もできれば出家したいが、まだ娘たちに全てを任せることはできない。世俗の喧騒を離れた出家生活は本当に自由で静謐で、あの穏やかな世界にずっといたいと思う。それは難しいけれど。出家期間を11日間にしたのは、11種の煩惱の炎が鎮まるようお願いを込めたからだ」。

このようにAさんは、以前から頻繁に食施を行うなど懇意にしているザガイン山の教学尼僧院で、2015年3月に11日間一時出家した。これについて以前「夫に出家したいといたら最初は難色を示したけど、将来のことを考えて、どうしても出家して功德を積んでおきたいと説得した結果、11日間になった。本当はもっと長く出家していたかったけれど、11日間が限界。1日も欠かさずマンダレーからザガインまでわざわざ来て、布施をしていたくらいだから」と話していた。この間Aさんは経典を読み、瞑想修行を行っていた。

Aさんは夫の死後の2022年から『大集会経』¹²の読誦を始めた。30分や1時間、1時間半など日によって長さは変わるが、必ず毎日経典を読誦することを心願として誓っており、夜寝る前に実践することが多い。昔は仏壇の前で読誦できたが、今は痛くて膝を曲げられないので、マッサージチェアに座って、30分や1時間のコースが終わるまで誦すなどの工夫をしている。『大護呪十一経』¹³の好きなところを読んだりもするが、2023年1月のインタビューの際には、『発趣論』¹⁴全5巻を順に誦していると話していた。読誦を続けて約1年が経った2023年5月には、経の読誦、読誦により得た功德の回向、一切衆生に慈愛を送るという一連のプロセスで1時間45分かかるといい、これに瞑想を加えるとかなり時間がかかると話していた。

¹¹ 比丘尼としての女性の正式な出家が認められないミャンマーで、剃髪し出家生活を営む女性を指す。永続出家者の場合には、男性僧侶と同様に出家者手帳を交付され、選挙権・被選挙権も失う[cf. 飯國 2010]。

¹² パーリ語で mahāsamaya-sutta。パーリ三蔵のうち経蔵長部に含まれ『大会経』とも呼ばれる。釈尊がカピラヴァストゥに滞在していた際に、天界の神々が釈尊の周囲に集まってきた様子を記した経典。

¹³ パーリ語で paritta、ビルマ語で pareigyī hsetta thout と呼ばれる。日常的に読誦される最も基本的な経典の1つ。パーリ三蔵の経蔵小部の『小誦経』内に含まれる『吉祥経』や『宝経』『慈経』等が含まれる。

¹⁴ パーリ語で paṭṭhāna。聖典であるパーリ三蔵のうち論蔵(アビダンマ)に含まれ、釈尊の教えを解釈するもの。ミャンマーでは『発趣論』は論蔵の中でも最も難解で、人間に理解するのは難しいため、釈尊は天界に赴いた際に説いたといわれる。

こうした日々の個人的な実践は「布施・持戒・瞑想」という教義に則したものである。少額の布施は生活の中で当たり前のように実践されるため数えきれないが、息子や知り合いの出家生活に際し、金銭的・物質的な面で中心的サポートを行う「比丘の檀家」を何度も務めている。また大規模な食施を頻繁に行っており、件の教学尼僧院のほか、マンダレー仏教大学の学僧（400名以上）や、教学僧院として知られるマハーガンダヨン僧院の学僧（1200名）など、数百名が在籍する教学僧院や尼僧院への斎飯供与式を、2000年以降夫とともに毎年のように行ってきた。また孤児を育てるパラヒタ尼僧院（80名）やパラヒタ僧院（300名）の他、マンダレー大病院の患者200名など、縁があるところでも食施を行っている。このほかに、古い仏像や僧院の修復、僧院内の宿坊建設の他、2014年にはパゴダを600万円近くかけて建立している〔cf. 飯國 2015〕。こうした縁でAさんは三蔵法師の誕生日式典に招待されたり、パゴダ建立の縁で親しくなった仏塔建立を行う「ガイン」と呼ばれる宗教組織のメンバーとなり、各地で読経を奉納する活動も行っている。

