

仏教，禅の叡智と森田療法
—「生老病死」の苦から「煩惱即菩提」へ—

岡 本 重 慶

日本森田療法学会雑誌 別冊
第31巻 第1号 令和2年4月

Japanese Journal of MORITA THERAPY

Vol. 31 No. 1 2020

■第37回日本森田療法学会 シンポジウムⅠ：森田療法成立100年，森田理論の再考

仏教，禅の叡智と森田療法

—「生老病死」の苦から「煩惱即菩提」へ—

岡 本 重 慶

(京都森田療法研究所)

I. はじめに

釈尊，親鸞，白隠はいずれも「生老病死」の苦に悩み，大疑の末に悟った神経質者であった，と森田は言う。仏教や禅と森田療法との深い関わりを示した言説である。療法の成立百年になるこの機会に，苦や煩惱という課題を原点として療法が出来上がった流れを，仏教や禅の面から見直したい。ただし，それを体系的に一挙に述べることは困難であり，以下まとまりを欠くが，従来曖昧なままになっていたいくつかの事柄を取り上げて論述し，問題を提起する。

II. 苦と煩惱 — 森田療法の原点 —

「生老病死」の苦について，釈尊が修行の末に，苦を苦として中道を歩むということを知ったように，森田自身も「死は恐れざるをえず」と悟ったのだった。四苦八苦の原因となる煩惱については，初期仏教より「苦集滅道」の四諦と八正道の教えとなり，大乘仏教では「煩惱即菩提」が基本的な思想となった。しかし，この「煩惱即菩提」は，仏教の流れにより，執着を問題にするか，煩惱を減するかなどで，煩惱への態度が微妙に分かれていく。森田療法との関係では，とりわけ禅，真言宗，真宗における煩惱と菩提（または涅槃）についての思想を見直す必要がある。

III. 真言宗と森田正馬

知られているように，森田正馬は真言宗の金剛寺の檀家に生まれ，幼少時に寺の地獄絵を見て恐怖した。中学時代には『理趣教』を書写し，五高時代には『般若心経秘鍵』を愛誦した。大学時代には，金剛寺住職の窪恵亮の協力で，自撰の経文を作成。医師になってからは，大正7年10月22日より5日間，真言宗の大僧正，樫田雷斧の密教講習会に参加した。そしてその翌年の大正8年頃，入院第1期の絶対臥褥に「真言宗の煩惱即菩提」⁹⁾（森田自身の言葉）を導入した。真言宗は，森田が育った宗教環境であったにとどまらず，森田の思想に吸収されており，療法の成立と不可分なものであった。

IV. 療法で用いられる言葉の再考

1. 「事実唯真」の典拠としての「即事而真」

本療法の重要な用語に「事実唯真」がある。これは森田自身による造語で，彼は「余は試みに『事実唯真』という標語を作って見た」¹²⁾と述べているが，典拠を記していない。その典拠については，従来二つほどの説がある。

その第一は，聖徳太子の言葉「世間虚仮 唯仏是真」によるとするものである。三重野⁸⁾は，森田の「事実唯真」を重んじつつ，言葉は事実と相違することを示すために，「私は聖徳太子の言葉『世間虚仮・唯仏是真』を真似て，『言語虚仮・事实是真』とって説明しています」と記してい

る。言語が虚仮であることはわかるけれども、これを以て「事実唯真」の典拠が、聖徳太子の言葉であるということにはならない。それに「世間」は事実そのものであり、これを削除したら「事実唯真」と矛盾することになる。さらに井上²⁾は、森田から直接聴いた話としてではなく、三重野の意見を引き合いに出しながら、森田正馬は聖徳太子の言葉をもじって「事実唯真」と言ったと述べているが、論拠が浅い。

第二に、森田正馬は祖父正直の墓碑銘にある漢学者の撰により建てたが、野村¹⁶⁾は、その墓碑銘の末尾の言葉、「一心所根 唯在真実」に、「努力即幸福」、「事実唯真」などの重要な森田の言葉が、祖父の生涯と重なって見えるとしている。しかし、そこから「事実唯真」の語が立脚する思想までは読み取り難い。

