

(二)「あるがまま」について(「生活の発見」誌一九九一年九月号掲載)

あるがままに進む

「あるがまま」は森田の真髓と言われます。森田理論学習の要点も「あるがまま」の体現への道を示し、まとめていってもよいかと思えます。

「あるがまま」とは、もう少し具体的に言つと「あるがままに進む」ことだと、高良先生が教えてくださっています。これによつて「あるがまま」というやや抽象的なことばが、よりわかりやすくなったように思います。私も、今は前述のように実生活上の苦悩や不安をもちながらも、「あるがままに進む」生活が身についてきました。昔は「自分ほど複雑な悩みをもっている者はいない。これから先、どうなるのだろう」と、不安でいっぱいの毎日を送っていました。

私は嫌疑恐怖等の強迫観念に懊悩し、昭和四十八年秋、高良興生院に三カ月近くお世話になりました。その後も、会社で同期入社の人から昇進において水をあけられ、惨めな思いに打ちのめされ、途方に暮れ、会社を辞めて新しい事業を始めるべく転職の準備を進め、それを一部の上司にも予告した苦い経験があります。これについては、一九八九年二月号発見誌中でも述べましたが、そういう落ちこぼれ社員の意識は、転職を思いとどまつてからも長い間、残っておりまして。

しかし、森田を学び実践を続けるうちに、つらいもろもろの思いも「あるがまま」に、前に進む態度がとれるようになったのです。

(続)