持戒と瞑想については、上述の2015年の出家時や日々の実践に加え、度々瞑想院で集中的に瞑想修行を行っており、2022年4月、2023年4月の新年も5日から1週間の瞑想修行を行っていた。しかし、糖尿病を患うAさんは、複数種の投薬とインシュリン注射が欠かせないため、体調悪化の可能性から1日2食の持戒行の実践に慎重にならざるを得ない。2021年8月にはAさん含む同じ敷地内に住む親族全員が新型コロナウイルスに感染し、幸い重篤な症状にはならなかったが、2022年4月には高血圧で半身不随になりかけた他、糖尿病のため右目の視力はほとんどなく、よい方の左目も2022年10月にレーザー手術を行ったが、視力は思ったほどの改善は見られない。さらに以前から悪かった膝がさらに悪化し、2023年2月頃から杖が欠かせず、膝を曲げることが難しくなった。

仏教では老病死を引き起こす生を苦の根源と捉え、転生による苦が二度と生じない境地である涅槃に至ることを目標とする。Aさんにとってこうした身体的変化は、老いや病いといった仏教教義を、自らの身体をもって理解・確認する重要な契機となっている。2023年5月には、「身体があるから苦痛を感じる。なぜ苦痛を感じるのか。それは『名』によって生じる。仮に物質としての身体である『色』が苦痛を感じても、その苦痛をよく観察すると、痛みは生じては消え、また別の場所で生じては消えと、何一つとして常なるものはない。『色』と『名』をよく観察することで、無常が見えてくる。無常・苦・無我。もちろんそれで苦痛がなくなるわけではない。でも、ああ釈尊の教えは本当に正しいなと思えてくる」と、ヴィパッサナー瞑想の観点から自らの状況を捉えなおしていた。

このように老いや病いといった苦に接する日々の中で、Aさんが切実に「死の法」を突き付けられたのは、2021年4月に最愛の夫を亡くしたことである。ミャンマーは完全介護ではなく、入院すると家族が付き添わなければならないほか、保険制度もない。そのため重い病気の場合、患者とは異なる意味で家族の身体的・精神的負担も大きくなり、経済的負担は重く家族にのしかかる。新型コロナウイルスに伴う外出制限で売り上げが落ちる中、2020年末からの夫の入退院で200万円近い出費が嵩むが、命には代えられないとできる限りのことをした。その最中2021年2月にクー

データーが発生し、経済的政治的に最悪の状態の中で、Aさんは今後の商売の舵取りを迫られることとなった。

仕事の傍ら、Aさんはかなりの頻度で夫の追善供養を行っていた。一般的には死後7日目、1か月、3か月、1年といった節目に、僧侶を招いて斎飯供与を行った後、説法を聞いて受戒し、灌水供養を行う。自ら功德を積むことができなくなった死者に代わり功德を積み、得た功德を死者に回向するためである。しかしAさんは、これらに加え45日や7か月など折に触れ追善供養を行っており、2年後2023年4月には仏像を奉納している。

夫の死後1年経った2022年4月の聞き取りでは、瞑想院での5日間の瞑想修行から帰ってきた後、次のように語っていた。「71歳¹⁵になる今まで、経典を読誦したり、聴法をしてきたが、本当の意味で分かっていなかった。最近では1か所ずつ本当の意味で理解し、腑に落ちるまで何度も聞いて、理解してから次に行くということをしている。おかげで以前よりも仏法に近づいてきた実感がある。やはり実践しないとだめだ。今は何もほしくない。夫に会えるとも思わない。彼には彼の業があり、自分にも自分の業がある。死後にまた会えるとは思えない。もう欲もない。他の人のようにあれが欲しい、これが欲しいといったことはなく、何もほしくない。以前から、自分の死後にはこれを誰に残さなければなどと考えてきたが、もうそういうこともどうでもいい。今は何もほしくない」。

こうした言はSNSからも見えてくる。そこで次にSNS上の分析をみてみたい。

5. SNS から見た宗教実践とウェルビーイング

Aさんがフェイスブックを始めたのは2012年秋で、年末に息子に初孫が誕生したのを機に、積極的に使うようになった。下の表は2015年、2019年、2021年以降の投稿内容を分類したものである¹⁶。2021年の「その他」の投稿の多さは、クーデターを反映したものと考えられるが、基本的に2021年の夫の死後、投稿数が激減していることがわかる¹⁷。また「夫」に関する投稿は横ばいであるが、「家族」に関する投稿数は、ライフイベントの多さにもかかわらず、必ずしも多くない。息子に2人目となる孫娘が生まれた2015年は35件あったが、2021年には9件、2022年には6件と減っており、2023年5月には娘に初の孫娘が生まれたが、9月9日現在で8件しか投稿がない。これは離れて住んでいた息子の孫と違い、娘の孫は近くにいることや、目の悪化でフェイスブックを長く利用できないことが大きいと考えられる。しかし、次のような投稿を見ると、必ずしもそれだけと