ところで、真言宗の教えとしてしばしば出てくる言葉に、「即事而真（そくじにしん）」がある。真言宗では、『大日経』と『金剛頂経』の両経典が教理の基本として重視されるが、『大日経』の註解書である『大日経疏』に、この「即事而真」の言葉が出てくる。「事に即してしかも真なり」で、現実世界の実事そのままが真理である、事実を措いてほかに真理はないという意である。現実を重視するこのような考え方は、中国で生まれたもので、「即事而真」の語や思想は、華嚴思想や天台の『摩訶止観』や『法華玄義』に既に見られたものであった⁴⁾。したがって密教に特有の言葉ではなかったが、わが国では空海の継承者らによって真言密教に取り入れられて、その独自の言葉になった。世俗的活動を重んじる真言密教において、その実践的な生活面に通じる生きた言葉として定着したものである⁷⁾。

この「即事而真」を典拠にして、森田は「事実唯真」の語を作ったと考えるのが、字義的、意味的に自然であろうと思われる。

2. 「煩惱即菩提」

森田は、「煩惱即菩提」を繁用している。この語は、煩惱と菩提は相即的で、一方だけを取り出し得ない不離一体のものであることを意味する。真言宗では、空海が著書『十住心論』に、「煩惱

すなはち菩提…」と書いているが、空海の煩惱観は、煩惱なくして菩提はないと、煩惱を肯定的に捉えるものである。低次元の小欲としての煩惱がまずあって、あたかもリビドーが昇華するように、現実社会に尽くそうとする大欲になっていく。それが菩提であり、「即身成仏」であるとされる。このような「煩惱即菩提」を、森田は「煩悶即解脱」と言い換えたりもしている。

なお、「不断煩惱」と「涅槃」を相即とする言葉の系列もある。それは維摩から、聖徳太子を経て、親鸞へと通じたもので、親鸞は「不断煩惱得涅槃」と説いた。

森田はこの「不断煩惱得涅槃」を何度か肯定的に引用しながらも、昭和9年の名古屋形外会では、あえて「不断煩惱即涅槃」と言い、厳密な相即の表現に変えている。雑誌『神経質』⁶⁾および『森田正馬全集』第5巻¹⁵⁾のそのくぐり、で、「不断煩惱即涅槃」が小見出しとして出されているほどなので、誤植である可能性は低い。これは奇妙なことであるが、井上¹⁾は数十年後の晩年の回顧で、森田は『「不断煩惱得涅槃」の経文を『即涅槃』である、と正した」と述べて、真宗の重要な経文に対する森田の批判を擁護しているのである。

「得涅槃」はもちろん阿弥陀如来の本願による他力を表しているが、「不断煩惱」から「涅槃」を即得する易行に対して、森田は疑問を残していたのかもしれない。

3. 「あるがまま」

森田は、神経質は矯正努力が強過ぎて強迫観念になるので、方便として「あるがまま」であれと教える、と述べている¹³⁾。

しかし「あるがまま」は本来仏教語である。語源はサンスクリット語の tathatā (タタター) で、「そのようなこと (もの)」の意であり、物事の本性を指し示している。漢語での「如」、「如如」、「真如」などを経て、和語で「あるがまま」となった。深い含意を有するので、用い方によっては意味が錯綜する。森田療法においては、「あるがまま」の言葉とその意味が、療法の実際に即して適切に生かされる配慮が、今後も引き続き必要であろう。

V. 入院森田療法の成立，とくに 第1期の絶対臥褥について

森田の郷里の高知では、嫁姑の間にいざこざが起こると、どちらかが三日も四日も臥褥する習慣がよくあったので、それをヒントに入院第1期の絶対臥褥を始めたとき、森田が話していたという記事⁹⁾が『形外先生言行録』に出ている。しかし、隔離された環境で静かに臥褥していれば、森田の言う「感情の法則」により、興奮は収束していく。これはそのような次元での気づきであって、第1期の絶対臥褥の重要な意義をなすものではなかったろう。

絶対臥褥の目的として森田が最重視したのは、「患者の精神的煩悶苦悩を根本的に破壊し、余の謂はゆる煩悶即解脱の心境を体得せしむる」¹¹⁾ことで、これを本療法の眼目とすると考えた。こうして、森田は煩悩を肯定的に見る真言宗の立場からの「煩悩即菩提」、あるいは自身の言い換えによる「煩悶即解脱」を療法に導入し、それを絶対臥褥期に体験させようとした。しかし、それがどのように実施され、入院患者によってどのような体験がなされたのか。その成果を知りたいところであるが、記録が乏しいのは残念である。

