



Title	『あるがまま』の視界
Author(s)	矢野, 敦子
Citation	待兼山論叢. 日本学篇. 1978, 11, p. 1-24
Version Type	VoR
URL	<a href="https://hdl.handle.net/11094/56547">https://hdl.handle.net/11094/56547</a>
rights	
Note	

*The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA*

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

The University of Osaka

# 『あるがまま』の視界

## 序論

矢野 敦子

『あるがまま』は、森田正馬（一八七四―一九三八年）が日本人として初めて立ち立てた精神療法つまり森田療法における中心概念である。この小論はその『あるがまま』に視点を置き、その視界をとらえる試みである。その視界の内に何を見出すことができ、そして何を見出すことができないか、を明らかにしていきたい。

森田理論の中心概念としての『あるがまま』は、中心概念であるだけに、森田自身『あるがまま』をいかにして正確に言葉として表現すべきか苦慮している。彼は、己れの意図するところを、ギリギリのところまで誤りなく伝えようと、さまざまの形をとって、またさまざまの文脈の中で『あるがまま』を表現する。そこに私達は日本人としては、はじめての精神療法を創始した精神医学者というよりは、もはや一人の思想家としての森田の姿をみるといってよい。だからこそそうして森田の中で練り上げられた『あるがまま』は、日本思想史研究にとって実に内容豊富な、数々の問題をはらんだ思想世界を開示してくれるものとなっているのである。

ここで一つおことわりしておきたい。私は日本思想史研究者として森田の精神療法理論、神経質理論というものを、日本思想という観点から問題とする。従って森田理論、森田思想というものの持つ普遍性をないがしろに

し、その日本の特殊性のみに目を向けたという批判があるかと思われる。たしかに精神療法は、人間をいかに理解するかを根本としているのであるから、森田の精神療法理論、神経質理論は一つの学説として普遍性をもったものであるはずである。彼自身日本人であり日本人の神経症から出発したものはあるが、精神療法理論である以上、普遍性を目指したものであることは当然であろう。森田自身「私自身においても、この神経質の研究は世界的のものであるとうぬばれている。」と述べている。そうであるのに私がここで森田の理論の中の日本の特性にのみ照明をあてるとするのは、そもそも森田の意に反することになり、普遍を目指す『あるがまま』論を少なからず限局することになりはしないかとも思うが、先にも述べたように私は日本思想史研究の立場から森田理論に尽きせぬ魅力を感じている。その魅力はひとつには日本思想史への有効性ということであろう。さしあたって私は日本思想史研究の立場から彼にアプローチしたい。精神医学者諸氏からは専門用語の使用に厳密さを欠く等々、多々難ぜられる点もあろうと思うが、そこはお許しいただいて、魅力ある森田理論のうちでも、最もその魅力を集約したといえる『あるがまま』をここで論じていきたいと思う。

『あるがまま』は、森田自身表現に困る程の、とらえがたい、しかしだからこそ広汎で深遠な意味世界をもつ概念である。その『あるがまま』の世界に集中する前に、私達は、まず『あるがまま』世界がいわゆる森田理論の大意はいかなるものか、あるいはまたそれを生み出した森田という人についてもみておく必要があろう。

## I

森田正馬の伝記については野村章恒氏による『森田正馬評伝』（自揚社）に詳しいのでここではそれを割愛し、

さしあたりこの小論の展開にとって不可欠であると思われる、森田の神経質理論及び森田療法について、それらはいかなるものであるのか、森田自身の著作から彼の言葉によってその大略をみていくことにしよう。

森田療法は現在一般に用いられている神経症分類のうちでも、自己内省による認知抑制の乏しいヒステリー、反応性うつ病、及びある種の強迫行為を除いたものから主として成る、特に森田神経質と呼ばれる神経質者に対する精神療法である。彼はふつう世間一般でいわれる神経衰弱という言葉は使わずにそれを神経質と呼んだわけなのだが、それでは彼のいう神経質とはどのような症状発生経過をたどり、或るいはどのような状態にあることを指していわれるものであろうか。「余ハ神経質ノ本態ハ『ヒポコンドリー』性基調ヲ有スル精神的素質ニシテ、其症状ハ精神ノ交互作用ニヨリテ發展スルモノナリトイハント欲ス。」<sup>(2)</sup>「ヒポコンドリー性といふのは、何でもない、有りがちの事を病的異常と考へ、氣に病む事をいふ」<sup>(3)</sup>。精神交互作用というのは「吾人が或る感覚に対して、之に注意を集注すれば、其感覚は鋭敏となり、この感覚鋭敏は、更に益々注意を其方に固着せしめ、此感覚と注意とが相俟ちて交互に作用して、以て其感覚を益々強大にするといふ事の精神過程に対して名づけたものである」<sup>(4)</sup>。森田のいう神経質とは、一種の素質であり、病気の状態にあるというよりもそれがその人にとっての普通のあり方つまり常態であるということができると思われる。ところでこのように森田は、はじめ神経質発生の基調をヒポコンドリー性という素質においていたが、のち生の欲望をもってこれにかえていった。生の欲望とは「吾人の心に、自然に発動する純なる欲望」<sup>(5)</sup>のことである。「吾人が死を恐れ、病を厭ふのは、生の欲望を全ふせんがためである」<sup>(6)</sup>。「而して神経質の症状は此欲望と恐怖との間の思想の矛盾から起る」<sup>(7)</sup>。思想の矛盾とは「苦痛や欲望や当然、之を避け、否定する事の出来ない事実に対して、吾人の思考を以て之を所置し支配しようと努力する。