¹⁵ 受胎の瞬間から生命が始まると考え、生まれた時に1歳と数える場合や、日本と同様に新年を迎えると1つ年を取るという考えがあるため、数え年になる。

¹⁶ 2023年については9月9日までのデータを反映。2015年、2019年、2021年、2022年、2023年を分析対象とした理由は次のとおり。2022年から毎日経を読む心願を立てており、2021年はクーデターと夫の死が重なった年であるため入れた。新型コロナウイルス発生前の状況を見るために、2019年のデータを入れ、2015年は出家という人生の一大イベントの宗教実践と、選挙という政治的イベントが重なった年であるため分析の対象とした。

¹⁷ 各年の総投稿数は以下の通り。2015年175件、2019年104件、2021年58件、2022年52件、2023年64件（2023年9月9日現在）。

は言えない複雑な心境が読み取れる。

2022年3月には、「常に心に留めておくべき5か条」として老・病・死と愛別離苦、業の5つを列挙する投稿や、「(永遠に) 別れる前に別れよう」という高僧の法話、6月には「人生は一人で乗り切るもの」といった投稿をシェアしていることから、家族への愛情は執着に他ならないという教えを、自分に言い聞かせようと努力する姿が見える。また、「親の面倒は子供がみるもの」という社会的規範の一方で、それに甘えきれない状況も、投稿から垣間見ることができる。2022年5月には「病気になれば子供が世話してくれると思うな。子供のいない人も甥や姪が面倒見てくれると信じることはできない。自分に金があってはじめてそうなるのだ」という投稿や、同年6月の「年を取ったら誰と一緒に住めばいいか」という投稿をシェアしている。2023年2月の誕生日には「今日で72歳。たった一人になった。子供たちの庇護の下楽しくなるよう過ごしていきます」と宣言しつつも、同年7月にはケアを要する人と老人のための民間施設の広告をシェアしている。これらから、愛する家族と共に居たい、常に自分を気にかけてほしいという欲求と、そこに安穩としがみつ়くことの狭間で葛藤していることがわかる。

