

悩み・苦痛の逆療法

第1部 解脱の真理の発見

(21) 論理的人間も煩惱の解脱はできる

私の先輩になる人が、禅寺に行って、僧侶の話聞いた。その僧侶は、「部屋の中から見えて、向こうの垣根の上に牛の角が見えており、その角が右から左へ移動していったら、牛が歩いているのだと思いなさい」と言ったとのことである。私の先輩は、「禅坊主は、何を言っているのかさっぱり分からない」とこぼしていた。

これは、先輩が禅のことをあまり知らないから分からないのであり、鈴木大拙の名著『禅と日本文化』を読んで感銘していた私にはすぐに禅僧の言わんとすることが分かった。

そして、この僧侶の話は、禅の本質を簡潔に、しかも、的確に表していると考え。すなわち、禅あるいは煩惱の解脱においては、直感的思考方法が重要であるということである。牛の角が動いていたら、牛が移動していると考えるのは、直観である。

論理的思考をすると、こうはならない。牛の角を見たら、推論して仮説を立てる。すなわち、①牛が移動している。②牛の角を人がかついで通っているのが、たまたま角だけが見える。次に、この二つの仮説のうちいずれが正しいかを定めるためには、検証しなければならない。例えば、垣根のそばに行って、のぞいて見て、①なのか②なのか目で確かめるのである。

この検証をしなくては、仮説を信じないのが論理的思考法である。これは論理的科学的手法である。この論理的思考方法が西洋文明・文化発展の一つの基本要因なのであり、仕事・勉学の業績をあげるには必須の方法論なのである。この論理的思考方法が夏目漱石の『門』の主人公宗助の言うところの「分別」なのである。この論理的思考方法が社会生活・物質世界では重要なのである。

しかし、心の世界、すなわち禅の悟りとか煩惱の解脱には、直観的思考方法が必要なのである。論理的思考方法を心の問題に持ち込めば、心の葛藤を生じてしまうのである。従

って、日本で言われている和魂洋才と似たことをしなくてはならないのである。心の世界は直観的思考方法を適用し、論理的思考方法は自然科学・人文科学の世界・社会生活に適用するという両刀使いをすべきなのである。

なお、誤解を避けるために、一言だけ付け加えておくが、自然科学・人文科学に直観的思考方法が必要でないと言っている訳ではない。むしろ、直観的思考方法は独創性の基になるものであり、科学上・仕事上でも大いに必要なものである。

さて、本題に戻るが、直観的思考方法に優れた人が、煩惱解脱をしやすいのであるが、それでは論理的思考方法に優れた人間は、煩惱の解脱あるいは悟りはできないかと言うと、そうとは限らないのである。苦痛を意識し噛みしめ味わい更には強めることが煩惱の解脱の鍵であるが、これは論理的人間でもできることである。

しかし、「苦痛を噛みしめ味わい更には強めるのが煩惱解脱の鍵である」というのも仮説であり、論理的人間には、検証しないと納得しない人が多い。この仮説を直接的に検証することは難しいが、本書においては、いくつかの項で検証をしている。卑近な例では、「寒い時には、寒さを意識して寒いと思う」ことを実践してみるのものである。または、「こむらがえり」のように足がついた時に、意識をついた箇所集中したり更には強めてみると、一時的に痛みが増すが、短時間で治る、とかである。

しかし、「苦痛を噛みしめ味わい更には強めるのが煩惱解脱の鍵である」ことを真に理解するには、直観的思考が必要であろう。更に、このことを自分で検証する方法としては、私がやったように、世の中にある多くの煩惱解脱の方法と言われるものを、自分で実践して、その無効性を確かめることである。これらの方法の多くは、私が提唱している「悩み解決法」及び、「悩みの逆療法」とは、全く逆のこと、即ち、心の計らいごと、例えばプラス思考なのである。ただし、これらの誤った解脱方法を深く実践すると、私が経験したようにノイローゼとかうつ状態になる危険性があるので、注意が肝要である。その結果、これらの方法の有効性が一時的であるか、自己催眠のような錯覚、即ち、㊦項で説明した野狐禪にすぎないと体得すれば、解脱には苦痛を噛みしめ更には強めることしかない、論理的人間も会得するはずである。

なお、心の世界に論理的思考方法が役に立つ場面もあるのである。

私が自分の煩惱の解脱の経験と根本要因を分析・検証して、この本に書きあげることができたのは、論理的思考力のおかげである。心の世界に論理的思考方法が役に立つ実例と言える。この本が、多少なりとも煩惱の解脱に貢献するものとするれば、論理的思考力も心

の問題について全く寄与しないものではないのである。

以上のことを総括すると、社会生活・科学の世界では論理的思考方法を大いに使うべきであるが、心の問題に論理的思考方法を間違って適用すべきでない。このような使い分けをすることは、実現可能であり、論理的人間でも苦痛を噛みしめ味わい更には強めれば、煩悩の解脱はできるのである。

これを短歌にすると、

悟りには 直感力が 要るけれど
論理の人も 解脱はできる

となる。