そこに心の葛藤が起る。此事を余は思想の矛盾と名づける<sup>(8)</sup>。先に森田神経質には自己内省による理知抑制の乏しい神経症は含まれないといったが、思想の矛盾ということが森田神経質者の自己内省、理知抑制の強さを端的に物語っているのである。ではこの思想の矛盾を打破し神経質から起こる苦しみからのがれるにはどうしたらよいのであろうか。「一言にして之を掩へば、従らに人工的の拙策を放擲して、自然に服従すべし」といふことである。

(中略) 然らば自然とは何であるか。夏暑くて、冬の寒いのは自然である。(中略) 其あるがまゝに服従し、之に堪ゆるのが自然である。<sup>(9)</sup>「余が思想の矛盾を打破するといふ事は、寒さは当然之を寒いと感じ、苦痛恐怖は、当然之を苦痛恐怖し、煩悶は即ち其儘、当然之を煩悶すべきである。徒らに人工的の拙策を弄してはならない、といふ事に帰着する。之れ即ち吾人が自然に服従する事、事実即ち真理に服従する義である。」<sup>(10)</sup>「自然」、「あるがまゝ」、「事実(真理)」に服従することが思想の矛盾を打破することになるというのである。

以上森田自身の言葉によって森田理論の大略を追ってみた。大略ではあるがそこにはもうすでに森田理論のキーワードがほとんどみえていっているといつてよい。さて以上のことから一端が窺えるように、森田療法の治療原理は、知性よりも感情を、知的理解よりも体得を重んじる。そのことは当然のことながら実践を何よりも重視することへとつながっていく。実践を通じていわゆる『あるがまゝ』の境地を体得することが目指されるのである。そのため森田療法では入院治療が行なわれる。参考に供するためその概要をあげておくことにする。入院治療は次の四期から成る。第一期、絶対臥褥療法——この時期においては苦悩に直面させ煩悶即解脱の心境を体得させる。第二期、軽い作業療法——人間に本来備わっている自発的活動性を促すと共に自己中心的な気分本位を打破させる。第三期、重い作業療法——作業に対する持久力と自信をつけさせる。又価値感情の没却をはかる。第四期、複雑な

實際生活期、實際生活に帰る準備を行う時期である。

## Ⅱ

### 1

前章でみてきた森田理論の大略において『あるがまま』は神経質者の陥っている思想の矛盾の状態を打破するという重要な任務を負わされているということが明らかにされた。つまり『あるがまま』は、神経質治療の核心にふれる概念なのである。であるからこそ『あるがまま』を論じることが、ひいては森田理論を論じることにもなるということができるであろう。このことはこの先で詳しく論じていくうちに、さらに明瞭になってくると思われる。さて私はまず森田の著作にあらわれた彼の言による、『あるがまま』のいわれるいくつかの文章をここに提示しておきたいと思う。前章であげた「其あるがまゝに服従し、之に堪ゆるのが自然である」という引用ともあわせて、これからの『あるがまま』についての考察を行なう本論にうつる前に、森田理論の中における『あるがまま』の世界をまずもって際立たせておきたいと思うからである。

「之れに対して心の作為なく、『あるがままに』氣になるを氣にし、読むべきを読んで居れば、氣になるものはなり尽し、読むものは何時しか、其必要なものは自然に理解され記憶されるやうになり、不知不識の間に精神統一するやうになる。」<sup>(11)</sup>「ただ事実あるがまゝ、という事になれば、観念・空想のこだわりを離れて自由自在になるのではなからうか」<sup>(12)</sup>「要するに人生は苦は苦であり樂は樂である。『柳は緑、花は紅』である。その『あるがまま』にあり、『自然に服従し、境遇に柔順である』のが眞の道である。」<sup>(13)</sup>

これらの引用によって『あるがまま』とはいかなるものであるか、どういう文脈でいわれるものなのかそのおおよそをつかむことができると思う。そのうちまず気づくことは『あるがまま』は、「自然」「事実」「真理」「心の作為なく」「観念空想のこだわりを離れて」「境遇に柔順」などという森田理論のキーワードに常に相伴って言われており、それらとは切っても切り離せないような関係にある概念であるということであるだろう。その意味でも、いや、だからこそ『あるがまま』を論じることが森田理論を論じることになるといえるのである。

## 2

この小論は、森田理論の中心概念である『あるがまま』の、その視界の内に何を見出すことができ、何を見出すことができないか、いわば『あるがまま』の視界の内と外を明らかにすることを目指したものである。本章では、そのうちまず『あるがまま』の視界の内に何を見出すことができるかということについて考察を進めていきたい。その際私は、『あるがまま』の世界に、いくつかの照明をあて、それら照明が一つに重なり合ったところに、『あるがまま』の姿を浮かびあがらせたいと思う。それらいくつかの照明とは、断念であり、サインとゾルレンであり、体得であり、自我であり、生一元論の世界である。

## (一)断念

断念するとはある時点から先、知性的な思考をするのを放棄することである。私が森田理論に接し、それを読み進んでいくうち彼の描く『あるがまま』的思想世界から受けた最初のそして全体的な印象は断念という言葉で

