

# 悩み・苦痛の逆療法

## 第1部 解脱の真理の発見

### (52-1) 達磨が悟りの方法を具体的に教える

私は、自分の「悩み・解決法」、すなわち「悩み・苦痛は、しっかり意識して噛みしめ味わえば、緩和・消失する」ということは、極めて禅の見性(人間に本来備わった心の本性を徹見すること)と近いものであるにもかかわらず、禅の言葉・禅話の中に私が会得した「悩み解決法」と同様なものがないのを不審に思っていた。そして、このような禅話を長年探し求めていた。

私が、なぜこの禅話を探し求めていたかと言うと、もし、禅話の中に私の体験したものがないとすれば、私の「悩み解決法」は、私だけの特異な方法であり、他の一般の人には適用できず、一般人にとって効果がないことになるからである。

たまたま、書店で目にした、大川隆法氏の『大悟の法』の中に、私が探し求めていた禅話が出ていた。それは、禅の始祖である達磨が弟子の慧可に授けた教えである。ただ、大川隆法氏は、この教えは、「論理のすり替え」であると非難しているが、それは誤解であり、これこそ見性の方法を示している貴重なものである。これについて、大川隆法氏へ「達磨の教え」の紹介の謝意と共に、その解釈に対する反論の手紙を書いた。この項は、主としてその手紙の内容に基づいて書いている。

問題となるテーマは、大川隆法氏の書籍の一六九ページにある「禅の悟りのなかにある『論理のすり替え』の項目」に書いてある、達磨と弟子の慧可との禅話に関してである。

論点を明確にするために、前述したものであるが、再度ここにその主要な点を引用する。

“祖師である達磨に慧可が、「心が乱れて仕方ないので、どうか、師よ、私の心を安んじてください」と言ったところ、達磨は「その迷っている心を探して）取り出してみよ。おまえさんのために安んじてあげよう」と言った。慧可が、「心を探してみたけれども、見つかりません。出せません。」と言うと、達磨は、「おまえの心を安んじ終わったぞ」と言ったのである。”

これに対して、大川隆法氏は、次のように述べている。

“「心を取り出してみよ」というのは、心と言うものを、物質的、物的な比喩に切り替えて言っています。「心を出してみよ」と言って、「出せません」と言われると、「では、心を安んじ終わった。悩みは解決したぞ。出せない心なら、悩むはずがないではないか」という言い方をしているわけです。しかし、これは、本来の悟りの姿ではないと思います。達磨は、ここで一つのすり替え(倫理のすり替え)をしています。”

私も、いくつかの禅話において、大川隆法氏の言われる「倫理のすり替え」のようなものがあるように思うし、極めて難解なものもあって、一般人の苦悩を深めてしまうものもあると思っています。しかし、この達磨が慧可に授けた教えは、悟りの方法を具体的に教えたものであり、実は私が会得した「悩み解決法」及び、「悩みの逆療法」と一致しており、これこそ私が長年探し求めていた禅話なのである。

それでは、私の「悩み解決法」及び、「悩みの逆療法」と達磨が慧可に授けた「教え」とどのような点が同じであることを説明する。

長年の悩みに苦しんだ結果としては、私は、「苦痛から逃れようとするから、何をやっても駄目なんだ。苦痛をじっくり意識して噛みしめ味わい更には強めれば悩みは解決しない」ということを会得した。

そして、前述した通り、その一年後の朝の洗顔時に、高校時代に見た禅の悟りを表すと言われる「ひょうたん鯰」の墨絵について、「あ、鯰(=心)を放置すれば自分からひょうたんに入るのだ」と突然ひらめいたのである。

しかし、重要なことは、乱れる心を放置することは難しいのであるが、乱れる心という「苦痛」をしっかりと意識し噛みしめ味わえば、放置できるという点である。そして、この場合の「見性」、すなわち、心に本来備わっている本当の

性質、すなわち本性(心性といってもよい)を徹見(徹底的理解)するとは、乱れる心という苦痛をしっかり意識して噛みしめ味わい更には強めれば、自然と、その乱れる心・苦痛が緩和・消失することである。