VI. 森田療法と禅

1. 両者の関係

森田は真言宗から出発しながらも、神経質者の「とらわれ」の心理を前にして、それを打破してよりよい人生を送らせるには、禅の思想や生活態度が有用であることに気づき、それを療法に活用していった。不安や恐怖にとらわれても、とらわれたままで生活に打ち込むほかない。入院森田療法で、禅の作務のごとく作業が重んじられるのも、もちろんその趣旨による。励まし薫陶する師としての治療者が居ることも重要である。このように、入院森田療法の治療構造も、かなり禅の修行の場に似ている。

2. 釈宗活老師への森田の参禅

森田は、釈宗活という老師に参禅したこと、しかし「父母未生以前自己本来面目如何」という公案を透過することができなかったことを、形外会で何度か語っている。

日記によれば、森田は明治43年2月5日より、谷中初音町の「両忘会」の釈宗活老師に参禅を開始した。そのことは、同日の『我が家の記録』¹⁴⁾にも出ている。しかし、当時の森田は多方面の活動で多忙で、参禅に継続的に打ち込む余裕がなかったのか、3カ月ほどでやめている。

釈宗活老師¹⁷⁾は、円覚寺で今北洪川について修行をした人であるが、封建的な禅の叢林を嫌い、僧侶になっても一生寺の住職にはならぬという固い信念を持ち、明治期より東京にできた在家禅の道場、「両忘会」の庵主となって、在家者の禅指導を生涯の任務とした。指導は厳しく、人柄は優しく、風流な面を有し、粋な芸事にも秀でていた。森田がこのような人間的な在家禅の指導者との出会いに恵まれながら、その折角の機会を生かすことができなかったのは、非常に惜しまれる。

3. 宇佐玄雄と森田正馬

宇佐玄雄¹⁹⁾は、異色の経歴の持ち主であった。三重県に生まれ、幼くして東福寺派の山溪寺に養子に入り、中学生の頃より神経衰弱を経験している。早稲田大学文学科（インド哲学）を出て、一旦帰郷し、大徳寺で修行の後、檀家の反対を押し切って慈恵医専に入学し、大正8年に卒業した。奇しくもこの年は、森田療法が誕生するときに当たっていた。森田の日記によれば、宇佐は卒業前年の大正7年より森田と個人的に交流を始めており、療法の成立を見守るとともに、一方では禅僧として森田に影響を与える立場になった。東大の呉の教室に入局後、大正11年より京都の東福寺内で三聖医院を開業し、昭和2年には病院とした。森田は高知への帰省時などに、たびたび三聖病院に立ち寄り、宇佐と森田の交流が続いた。二人が治療上で用いた禅語の数々を対比すると、それぞれの禅的指導の傾向が浮かび上がる。森田は、早くから「繫驢橛」の語で強迫観念を説明し¹⁰⁾、また「無所住心」もみずから使ったものであろう。

宇佐¹⁸⁾は、禅僧であったにしては、さほど多くの禅語を持ち出していない。特徴的なのは、沢庵和尚の『不動智神妙録』の剣禅一如の教えを重んじて、「無心」を説いていることである。『不動智神妙録』は、沢庵和尚が柳生宗矩のために書いたものであり、伊賀出身の宇佐は、そこから程遠くない柳生の里にいた一族に親近感も抱いたことだろう。

また注目すべきは、宇佐と森田の交流が始まってから、森田が使用する禅語が増加しており、それらは宇佐が提出した語を踏襲して森田もそれを用いるという流れになっていることである。たとえば、「正受不受」や、「寒時寒殺閻梨 熱時熱殺閻梨」(洞山良价)、「見惑頓断如破石 思惑難断如藕糸」(無住)、などである。森田が弟子であり禅僧である宇佐を信頼し、かつその影響を受けていたことがわかる。

VII. 仏教の叡智と「ネガティブ・ケイパビリティ」

キーツに始まった「ネガティブ・ケイパビリティ」が、最近改めて注目されている。そのような負の力を重視する動向は、非常に貴重であると思う。人間が生きていく上で不可欠な、負を受け入れる智慧や力は、本来仏教や森田療法が、中心的な課題として歩んできたものであった。「ネガティブ・ケイパビリティ」なるものに対して、つい「既視」感を覚えるのも、やはりそのためであろう。けれども、そのようなケイパビリティの涵養は容易ではなく、われわれは常に脚下照顧して進まねばならない。