あらわされるようなそれであった。従つて断念というのは私の『あるがまま』理論に対してもった印象であつて、森田は一言も断念という語は使用していない。森田の「心の作為なく」「人工的の拙策を放擲して」「観念空想のこだわりを離れて」などの言葉にいきあたると、どうしても断念という印象を抱かざるを得ない。それは『あるがまま』理論をネガティブにとらえた場合の見方だと反論されるかもしれない。ポジティブな面を強調して済ますこともできようが、断念というネガティブな側面を見落しては『あるがまま』の正しい理解にはなるまいと私は思うのである。池田数好氏は、森田神経質を知性の構へかたの誤りから生じるとし、健康な人間の心理の中で「まさか」という形である危険率を切つて捨てる心理機制が神経質者には欠除している。この心理機制は詳しくいうと厳密性、論理性、将来の予測性というものを、本来は的確に追求してゆく性質をもった人間の知性の働きが、どこかでとにかく停止して、一挙になにか蓋然性というものに、頼り始めることになり、これに身を任せ始めることを可能にする心理的転回であると説明されているが、『あるがまま』にみられる、というより森田理論にみられるこの断念の姿勢は、神経質者にそういう心理機制が欠除しているからこそ治療においてその心理機制を徹底させて行なわせるのではあるまいかと思える程、徹底しているように思われる。しかし森田がそういう心理機制を考えていたかどうかは分らない。森田の理論は専門家によると素朴な通俗心理学の域を出ていないといわれる。私はここで森田理論の批判をするつもりは全くないが、以下のように考えることができるのではなからうかと思うのである。森田がその理論を生み出すにあたつて見過しがたい大きな貢献を果たしたものに彼自身のすつと若い頃からの神経質に苦しんだ体験がある。その体験は一種のいわば生活の智慧といったものを森田にもたらしたのではないだろうか。体験に根ざした生活の智慧が人の思想の中でもつ力は非常に強いものである。森



田ではその生活の智慧が、言葉にこそ出さないが、断念であった。そしてその断念は森田理論の中においても姿こそみせないが、全理論の底を流れる基底音ともいべき存在になった。と私は考えるのであるが。

## (二)ザインとゾルレン

(一)では私は森田理論から断念という全体的なそれ故に漠然とした印象を受けるということを述べたが、断念という印象から進んで、次に考えることは、では断念した後は一体どうなるのだろうかという問いであろう。そこへ出てくるのが森田理論におけるザインとゾルレンの問題である。そこでここでは森田理論におけるザインとゾルレンを考察することにする。

知的思考することを断念させられた神経質者はただひたすらザインであることを要求される。「即ち、執着を去ればよく、病の恐怖を生への欲望に転向きすれば、よいのである。その為の具体的方法として、私はあるがま、にあれと教へ、事実唯真を説得する。」<sup>(15)</sup>「意志の力で、かくあるべしという方に向い、これがために強迫観念となり」<sup>(16)</sup>「忍従しなければならぬという事も、既にその努力がある間は、純粹の忍従ではなくて、真のあるがままになったとはいえないかと思ひます。」<sup>(17)</sup>「僕の句に『斯くあるべしといふ、猶ほ虚偽たり。あるがままにある。即ち真実なり』という事がある。ここでは、いつもただ、事実が最も大切である。入院したての人は、この関係が、なかなかわからない『何々でなくてはならぬ』という『べし』すなわち当為を持ち出すのが、当世の教育の弊害であつて、教育が高いほど、ますますこの『べし』で鍛えあげて、融通の効かぬものになってしまうのである。」<sup>(18)</sup>

「べし」を否定する森田の態度は、「学者の本務は、信仰から出発するのでなくて何處までも懷疑を以て絶へざる探求でなくてはならない。斯くあるべしといふ・ゾルレンでなくて、斯くあるといふ・ザインの事実を研究するにある（中略）真理は実在<sup>ザイ</sup>であり事実であるから」という科学者としての信念にも通じる。真理はザインであるとの考えから人間存在の真のあり方もザインだと考えたのであろうか。ところで、ゾルレンを否定する森田であるが、森田理論が完全に確立するまでには、理論中の概念の規定に多少の変遷があつたようである。大正十五年の『神経衰弱及強迫観念の根治法』では、「治療の主眼に就いては、言語では、色々といひ現はし方もあるけれども、詮じつめれば『あるがまゝ、でよい、あるがまゝ、より外に仕方がない、あるがままでなければならぬ』とかいふ事になる」と述べており、ここでの『あるがまゝ』は森田が『あるがまゝ』でなければならぬ」というようにゾルレンとして強く目指される側面をもち、療法確立期のザインに徹する態度にまでは至っていないようである。話を元へ戻そう。確立期の森田は『あるがまゝ』は、ゾルレンであつてはならないとしザインであることを強調する。しかし彼のいう『あるがまゝ』にはどうしてもゾルレンが含まれると私はみる。彼の『あるがまゝ』は、あるがまゝにあるようにあれといつて思うように思われるのだ。『あるがまゝ』という言葉が口から発したら、又は文字にして書いてしまったら、そこにはもうゾルレンが含まれている。言葉にして口から発するといふことが、文字にして書くということがすでもうゾルレンの刻印を押したことになる。その時『あるがまゝ』はへあるがまゝにあるようにあれゝになっているのだ。言葉にして口から発せられる限り、文字にして書きつけられる限りどうもがいても『あるがまゝ』はゾルレンの手から抜け出すことはできない。森田は『あるがまゝ』といい、片方では事実唯真を主張する。しかし『あるがまゝ』は口から発していわれる限り、文字にして書かれ

