

## はじめに

今から二〇〇〇年ほど前に、イエス・キリストは、「思い悩んだからといって、寿命をわずかでも延ばすことができようか」(「マタイによる福音書」第六章二七節)と教えています。しかしながら、人間というものは、意味がないことをよくよく承知していても、どうしても思い悩んでしまうものです。それは、おそらく人間以外の動物にはありえない、人間固有の特徴です。

旧約聖書には、イエス・キリストが引用しているためによく知られている、「人はパンだけで生きるのではなく、人は主の口から出るすべての言葉によつて生きる」(「申命記」第八章三節)という聖句があります。この言葉は、人間はただ飲み食いをして、人生を楽しみ、子孫を残し、平穩無事に生きてゆけば満足なわけではなく、動物とは違って、それとは別に人間独自の目的があるということを、端的に述べたものでしょう。

動物の中でも、現在、人間に最も近いと考えられているのは、ボノボ(ピグミー・チンパンジー)という類人猿です。ボノボの中には、人間の話し言葉を、かなり複雑な構造のものまでほぼ確実に理解できる個体がいることが、実験的に確認されています(サベージランバウ、一九九七年)。よく知られているように、カンジという名前のボノボが、その「ひとり」です。

そのカンジに、人間が石器を作る過程をそれとなく見せたところ、関心を持ったカンジは、自発的に石器を作ろうとして、その製作法を自力で考え出したことが観察されています(同書、二七六―二八一ページ)。これは、動物の子どもによく見られる単なる“遊び”を越えた、自由な純粹創造活動ということになるでしょう。ボノボくくらいまで進化してくると、動物も、ある程度は「パン」から離れることができるということです。

それに加えて、人間の場合には、一部のスポーツ選手や修行者のように、自らの能力や人格を高めようとして、自分を意識的に窮地に追い込んだり、苦行をしたりする人が、少数ながら存在します。この点こそ、直立二足歩行や言葉の自発的使用と並んで、動物と人間を異質なものにしていて、きわめて大きな特性だと思えます。

ほとんどの人たちは、誰に言われるまでもなく生きがいを探し求めるものです。中には、生きることの意味を真剣に考える人たちもいます。さらには、自分が「どこから来て、どこに行くのか」という根本的な疑問に取り組もうとする人たちも稀ながらいるはずで、宗教や哲学は、ひとつには、そのような熱望から生まれた営みなのでしょう。苦しんだり、挫折したり、人生に絶望したりするのは、そうした意志が人間に抜きがたく内包されていることに関係して起こる、必然的結果なのではないか。それに対して、動物は、みごとに環境に適応し、思いわずらうこともなく、まさに千年一日のごとく一生を送っているように見えます。

昭和初期に活躍した詩人・中原中也は、このふたつの生きかたを、“生活派”と“芸術派”、あるいは“生活圏”と“芸術圏”という言葉で明確に区別しました<sup>1)</sup>。これらの言葉を使って動物と人間の違いを表現すれば、人間の特性の一端がわずかながら表出しているボノボなどの一部の類人猿を別にする

動物は事実上すべてが生活派ですが、人間の場合には、それに芸術派的な側面が、さまざま比率で混じっているということになるでしょう。さすがの人間も、「飯も食はねばならぬ」(中原、一九六八年、二四三ページ)ため、人間の中にも純粹な芸術派はひとりもないからです。

中也は、小林秀雄や河上徹太郎、大岡昇平などの友人たちとともに、虚栄心という、人間のいわゆる俗物的特性をつねづね問題にしていました。真の意味での芸術派は、虚栄心の裏にある他人との勝ち負けの誘惑を乗り越えていなければなりません。中也の一生は、その克服のために費やされたと言っても、あながちまちがいではなさそうです(笠原、二〇〇四年b)。

ふたつの生きかたの違いは、筆舌に尽くしがたいほど大きいものですが、この点に着目する専門家は、これまでのところ皆無のようです。そのためか、現代の人間観は、“快樂原則”に則ったストレスや精神分析という考えかたを含め、生活圏の出来事を扱うための理論——正確に言えば、機械的動物という、現実には存在しない、思い込みに基づく概念を基盤にした定説——によって人間を理解しようとしています。中也の言葉を借りて極論すれば、それは、芸術圏で起こった現象を、生活圏の理論で説明しようとする空理空論ということになります。