ちなみに、亀井³⁾は仏教的立場から、「解決はありうるか」という一文を書いている。その趣旨は次のようである。

「この世は矛盾に満ち満ちており、解決することはできない。不断煩惱のまま、未解決の苦痛に耐えて生きることである」。

VIII. おわりに

1. 真言宗の宗教的風土で育った森田正馬は、その思想を療法にかなり取り入れていたことを述べた。
2. 「事実唯真」の典拠は、真言宗の言葉「即事而真」であろうと推測した。
3. 森田は真言宗の思想により「煩惱即菩提」を絶対臥褥に導入した。しかし、その実施経験については詳らかでない。森田が本療法の眼目とまで言った絶対臥褥の意義について、検討が必要である。
4. 仏教や禅との関係で、その他のことも述べた。

文 献

- 1) 井上常七：森田歎異抄（第一回）第一章。生活の発見, 49(9)：22-25, 2006。
※初出は「三省会報」第85号, 2001.7.8.
- 2) 井上常七：森田正馬先生から私が直接受けた指導（二）。生活の発見, 55(12)：44, 2011.
- 3) 伊藤龍生：森田先生の素顔に接して。森田正馬生誕百年記念事業会 編：形外先生言行録；66-72, 白揚社, 東京, 1975.
- 4) 鎌田茂雄：「即事而真」思想の成熟。鎌田茂雄, 上山春平：仏教の思想6 無限の世界観〈華嚴〉；30-38, 角川書店, 東京, 1969.
- 5) 亀井勝一郎：解決はありうるか。亀井勝一郎全集, 7：293-295, 講談社, 東京, 1971.
- 6) 形外会幹事：名古屋・形外会記。神経質, 6(1)：17-32, 1935.
- 7) 松長有慶：密教の特質。佛教学セミナー, 31：54-57, 1980(5).
- 8) 三重野悌次郎：森田理論という人間学；110-111, 春萌堂, 東京, 1999.
- 9) 森田正馬：神経質及神経衰弱症の療法。高良武久, 大原健士郎, 中川四郎, 他 編：森田正馬全集, 1：384, 白揚社, 東京, 1974.
- 10) 森田正馬：神経衰弱性精神病性體質。高良武久, 大原健士郎, 中川四郎, 他 編：森田正馬全集, 1：72-82, 白揚社, 東京, 1974.
- 11) 森田正馬：神経質ノ本態及療法。高良武久, 大原健士郎, 中川四郎, 他 編：森田正馬全集, 2：279-393, 白揚社, 東京, 1974.
- 12) 森田正馬：赤面恐怖症（又は對人恐怖）と其の療法。高良武久, 大原健士郎, 中川四郎, 他 編：森田正馬全集, 3：173, 白揚社, 東京, 1974.
- 13) 森田正馬：修養にあせる（質問その三）。高良武久,

- 大原健士郎, 中川四郎, 他 編: 森田正馬全集, 4 ; 598-604, 白揚社, 東京, 1974.
- 14) 森田正馬: 我が家の記録 (森田正馬). 高良武久, 大原健士郎, 中川四郎, 他 編: 森田正馬全集, 7 ; 763-841, 白揚社, 東京, 1975.
- 15) 名古屋形外会: 名古屋形外会・座談会. 高良武久, 大原健士郎, 中川四郎, 他 編: 森田正馬全集, 5 ; 501-513, 白揚社, 東京, 1975.
- 16) 野村章恒: 森田正馬評伝; 19-20, 白揚社, 東京, 1974.
- 17) 岡本重慶: 森田正馬が参禅した谷中の「両忘会」と釈宗活老師について. 日本森田療法学会雑誌, 29 (1) ; 87, 2018.
- 18) 宇佐玄雄: 神経質の本態. 三聖病院, 三省会 共編: 人生に随順して—宇佐玄雄先生追悼録—; 9-35, 三聖病院, 三省会, 京都, 1957.
- 19) 宇佐晋一: 父 宇佐玄雄のこと. 三省会 編: 禅・森田療法・京都; 99-112, 三省会, 京都, 1987.
-