る限り、事実唯真を裏切り続ける。けれども森田もやはりそのことには気がついていた。長くなるが森田の言葉をあげよう。「佐藤君が私の著書を読んで、『あるがまま』という事にとらわれ、ますます苦悶を重ねたという事があるが、それは自分で『あるがまま』という事を工夫し詮索したからである。『あるがまま』といわれるままにハハアなるほどと受け取りさえすればよい。隊長が『右向け右』<sup>(2)</sup>といえ、自分はただ右向きさえすればよい。自分で改めて、その号令をかける工夫をしてはいけない。加藤さん——『ハ』——貴方は人から呼ばれる時、何といますか——『ハ』といえます。——その前の『ハ』があるがままの応対であり、後の『ハ』が実際の返事でなく、仮構的のものであります。加藤さんと呼ばれて、『私は即座に返事をすべきであります』といえ、それは気合の入った返事とみなす事はできません。『私は今無言です』<sup>(3)</sup>といえ、それは無言ではありません。『この御恩は一生忘れません』<sup>(4)</sup>とかいう人は、翌日ははや忘れている人であります。事実と理屈とは、天と地のように相違のあるものである。という事を心得なければなりません。ここで私の治療を受ける人は、私が右向けといえ、そのまま右向きさえすればよい。少々戸惑いするくらい事は少しもさしつかえない。煩悶せよと私が鞭うてば、そのまま往生して、しかたなしに苦しんでいさえすればよいのである。」「私は今無言です」<sup>(5)</sup>といえ、それは無言ではありません。」「事実と理屈とは、天と地のように相違のあるものである。」「森田が『あるがまま』のもつ矛盾を自覚していることが窺われるが、前半と最後の部分の森田の言葉には、そういう矛盾をもつ『あるがまま』ではあるがそれでもなんとかそれを神経質治療へと役立てたいといった姿勢が感じられる。けれども、言葉を選び、表現が事実を離れた理屈にならぬよう慎重を期していると思われるその森田の教える『あるがまま』的対応の仕方には、『あるがまま』といわれるままにハハアなるほどと受け取りさえすれば

よい。隊長が『右向け右』といえば、自分はただ右向きさえすればよい。」に端的にあらわれているように、最小限度にまでゾルレンをおいやったが、それでも、もうそこにはゾルレンはなくなってしまったといきってしまえないものが残っている。森田は、まだまだ『あるがまま』自体のもつ矛盾から脱しきれず、その中でもがいている。先にみたように初期の森田理論においては『あるがまま』はあるがままでなければならぬであつた。それがのちになって、なければならぬがとれた。けれどそれだけではまだ充分に『あるがまま』はいいつくされない。言葉が足りない。

しかしながらこの先を考えること、つまり『あるがまま』をいつくすべく、『あるがまま』をその『あるがまま』に表現する方法を考えることは容易なことではない。空をいかにつかまへ表現するかということに似て、大変な問題である。それでここからユーターンして別の道を捜し出し、新しい活路を見出すことにしよう。ここで私は『あるがまま』のもつ二面性ということを取りあげたいと思う。『あるがまま』にはそもそもザインの面とゾルレンの面という二面があるのだと考えた方がすっきりするのではないだろうか。『あるがまま』にはザインの性格しかないとする先矛盾、行き詰まりが生じるし、ゾルレンだけというのとはもとより問題外のことである。しかし『あるがまま』はゾルレンを不可分に内在させてしまうのだから、やはり『あるがまま』はザインとゾルレンの二つの性格をもつとするのが妥当と思われる。森田は次のようにいつている。「言葉の詮索にとらわれたり、物の一面のみを見て、結論を下そうとしてはいけない。苦痛の避けたいことは勿論で、誰も好んで苦痛をするものではない。大きな目的を達しようとする時に、大きな苦痛が予想される。貴方は、その苦痛を、敢てして、その目的を達したいと思うことはありませんか。もしそれが、心の中にあるならば、それも『あるがまま』の心で

ある。」<sup>(22)</sup> ここにおいて私達は端的に『あるがまま』のもつ二側面を知らされる思いがする。ゾルレンは明確な形では打ち出されていないが、生の欲望達成という目標をもつ限り、いやでも『あるがまま』でなければならぬという関門を通過しなければならぬのだ。逃げ腰ではいけないのである。その意味でゾルレンがあるとすると、けれどもそのゾルレンには注意を要する。限定つきのゾルレンなのである。ゾルレンはこの場合、生の欲望とのかわり合いからはずれるゾルレンであつてはならない。

以上のように『あるがまま』におけるザインとゾルレンをとらえてきたが、私達日本思想史を研究するものにとつてどう手をつけてよいか容易に分からない、あるいは、はるかな深淵ともいうべきものは、ザインの世界を探ることであろう。ここではそのことを指摘するだけにとどめておく。

