

精神統一実修に不可欠な「反省」

精神統一についての詳細や心の構成に関しては、本協会発行の解説書を参考にしていただくことにして、私たちの心の動きは、「自我霊」を中心に諸種の「霊魂」の働きで構成されていることを前提に話を進めたい。そこで、例えてみれば、その心を分離器にかける作業が「精神統一」あるいは「何々術だ」などのような行為として捉えられているとすることができよう。そしてそれぞれの主張において、心身相関の原理を持ち出して、「ばらばらの心を集中させ、分離器にかけて一つのものを取り出してしまえば、結局は健康も増進し、全ては好転するのだ」と結論している。しかし、必ずしもその主張通りになるというわけにはいかない。

精神統一の重要性についてはあらためて言うまでもないが、本協会が発行している「精神統一入門」（1961年刊）の中で浅野和三郎先生が具体的にお書きになっておられる重要な箇所がある。

その一つは、「私たちは神前や仏前であらためて拝まなくても精神統一はできる」ということである。

したがって精神統一には「座禅」、「静座法」、あるいは色々な名前を冠した「黙禱」、いわゆる「祈願」、そして「心を落ち着けて拝むこと」、また、心理学者による「心理学的精神統一」というものが広く含まれるという。そうであればこのような行為によっても正しく分離器にかけ、私たちの主張あるいはそれに類した方法に則れば、精神は爽快となり、同時に精神が集中するばかりか、肉体も健康になる等々、必ず心身の両面で好ましい状態になるはずである。

しかし、それらの統一法を実修をしたところで、結局は思うようにいかないことの方が多い。結局神に通じているのかどうかわからない。とくにその人の将来のすべてが、そしてその人の本来的な目的が達成されるかということになってくると、期待した結果の評価はみなそれぞれに違っている。この違いはどういう点に原因しているかという、皆同じ「精神統一で」という言葉を用いても、独断による誤解が多く、もはや正しい精神統一とは違ったものとなっているからである。それならばその正しい精神統一であると保証できる基準にはどのようなものがあるかということ、結論として「心霊科学」という学問に基づいた物差しに委ねられるべきということになる。

さて、正しい精神統一を一生懸命実修していても、だんだんと「我」が強くなって行く人がいる。これは、このような人に限らず、どなたでも自分に対してひたすら反省の努力を失ってはならないということを意味している。なぜなら、「我」が強いこと、そ

れは、自惚れ、さらに増上慢であり、あるいは人を人とも思っておらず、「自分は偉いんだぞ」という独りよがりであり、そうした態度をとることが、自分の意に反した方向、すなわち不幸への道をたどらせることになるからである。

「霊」とは、そして「霊の世界の掟（法則）」とは厳しいものであると、かねてから機会をとらえては解説し忠告しているとおりである。したがって、現在の仕事に自信があるからといって自慢をすること、これも自慢のうちにはいる。仕事に対して自慢するほど上手く行くということは、この地上世界においてはまず体験できないといってよい。それにもかかわらず、自信たっぷりに話をしている人がいる。しかし、この「自信たっぷり」などということはこの現世の修行中においてはあり得ないことである。そうした過信を契機として人生をしくじるはめになることが多い。人間完成という目標は簡単にできることではない。私のような老人であっても、そのような自信を持ったことはなく、それどころかいつも反省の繰り返しで日々を過ごしているのである。

繰り返すが、失敗する人は必ず自惚れの強い人である。必ずや自信たっぷりの人である。その失敗はどこに現れるかという、まず仕事上、そして健康面において好ましくない変化を認めることになる。

本来、「自信」というものは人前で披露するなどするものではない。それにもかかわらず、「俺はもう偉いぞ、俺は認められているのだ、俺は・・・」と主張することは、「我」に基づいて発せられる言葉ではあり、百歩譲っても、「永久」のことではなく、「一時的」な「表面的」な成功体験を語っているだけのことである。

とにかく、私たちは自らを謙虚に反省しなければならない。反省という言葉で理解し難いとすれば、「本当の自分を正しく観察しよう」ということである。人間は自分の真の姿を完全に捉えることができるかというならば、「絶対」と断言できる人はいない。それにもかかわらず、自信過剰で、人に対して自信たっぷりと、「俺は偉い」という態度をとる人が存在していることも確かである。