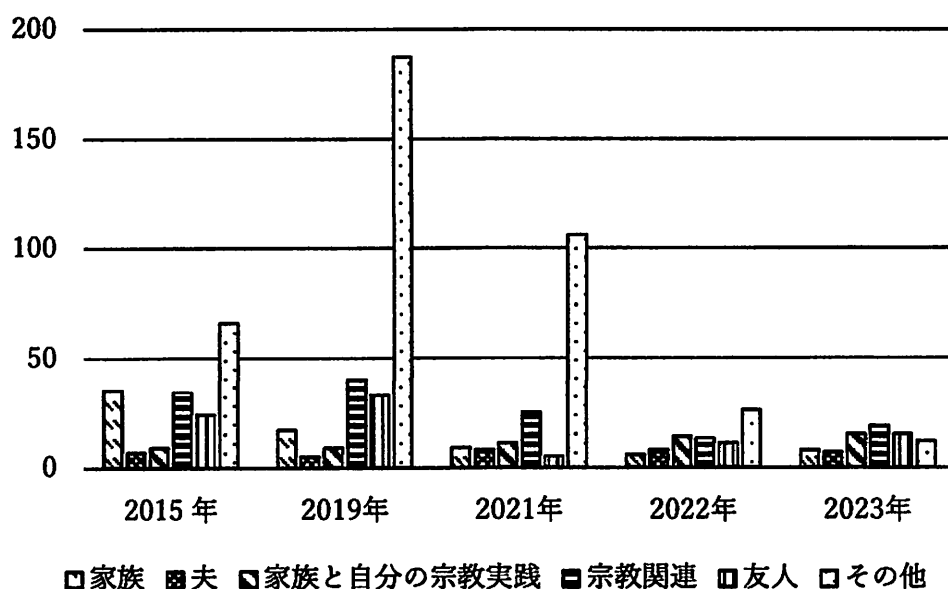


表1. Aさんのフェイスブック投稿数
(出典) Aさんのフェイスブックをもとに筆者作成

また、投稿内容についても変化がみられる。宗教関連の投稿数は2015年34件、2019年40件、2021年25件、2022年13件、2023年19件と大きな変化はない。しかし、シェアすると幸運や金が舞い込む、望みがかなうと書かれた高僧や仏像の写真の投稿が、2015年には4件、2019年には8件、2021年には1件あり、宝石で飾られた聖遺物や仏像の写真のシェアが、2015年には11件、2019年には1件あった。こうした比較的現世利益的な投稿が宗教関連投稿全体に占める割合は、2015年で44%、2019年に22.5%、2021年に4%であったが、2022年以後はみられなくなっている。一方で、それまで見られなかった「死に瀕した際の心構え」、「在家瞑想指導者が語る死に際しての

感覚」、「一瞬で涅槃が得られる方法」、「今晚死んだらあなたはどうか」といった死に関する投稿が、夫の亡くなった2021年には3件、2023年に1件と増えている。2023年6月には心の働きと無常に関する投稿を、同年7月には「人生の中心は仏法（ダンマ）である。財産の中心は布施である。命の中心は戒である。身体の中心はウィパッターである」という投稿をシェアしている。このようにAさんの宗教的関心事は、現世利益から、死を見据えそれまでにいかなる実践をすべきかという方向に確実にシフトしている。

実際夫の死後は、電話の都度共に泣き、様々な相談を受けることが多かった。しかし2023年5月には最近の宗教実践について話したのち、「以前のような業火に焼かれるような気持ちはかなり少なくなった。これをあの人にあげよう、こんなことをしたらどう思われるかといったことを、あまり考えなくなった。やはり努力は大切だ。無常・苦・無我。一番好きな言葉だ。その言葉の意味がどんどんと深化していく」と語っていることから、読経や瞑想、慈愛、回向などの宗教実践による仏教教義の身体化は、投稿内容と比例する形で深まっているように見える。

さらに、家族と自分が行った宗教実践をみると、投稿件数としては大きな変化はないが、内容に変化が見られる。2015年と2019年は新規投稿ばかりであったが、2021年以降過去の同日に行った布施等の再投稿が増え、2021年で54.5%、2022年で78%、2023年で55%を占めている。夫亡き後はクーデターによる経済の悪化もあり、以前のような大規模な食施を行う頻度は減ったが、儀礼をおこなっていないわけではない。もともとAさんは大規模な布施を行ってもそれを喧伝しようという考えはあまりなく、自分の主催した儀礼に参加した他者の投稿を、自分のSNSでシェアする程度であった。しかし2021年以降は、夫の追善供養や夫も参加していた大規模儀礼の再投稿が多いことから、Aさんにとっての過去の善行の再投稿は、夫とともに功德を積んだ日々を思い起こし、SNSを介して再度皆に得た功德を随喜してもらうという意味合いが強いものと考えられる。また、前節で示した読経や回向、慈愛を送るといった実践は、あくまで個人的なものであると同時に、年配の仏教徒であればやって当たり前と考えられることもあり、Aさんは投稿しておらず、家族や親族、友人、知人など他者がかかわる比較的大きな儀礼や、子供の出生祝、葬式などその実施を皆に知ってもらいたいと思う儀礼を投稿している。

Aさんが、皆が参加した儀礼をはじめとする思い出を大切にしていることは、友人関連の投稿からもわかる。コロナ下で人との接触回避を推奨された2021年は5件と少ないが、2015年は24件、2019年33件、2022年は11件、2023年は15件とコンスタントに投稿されており、友人と過ごす日々はAさんの大きな支えになっている。実際、新年のあいさつを始め、多くの投稿が友人に向けて書かれた形式をとっているほか、友人がいかに大切かという投稿も度々みられる。2021年8月には夫を亡くしたAさんを心配する友人に向けて、自分が犬を散歩させる写真に「元気だよ」というキャプションを付けて投稿する一方、2021年10月には、2020年に夫とともに僧侶に対して行った布施の写真を再投稿して、「みんな！来て励まして！」と弱音を吐いている。2023年2月には、杖を突きながら歩く写真に「友人たち。私には常に私と一緒にいるパートナーが必要になりました。夫と違い小さな影にしかならないけれど」と投稿するように、Aさんにとって友人は安心して弱音

