

「高良興生院で学んだこと」

興生院の生活は、一週間の臥褥期間を除けば、人生を教えるあたたかい雰囲気の実践を尊ぶ学校といった方がふさわしい生活だったと思います。ここでの生活は、私の考えを根本から変えるものでした。森田的生活を実践するきわめて人間愛に溢れた環境のなかで、それまで嫌疑や誤解を恐れて避けてきた共同生活を二カ月半余り、実に楽しく送ることができました。そして素地のままをさらけ出した私が、家庭以外の場所に於ても、意外と明るく、快くうけいれられる愉快な面も持った人間であることを知り得たのでした。興生院の機関誌「あるがまま」に載せていただいた退院日記を読み返しながら、ここで会得した主な点をあげてみます。

神経質症についての知的理解がかなり進んだこと。

単に、本で読んだり、講話を聞いたりということによる理解以外に、同窓の人たちのさらけ出すとらわれの姿が、とらわれの対象は異なっても、そのパターンが自分と恐ろしいほど似ているのです。故に自分の症状に関して今までとってきた態度の間違いは、主観的にわからない面があっても、他人の間違いはよくわかるので、それから類推して、自分の態度の間違いをただすことができるのです。

劣等感的差別観で人や物を見る癖、特に他人が自分をどう見てくれるかということ、今でも気になるのですが、私の場合、人が極端に悪意で、また誤解して私を見ていのではないかと思いが多く、そういう思いこみが心の癖のようになっていたので、すぐにしゅんとなったり、悲観したりしやすいですが、以前ですとそれにひっかかってしまって、もし人が悪意または誤解して見ているのではないかと思うと、気持ちが悪くてどうしようもできず、誤解されていないことを何とか確かめようといういろいろな努力をし、極端なときには、誤解されていないか、嫌疑されていないかを、直接本人に聞いて確かめて、やっと気持ちがすっきりするという「確認して安心すること」に目的をおいたような、いわゆる気休め行為をして解決していたのです。

(続)