### (三) 体得

(二)でザインの世界はどうとらえたらよいか、この小論の文脈に即していえば、ザインの中にのめりこんでしまった『あるがまま』をどうとらえたらよいのか分らないと述べたが、ここで問題となる体得もそのことに関連して同じくとらえることのむずかしい問題である。森田療法は実践の場から考案された治療技法である。従つて治療概念の核心である『あるがまま』の境地は、体得においてはじめて真に獲得されるとする。そもそも森田は身心同一論の立場に立っている。知的思考は断念し、あとは身体で『あるがまま』を理解しようということである。(二)でのザインはいかにしてゾルレンの手からのがれ得るかという難問が、体得の中に解決を見出したのだともいえる。しかしこのことは、私達にとっては、身体と実践という理論的追隨を容易に許さぬもののうちに『あるが

「まま」はいりこんでしまい、なお一層とらえにくくさせるという事態をもたらすことになるといえる。話が少し先走りすぎた。まず体得がいかに表現されているかみてみよう。「体得トハ、身自カラ之ヲ実試スルコトニシテ、最モ深キ理解ハ乃チ此ニヨリテ生ズルナリ。」「マタ常ニ患者ヲシテ、実証・体得ヲ以テ、所謂自然ニ服従スルコトヲ自得セシメントスルモノニシテ」<sup>(24)</sup>「悟り」なり良智なりは、直ぐ目前にあり、日常現実の体得にあつて思想の矛盾に陥る時は、幾ら探し歩いて、徒らに迷ひに深入りするばかりである」<sup>(25)</sup>よく森田のいう「悟り」や森田療法が禅と比較されその異同がいわれるが、右の引用にも「悟り」なり良智なりは、直ぐ目前にあり、日常現実の体得にあつて」とあるように、坐禅とか瞑想修行といったものは森田療法には存在しない。日常現実の体得ということが問題なのである。森田は常在日常における実際と実行とを重んじる人であった。

体得について考える場合、見落としてならない重要な語句、(純)主観を併せて考える必要がある。しかし先に注意しておくが私達は森田のいう(純)主観を普通一般に使われる意味での主観だと早合点してはならない。「悟り」といふことは、主観的・体得的に自ら諸行無常其ものとなり了りたる境涯である。理論的に知ることではない。<sup>(26)</sup>森田は主観と体得とをならべて言っている。このことは主観と体得との間に深いつながりのあることを示すと考えられる。主観的になれば体得になり、体得すれば主観的になっているという状態をいつているものと考えられる。ではそういう(純)主観とはどういうものなのか、普通一般に使われる意味とは異なったそれをもつ森田の主観とはどういうものなのか、森田自身の言葉をみてみよう。

「抑も主観若くは体得といふ事は(中略)批判を離れた直観、若くは自覚其まゝのものである。(中略)吾人が自ら少しも批判しないで、自分の頭の内容を確認して居る、之が主観である。此時に初めて目の前に飛んで来る

石をも、咄差の間に避ける事が出来る。之が体得である。(中略)又吾人は平常、何の考へもなく現在自分が醒覺して居る現実にあるものと自覺して居る。之が主観である。(中略)即ち主観・体得其ま、のものには、惑ひはなく客観的の批判には常に迷ひが伴ひやすいのである。」<sup>27)</sup>

森田のいう主観は人をまごつかせる。普通一般には、客観世界に対する認識主体を主観という。しかし森田のいう主観はそれではない。客観世界に対する認識主体としての主観ではなく、それそのままが自分(我)であるような我を主観というのである。こついう主観のあり方に広く日本思想史の立場から私は非常な興味を覚えるが、そのことはこの小論では扱わないことにする。先にザインとゾルレンの所で『あるがまま』をザインで説明することの行き詰まりを述べたが、ここでは主観は実にうまく説明されているように思われる。この箇所では『あるがまま』という言葉は一言もでてこないが、主観についていわれる説明は、『あるがまま』にもすっぱりあてはまるのではないだろうか。事実『あるがまま』になりきることは「純主観の状態である」といわれている。森田の著作のうち『神経質ノ本態及治療法』は同じものが森田全集に二つ収録されている。しかし二つは年代が違ひ一つは大正十一年のもので他はそれを修正補充し解り易く書き直したもので、『あるがまま』純主観ととらえた先の引用文がある昭和三年のものである。で、この二つを照らし合わせてみると微妙な変化が分かる。それによると前者にみえず後者にみえている語句として『あるがまま』がある。このことは森田が、主観についての説明が『あるがまま』にも同じく適用できるとあとになって気づいたことをあらわしているといえるのではないだろうか。さて再び(純)主観そのものに戻ってみよう。先に私は(純)主観は実にうまく説明されていると書いたが、それは(純)主観が理論的に説明しつくされたということではなく、(純)主観のアウトラインがうまく描かれて

いるということにすぎない。森田は（純）主観の説明のむずかしさを老子の言葉まで引いて次のようにいう。「老子が『宇宙ノ本元即チ真理ヲ虚無ト名ツケ、無名トイヒ。名目アレバ即チ既ニ本体ニアラズ』ト云ヘルモ、恐ラクハ余ノ云ハントスル所ト全ク関係ナシトイフベカラズ。純主観ハ全ク言説ヲ離レタリ、名目アルトキハ既ニ客観的ノ智識トナレルナリ。余が説明ニ困難トスル所以モ亦此ニアリ。唯治療ノ結果ニ於ケル實際ニ就キテ之ヲ見ルコトヲ要ス。」（純）主観は「全ク言説ヲ離レ」ているものであり、「名目アルトキハ既ニ客観的ノ智識トナ」りもはや（純）主観ではないようなものとなるものである。つまり（純）主観は、全く理論的理解の追隨を許さないものである。そしてこういう（純）主観が、体得のあり方でもあるのだ。（純）主観——体得——『あるがまま』は一つのつながりとなってみえてくる。しかもそのつながりは、いわば円環をなしてつながっているといえる。それだけでなく森田理論のキーワードはすべてこのがっちりした、つけ入る隙を与えない円環のどこかに組み入れられてしまい私達は理論のメスをどこへつき立てて円環を断ち切ってその中身をみたらよいのか分からない。