を吐き、互いに労わり、慰めあえる心のよりどころとなっている。

前節で述べた個人で行う宗教実践は、老いと病による苦を感じながら、来るべき死を見据え、残された時間を少しでも涅槃に近づくよう歩を進める点で重要であるが、こうした実践は高齢者にとってあまりに平凡で日常的な実践であるため、SNSに投稿されないことがわかる。またこうした個人で行う宗教実践とは異なる意味で、社会の中で他者とかかわりながら行う儀礼が、高齢者にとって重要であること、そしてSNSが過去に自分が実施した儀礼を再度想起させ、その時を思い出しながら、得た功德をSNSの読者とともに死者に対して回向するという、新たな実践を生み出していることがわかった。

6. おわりに

本論文は、ある高齢女性の事例をもとに、上座部仏教徒社会における高齢者のウェルビーイングについて、宗教実践を中心に考えることを目的としていた。

若いうちは宗教に興味がなく、「親が仏教徒なので自分も仏教徒」、「たまに僧院にいった僧侶と話すと緊張する」という人も多い。しかし、結婚して子供ができると、男児の一時出家式を盛大に執り行うことが当然視される上、2節で述べたように、積徳行為は社会的威信や社会資本の増大を計る機会でもある。そのため、経済力が付いてくるにつれ、親や親族、親しい人々、親しくなりたいと考える人々の積徳行為等への周回的参加を通して、より大規模な積徳行為の実施を希求する人も増える。しかしこうした集合的な実践は、4節で述べたよりよい来世を求めて行う個人的な宗教実践とは異なる意味を持つ。次の例は、それを端的に示すものと言えるだろう。

2023年7月にAさんと話した際、親族の儀礼に参加しに、遠方まで出向いてきたという。治安が悪化の一途を辿る中、儀礼で座ってられないにもかかわらず、なぜ行ったのかを尋ねると、89歳になるオジが、「これが最後になるだろうから、親族全員に集まってもらいたい」と希望したため、わざわざ出かけたという。教義上の目標とされる涅槃への到達には、経典を学ぶことで仏法に通曉し、瞑想を実践することが必要であるが、出家していてもその達成は非常に困難といわれる。在家にとって、家族や親族、多くの知己とともに行う儀礼は、家族や親族、親しい友人の存在を改めて可視化し、同じ功德を積む機会を共有することで、来世もまた親しい関係でありたいという願いをかたちにしたものである。そして、その遂行を通じて、家族や親族としての関係性を深化させるものでもある。

ミャンマーでは「50歳を過ぎたらパヤー（仏）タヤー（法）」といわれるが、50歳を過ぎるとたしかに親など身近な人の死に直面する機会が増える。多くの人は、いつか漠然と死ぬことはわかっている、日々の生活の中で、それがすぐに自分の身に起こるとは考えないだろう。「50歳を過ぎたら…」という先の言葉は、自分や他者の死を見つめて残された時間を逆算すべきこと、生きる苦しみを受け入れつつ、象徴財である功德を獲得し、次の生がより良いものとなるよう、仏の教えに従って努力すべきであることを意味している。

実際 A さんも老いや病いに対処するために、食や健康、ライフスタイルだけでなく、この經典はこういう意味がある、この經典を読めばこうした功德が得られるといった様々な知識を獲得し、取捨選択しながら実践している。同時に自分の病いを過去世の因果が廻った結果として引き受け、瞑想により痛みが生じるプロセスの観察を通して、病いや苦痛に対処しながら、仏教の教えの奥深さをより深く理解する努力を続けている。そして日々、自分のような苦しみを他者が引き受けなくて済むよう祈り、慈愛を送る。

このように、老いや病いによる苦しみを身をもって体験し、近親者の死に直面することは、それまで頭でしかわかっていなかった仏教の教えや実践のあり方の深化につながる。苦と死を見つめることは、無知からくる恐怖を払拭し、いつか来る死の瞬間を可能な限りデザインすることでもある。そして、仏教の文脈に沿って苦や死を受け入れることこそが死や苦しみを和らげ、それらをむき出しのまま享受しないですむようにするという、死への軟着陸を可能にしている。こうした点から、ミャンマーの上座部仏教徒社会に生きる高齢者のウェルビーイングを考える上で、宗教実践は欠くことのできない重要な働きをしていると考えられる。

また、死を見据えることで、残された時間や今共にあることが、いかにかけがえないものであるかも見えてくる。A さんにとって親や夫、友人と過ごした時間は、手放しでかけがえのないものであるといえるが、子供たちについては自らのケアに関連して複雑な思いをのぞかせていた。しかしそれは、遠慮せず自分の欲求をぶつけることができるのは子供たちだけであり、深い愛情があるからこそ、それが執着になることを恐れる気持ちの反映とも考えられる。