「自分のことが判る」ということであれば、こんなにありがたいことはない。しかし、現実には良いところだけが、「チョッ、チョッ」と判る程度であり、悪い点の方はなかなか判らない。そこで、そういう人に限って自分の希望とは反対の方向に行ってしまうことになる。自惚れの強い人は、下積みになっても、上積みであるがごとく、都合のよい方ばかりを考えてしまう。その結果は現実と反対に出してしまう。なぜそういう考えが浮かんだかという下地は「自信たっぷりの結果」であって、「自惚れの結果」なのである。

私たちは地上世界で歩んでいる、いいかえればこの地上で修業している。これは人

間の修業の過程の、まず最初の段階の物質界と名付けられている世界のことである。すなわち、いま私たちが生きている物質界は、言わばまだ高級とはほど遠い低い階層に位置しているのであり、そのような世界に生を享けている自分は、向上したの、成功したの、俺は偉いぞ、などということは全く口にするすらはばかれるはずである。

また、われわれの世界では、「罪を隠す」というように、しっかりしてないところもある。黙って偉そうな顔をして、人目には罪を隠し通している人もいる。このように人間というものは外面ばかりを見ていてもなかなかわからないものである。そこで、「私たちは修業の世界にいて、修業しているのだ」と、その点を改めて強調しておきたいとおもう。

私たちは、いろいろな事柄にぶつかりながら、それを反省の資料・材料として自らが解決して行くようになっていく。このようにこの浮き世というものは淡いものであるということが出来る。

そこで、山の中に一人で入って修業でもしてみようかと思っけていても、かえって期待するような修業をすることが出来ない。効率が悪いのである。それでも、山の中に籠っていると、雨は降る、風は吹く、という自然現象の中で生活すること、こうしたことによっても私たちは万象の中で生き、万象から教えられ、かつ反省させられる機会を得ることが出来る。

では、一番効率的な修業を選ぶにはどうすればよいかといえば、それは対人関係において行われると考えてよい。対人といっても社会人一般を意味するのではない。一家の夫婦、親子の対人関係がとくに重要である。すなわち、主人あるいは細君に教えられ、あるいは子供にも、赤ん坊にさえも教えられることが多いからである。しかし、自惚れを持っていてはそこから学ぶことは出来ないものである。それを解決しないと、一つの破綻が生まれることになる。

私たちは、修業の世界にいるということを常に忘れてはならない。修業の世界は必ず修業にかかわる諸事象において、いろいろな負担があり変化がある。善い人も悪い人も来る。

しかし、そうした状況は自分に対する教えであり、反省の機会であるということと心すべきで、悪いことや悩みに苦しめられる時には、これを契機として仕合せが生まれるのだと理解し、この悩みを生かさなければならぬと自覚すべきである。そして失敗についても、それと同様に生かす方向で努力しなければならない。このような気持ちで日々の生活を歩むべきである。言い換えれば、今在る地上はただ単なる地上ではなく、修業の場としての地上であって、そこにおいて私たちは霊界へ進むための一つの素地を

作るために、またその資格を得るために歩み続けているというわけである。

私たちが死ぬとき、すなわち向こうの世界に移るときの心持ちは、本当に平和な状態のままでありたいものである。そうした心がけの方の向上は早い。自分が悪いのに、憎しみや不安な気持ちを持続しているような場合には、その念をもったまま向こうの世界へ引っ越すわけで、結果は申し上げなくともお分かりであろう。

ここで「死ぬ」という話題を持ち出す必要はなかったかも知れない。要するに、今晚は何も考えずに、愉快で楽しかった、もういつ他界に引っ越しても全然悔いは残らないという状態でお休みいただきたい。

絶対に「我」があってはいけない。それどころか、ひたすら感謝の気持ちがあるのみである。就寝時には、一家のお互いが感謝し合うことが大切である。本当に愉快的な気持ちで、「もうやるべきことはやった。何も残ってはいない」と、このまま神界へ行ってしまふような気持ちで、「今日の一日は有り難かった」と家人と握手をして床につくように努めることである。こうすると、悪夢に襲われることはない。神経症にもならない。また、こういう気持ちの場合には、「霊夢」に接することにもなるわけである。

しかし、家人に感謝して握手して寝た。夢を見た。それだからといって、それが霊夢であると早合点してはならないことは、ことさら指摘するまでもなからう。