体得は言葉を超越したものである。森田療法は一名、不問療法といわれ、患者の質問に対し治療者はほとんど答えないで治療が行なわれる。ここでも言葉は重視されず、言葉を超越したところで治療がなされるのである。いわば言葉を超越して体得へとという飛躍がなされているといえる。この飛躍があるために、私達は『あるがまま』を、円環をなす森田理論を、容易にとらえることができない。どうすればそれを平明な地平へともたらしることができるか、そして又、この小論では扱わなかったが、日本思想史上に（純）主観はどう位置づけられるか、これから先の課題である。



## (四) 自我

何事に対しても『あるがまま』である人間は一体どういう自我をもつのであろうか。ここでは森田理論における『あるがまま』であるところの自我あるいは主体性ということについて考えたい。この『あるがまま』の自己についてはこれまで盛んに研究がなされ、日本的あるいは東洋的自我観というべきものとして位置づけられている。その代表的なものとして、藍沢鎮雄氏と池見酉次郎氏の見解をあげておこう。藍沢氏は森田理論における自我の特徴として、一に変転流動的、二に受動性他律性、三に心身一体的な更にいえば外界とも未分化な自我構造、四にこれらの特徴の根底に自然が存在するとして次のように述べておられる。「森田においては、意識の主体である自我は、変転流動する自然現象のあらわれであり、自然から生まれたほんの一瞬間の微小部分である。だから森田の自我を律するものは、大いなる内的自然である」<sup>(30)</sup>つまり自然に対する人間存在の主体性はなく、全く否定的な自我論にはかならないとされ、更に日本的自我の最高意識は、心・身・外界の三位一体を思わせる融合の境地であるといわれる。又藍沢氏は自我に関連して先の体得についても興味ある考察をされているのでここで紹介しておこう。藍沢氏は宗教的体験における回心は、自我のはからいがつき果てた一種の自我喪失の地点で起るとされ、道元は戒律という「形」によって自我・自己のはからいを切りすてようとしたが、このことは実践・経験を重んずる森田療法にもあてはまるといわれている。<sup>(31)</sup>一方池見氏は、心身医学に貢献するような形で東洋的自我の確立を目指されているが、その東洋的自我を論じるにあたって森田療法にも言及されておられる。以下に池見氏の考えておられる東洋的自我とはいかなるものか、その一端をあげよう。「人間の土台をなすものは、自然の

法則のまにまに生かされている植物的・動物的な存在である。その下半身を自然の掟に照らしながらつつちかっ  
 ちかっという基本的な営みの上に立つてこそ、上半身による「東洋的自我」の実現も可能となろう。」<sup>(32)</sup> 両氏の見解か  
 らも明らかなように森田理論において自我と自然とは切り離すことのできない関係にある。

さて、先んじる形で医学者二氏による森田理論の自我についての研究概要を挙げたが、私達は森田は自我とい  
 うものをいかにとらえているかという原点にかえて考えなくてはならない。「神経質は、自我といふものに執着  
 する事が強く、従って自分の為す事なり、感ずる事なりに意識が強く」<sup>(33)</sup> 『我』とは、電柱に突き当たつて癪にさわ  
 るとか、親に叱られて腹立たしいとかいうのも、時と場合とにおける『自然の感じ』であつて、これが『我』で  
 ある。<sup>(34)</sup> 森田は自然の感じを自我だととらえる。そのとらえ方は、西洋における、意識の主体として自我をとらえ  
 る意識的自我心理学とも、また人格の中枢機関として自我をとらえる精神分析的自我心理学とも全く異なり、そ  
 れらの心理学における自我に慣れたものにとつて、果してそれは自我と呼んでいいのだろうか、そういう自我は  
 自我としての機能をすでに失っているのではないだろうかという疑念さえ起こさせる。森田理論においてその自  
 我は、ずっと横道にそれるように自然の中へと入っていつているのである。そして又自我は「我々が自我とい  
 うものを推し拡げて行くと、人も同じ人間という事がわかり大我という事にもなる。」<sup>(35)</sup> といわれて自他一体の境地に  
 いたりつく。こういう自我はまさしく藍沢氏のいわれるような特徴を持つているといえる。しかし森田のいうこ  
 とをもっときいてみよう。自我を捨てるということについて彼はいう。「我を捨てる」とは、どういう事か。人  
 の物をうらやみ、我物を惜むとかいうような他と我との区別をやめるとか、あるいは惜しや欲しやとかいう我欲  
 を捨てる事かという風に、常識では解釈しがちである。しかしそれは人間本来の感情であるから、これを否定す