高齢者のウェルビーイングと宗教実践の関係は様々である。A さんの友人で何度も出家し、僧院に自分の庵を建てて瞑想三昧の生活を送っていた男性 B さんは、2 人の娘が何くれとなく彼と妻の世話をしてくれるため、そのまま僧院で瞑想をして暮らしたいと考えていたが、妻に家に帰るよう懇願され、仕方なく家で生活している。また、A さんの遠縁で、ヤンゴンに 2 人だけで住む未婚の兄妹がいたが、兄は 82 歳の妹 C さんのことをくれぐれもよろしく頼むと別の親族に言い置いて 89 歳で亡くなった。後を託された親族は同意のもと C さんをマンガレーに呼び寄せて、専用の部屋と面倒を見るための住み込みの少女も 1 人置いたが、C さんは半年ほどすると様々な理由を付けてヤンゴンに戻り、近隣の人々の力を借りながら 1 人で生活しているという。後を託された親族は C さんについて、「パヤータヤーもせず、自分で身の回りのことも対してできないのに、近所に話し相手がいないからといって勝手に戻ってしまった」と話していたそうだ。

A さんにとってのウェルビーイングは、これから先どのように生きるかという道標の役割を担う宗教実践と、友人や家族の支えなど現在の自分が安心して生活できる環境の両輪で成り立っているが、B さんにとってのウェルビーイングは、瞑想を思う存分できる生活であろう。一方 C さんにとっては、自分の運命を受け入れて慣れない環境の中で宗教実践をするよりも、ご近所を回って話をする生活こそがよく生きることといえる。このように人によりウェルビーイングは大きく異なるため、A さんの事例をもって、ミャンマー上座部仏教徒社会の典型例とすることはできない。今後はさらに多くの事例を見る中で、ミャンマーの高齢者にとっての宗教実践とウェルビーイングに

について考えていきたい。

<参考資料>

AHWIN (Asia Health and Wellbeing Initiative) 2022 “Data on Aging : Myanmar”

<https://www.ahwin.org/data-on-aging/data-on-aging-myanmar/>

朝日新聞 「ミャンマーに巨大な大理石の仏像 市民困窮の中、国軍が権威を誇示か」 2023.7.21

CAF 2019 CAF World Giving Index : Ten Years of Giving Trends.

https://www.cafonline.org/docs/default-source/about-us-publications/caf_wgi_10th_edition_report_2712a_web_101019.pdf

Humanitarian Response Plan 2023

https://myanmar.un.org/sites/default/files/2023-01/mmr_humanitarian_response_plan_2023%20final.pdf

飯國有佳子 2010『ミャンマーの女性修行者ティーラシン：出家と在家のはざまを生きる人々』風響社

飯國有佳子 2013「ビルマにおける『功德の観念』と『積德行』：カティン儀礼の事例から」兼重努・林行夫（編）『功德の観念と積德行の地域間比較研究』京都大学地域研究総合情報センター

飯國有佳子 2015「功德の環流が生み出すもの：パゴダ建立における超自然的存在と社会的紐帯」長谷川清・林行夫（編）『積德行と社会文化動態に関する地域間比較研究：東アジア・大陸東南アジア地域を対象として』京都大学地域研究総合情報センター

飯國有佳子 2016「宗教と民族の境界を護る、越える：民主化後のミャンマーにおける宗教対立と女性」川橋範子・小松佳代子（編）『宗教とジェンダーのポリティクス：フェミニスト人類学のまなざし』昭和堂

中西嘉宏 2020「自由とソーシャルメディアがもたらすミャンマー民主化の停滞」見市健・茅根由佳（編著）『ソーシャルメディア時代の東南アジア政治』明石書店

Nash, Manning 1965 *the Golden Road to Modernity; Village Life in Contemporary Burma*. The University Chicago Press.

Spiro, Melford 1967 *Burmese Supernaturalism; A Study in the Explanation and Reduction of Suffering*. Prentice-hall. Inc.

The 2014 Myanmar Population and Housing Census 2016

The Union Report: Religion, Census Report Volume 2-C. Department of Population, Ministry of Labour, Immigration and Population Myanmar

土佐桂子 2000『ビルマのウェイザー信仰』勁草書房