る事は不可能である。これを抑制したり捨てたりする事も、当然なかなか難しい事に相違ない。そこで私は、もつとわかりやすくするつもりで、『物そのものになる』とか、またそれは『我<sup>が</sup>になりきる』といつても同様で、比較を離れて絶対になるという事を意味する。そしてその様になるには、私は『見つめる』とか『手を出す』とか教えて、なんでもその事に当たるようにする』<sup>(36)</sup>自我を否定する事は不可能だというのである。またこうもいう。「我を捨てるのではなくて、自我を発揮すると解釈するのである。」<sup>(37)</sup>以上を要約すると、我を捨てるということ、比較を離れて絶対になるということ、自我を発揮するということ、これらは同じことの言い換えだと森田はいっているのである。となると、先に挙げた藍沢氏の、森田における自我を全く否定的なそれとする見解は、少々行きすぎではないだろうかという気がしてくる。私は森田の自我論に直接ふれてみて、藍沢氏の見解は行きすぎだと思うのである。自我は自然へとそれていったことは事実であるが、森田自身は最後まで自我を否定していない。自我を捨てるなどという非生産的なことは森田はいわない。彼は積極的に、生産的態度で、自我は捨てるものではなく発揮するものだという。まさに、そこを重視すべきだと思う。彼の自我のいきつくところは、伝統的ないわゆる主客合一の自我未分化な自然の原理の支配する世界であることは、彼自身の言葉によっても察することができる。「物そのものになる」「<sup>(38)</sup>自他の区別なしに」など今とつきに思いつくまま挙げた森田の言葉によつてもそれがうかがえよう。だが問題は、自我のいきつく世界、いきつく境地がどういうものであるかということにあるのではない。森田の自我論において私達は自我のいきつく境地の色で、森田の自我のすべてがすっかりぬりつくされることのないよう目を凝らして用心しなければならない。森田の自我において問題なのは、その境地に至りつくまでのその過程における自我のあり方なのである。その過程において森田の自我は、従来のただひたすらに自我

を捨てるといふ態度はとらず、自我は發揮するものだとして積極的前向きの姿勢をとりながら、その境地へいたろうとしているのである。そこに森田の自我のもつ新しきがある。そう私は思う。だからこそ次のように森田がいつても、不思議ではない。「一般に教育とか修養とかは、この『我』を否定・抑圧する稽古を積むのである。私からみれば、これが最も大なる弊害である。古来の偉人は野口英世や二宮尊徳でも、エジソンやニュートンでも、皆この『我』をおしたてて努力した人ばかりである。(中略) この『我』を抑えようとする稽古が積むから、昔の学者が支那にかぶれ、現代の学者が西洋の学者にかぶれるとかいう事にもなる。」<sup>38)</sup>森田の自我を全く自然に埋没した否定的な自我だと短絡的にとらえる見方からは、この森田の言葉はとらえようのない、おさまりの悪いものであろう。森田の自我の新しさは、彼の生きた時代にあつてはまだまだ色濃く残つていた儒教的風潮の中にあつて、儒教思想が久しく否定してきた欲望というものに、生の欲望という表現をとって彼が正面から光をあてたということにも通じる新しさである。(ただ彼のいう生の欲望はほのぐらさがなくという点で物足りない感はぬぐえない。)ではこの積極的な自我を、長谷川洋三氏の見解を手がかりとして更に考えていこう。長谷川氏は、森田の「自然に服従し、環境に従順なれ」<sup>39)</sup>という言葉は、実は主体性の確立をきびしく要請しているものであるとされる。この言葉はちよつとみると主体性など要請していないまるつきり逆のことを要請しているように思われがちであるが、森田のいう「従順」と「盲従」とを比較するとそうではないことが分かる。「従順」には批判精神が働いているが「盲従」にはそれがなく、森田はこの盲従的態度をきびしく戒めている。いいかえれば「従順」には主体性があるが、「盲従」には主体性が失われている。以上が長谷川氏の見解である。森田は主体性の確立を要請していると長谷川氏はいわれる。しかし私は、その主体性は普通一般にいわれる時の意味合いとは異なつた意味合い

をもつものだと思う。「従順」には批判精神が働き、その意味では主体性をもつのであろうが、それは所詮「すなおで、人に（何ものかに）逆らわないこと」<sup>(4)</sup>なのである。主に対して客ではないけれども、従の性格をもつたものである。そのことを考慮に入れて森田の「従順」における主体性は言われるべきであると思う。ただし、「従順」と「盲従」に目をつけられたのは卓見だと思う。森田のいう自我と藍沢氏のいわれる自我には、「従順」と「盲従」の違いくらいの違いがあるのではないだろうかと私は考える。

#### (五) 生一元論の世界

先にゾルレンとザインということで断念のあとに出てくるものを考えた。その時触れなかったが、そのことはつまり、森田理論は断念で終わっていないことを表している。断念はあきらめである。森田の言葉の中にも初期のものの中には、あきらめるより外に仕方がないなどといったあきらめはみえるが、森田療法理論を確立してからは、あきらめることはできないと断言し、生の欲望実現へと努力するより外にみちがない、<sup>(4)</sup>というところにまで達している。それは全く前向きの姿勢である。

私は『あるがまま』に断念・ザインとゾルレン・体得・自我という照明をそれぞれあて、『あるがまま』はそれらの照明の中でその姿をさまざまにあらわした。ところが、その姿は行き詰まりだとか、飛躍だとか、自然が主体性をもっているなど、鮮明さを欠く、とらえどころのないようなものであって、姿などというよりも影といった方が適当であるような存在であるといえるのである。しかしそれだけに氣をとられていると見逃してしまつが、注意すると『あるがまま』はそれらはつきりしないものと背中合わせになった形で肯定的な生への姿勢でもって

貫かれていることに気がつく。『あるがまま』の性格は、何はともあれ生の欲望で代表される生一元論の世界であるということにつきると思われる。森田が神経質発生の基調をヒポコンドリーから生の欲望へかえていったということ、そして神経質は病態でなく常態であるとしたことが、なによりもまずそのことを物語るであろう。それは又彼の健康的な人間観にもつながる。彼のいう生の欲望には先にも述べたが、ほの暗い面がないのである。

### Ⅲ

前章において私は『あるがまま』の世界にいくつかの照明をあて、その結果それぞれの照明によって浮かびあがってきた『あるがまま』の姿を、できうる限り言葉で表現した。その表現によって、いやその表現だけでなくその表現をも超えて、私達は見られるものとしての『あるがまま』の世界を眼前に見る。その時、『あるがまま』の世界は『あるがまま』の視界をそこに見ているのである。今や私達は『あるがまま』の視界の内に見えるものを見た。ところで私は前章において、『あるがまま』の世界にあてる照明として最初に断念という印象をあげたが、それは『あるがまま』的思考によつては、みえないものの存在を感じていたからに他ならない。また、断念以外の照明によつて浮かびあがってきた『あるがまま』の姿の中にも、『あるがまま』の視界の外にあるもの、『あるがまま』的思考ではとらえきれないものの存在することを予感させるものがあつた。『あるがまま』にいきあたると、行き詰まり等の言葉によつて表現される事態が生じるが、『あるがまま』を離れた場合、行き詰まらなくなるものがあるのではないだろうか。この先、その『あるがまま』の視界の外にあるもの、『あるがまま』の視界の内には見出し出すことのできないもの、について論じなくてはならないが、しかし、すでに私に与えられた紙数は尽

きてしまった。それで当初の予定半ばであるが、この小論はここで今後の見通しについて大略を述べて終わりにし、機会を改めて引き続き考察を進めていきたいと思う。

前章での、『あるがまま』についての断念から始まって生一元論に至る考察はすべて、それぞれ日本思想史研究にとって見過せない問題を提起したが、やがてそれらは一つとなつて一本の大河へとつながっていくように思える。藍沢氏のいわれる自然存在論的還元、内沼幸雄氏が対人恐怖の症状変遷における最後の段階だとされる善悪の彼岸、木村敏氏のいわれる気、<sup>(4)</sup>溯つては和辻倫理学、西田哲学等、各氏それぞれの方法でその大河をとらえようとしている。しかし私は、森田理論考察から始まった私の道を歩き出さなければならない。私の視界はるか遠くにその大河をとらえつつ、まずは稿を改めて『あるがまま』の視界の外を考えていくことにする。

# 注

- (1)『森田正馬全集』 白揚社一九七四～一九七五年(以下、全集と略記) 第五卷 一七七頁
- (2)全集 第一卷 一七八頁
- (3)全集 第三卷 一四二頁
- (4)全集 第二卷 二九〇頁
- (5)全集 第二卷 一八一頁
- (6)全集 第三卷 一六九頁
- (7)全集 第三卷 一〇六頁
- (8)全集 第二卷 一二三～一二四頁
- (9)全集 第二卷 三三五～三三六頁
- (10)全集 第二卷 三三八頁

- (11) 全集 第三卷 五十六頁
- (12) 全集 第五卷 五十三頁
- (13) 全集 第五卷 一八八頁
- (14) 「森田神経質の本質と限界」  
    (『精神療法研究』Vol.2 No.2 一九七一年)
- (15) 全集 第三卷 六〇～六一頁
- (16) 全集 第五卷 一〇四頁
- (17) 全集 第五卷 五〇四頁
- (18) 全集 第五卷 三五四頁
- (19) 全集 第四卷 一九三頁
- (20) 全集 第二卷 八四頁
- (21) 全集 第五卷 八三～八四頁
- (22) 全集 第五卷 二五七頁
- (23) 全集 第一卷 二〇〇頁
- (24) 全集 第一卷 二一〇頁
- (25) 全集 第二卷 三七八頁
- (26) 全集 第二卷 三二九頁
- (27) 全集 第二卷 三三九頁
- (28) 全集 第二卷 三三二頁
- (29) 全集 第一卷 二〇五頁
- (30) 『日本文化と精神構造』太陽出版一九七五年 一七八頁
- (31) 同右 一六三頁
- (32) 『続・心療内科』中央公論社 一九七三年 一七六頁



- (33) 全集 第一卷 三三二頁
- (34) 全集 第五卷 五五六頁
- (35) 全集 第五卷 三八〇頁
- (36) 全集 第五卷 六六一頁
- (37) 全集 第五卷 五一〇頁
- (38) 全集 第五卷 五五七頁
- (39) 『あるがまま』について(上)』  
 (『生活の発見』通巻一五九号一九七三)
- (40) 全集 第五卷 三三頁、六二頁、一八八頁等
- (41) 岩波国語辞典 第二版 一九七二年
- (42) 全集 第二卷 一〇六頁、一〇七頁
- (43) 全集 第四卷 四九頁
- (44) 『対人恐怖の人間学』弘文堂 一九七七年
- (45) 『分裂病の現象学』 弘文堂 一九七五年