本書は、芸術圏を含めた人間界で起こる現象を扱うためのパラダイムとも言うべき、私の唱える(幸福否定)の理論とその運用法を具体的に提示し、心理療法や人間観の“人間化”を目指すものです。本来の人間は、ほかの動物とは比較にならないほど高度な能力や徳性や自発性を持っているし、自らを向上させようとする意志も抜きがたく持っています。にもかかわらず、専門家も非専門家も、ストレスなどという単純きわまりない機械的原因論で満足し、そこから一歩も出ようとしないのは、なぜなのでしょうか。

本書では、フランスの哲学者アンリ・ベルクソンが唱えた「エラン・ヴィタール」という概念や、それと密接に関係している自発性という、人間に特にきわ立って見られる属性を背景に考察を進めてゆくこととなります。そのエラン・ヴィタールや自発性と正反対の極にあるのが、現在の科学知識体系の基盤となっている偶然やランダムという概念なのです。

ある脳科学者は、「心の世界は、測定もできず、観察もできない。ましてや心の働きを法則を立てて予測することなどできそうにない。〔中略〕常に動いているのが心であり、その方向は本質的に不定である」(山鳥、一九九八年、一九〇、二〇二ページ)と、科学的根拠もなく断言しています。心はランダムな動きをするので、法則性もなければ、つかまえることもできないというわけです。本書は、そうした「科学的」通説に対する有力な反論にもなるはずです。

大きく分けると、本書は三部構成になっています。第1章から第3章までが第一部にあたり、ここでは人間の「芸術派」的側面に関係して発生する現象を取りあげます。まず第1章では、インターネットのおかげもあって、最近よく知られるようになってきた、「青木まりこ現象」という興味深い症状について検討します。第2章では、やはり最近話題になることの多い、片づけができないという問題と、一部のおとなや子どもに見られる、落ち着きがないという問題を扱います。第3章では、多くの人たちに共通して見られる、締切まぎわにならないと課題に取りかかれないという、深刻な問題の原因を探究します。

第4章と第5章が第二部にあたりますが、ここでは、個別に存在する心理的原因を精密に探り出す過程を詳述することを通じて、心理的原因とは実際にはどのようなものなのかを明らかにします。人間は、意識の背後で、信じがたいほど高度な能力を絶えず発揮しているにもかかわらず、そのことを意識

に昇らせまいとして、これまた高度な能力を駆使し、それによって、表面は「ぼんくら」を無自覚的に装っているというのが、長年の研究の末に辿り着いた私の結論です。そうした人間の本質は、心理的原因の精密な探究によって初めて浮き彫りになるわけです。

第三部にあたる第6章から第8章では、人間の「生活派」的側面を扱います。対象とするのは、恋愛、結婚、出産、育児という、人間という種が存続するうえで最も重要な側面です。そうした動物的側面であっても、人間固有の特徴を拭い去ることはできません。その原因を明らかにするには、それらを動物と同レベルのものとして通りいっぺんに片づけてしまうのではなく、人間特有の要素をきちんとわきまえながら、できる限り精密な観察をする必要があるわけです。第6章では、恋愛や結婚や出産に、さらには育児に関係して発生する症状や問題行動を、第7章と第8章では、幼児虐待という現象の裏に潜むきわめて重要な要因を探り出すことにします。

心因性疾患のストレス学説という定説に対して真つ向から異を唱える者は、これまでほとんどいませんでした。しかし、この学説は、科学的方法によって証明されているわけではありません。万人が納得しやすい説であるため、あたかも正しい事実であるかのように思い込まれているにすぎないのです。一般にみられるこうした思い込みが内包する問題は、治療という側面に関係しているだけでなく、人間をいかに理解するかという大問題にも大きくかかわっています。本書は、幸福否定という考えかたに基づく新たな人間観を、日常生活の中で起こる卑近な実例の検討を通じて、具体的に提示しようとするものです。

本書の原稿は、三年ほど前にいちおうの完成をみたのですが、なかなか出版が決まらず、電子出版(私家版)という形で、暫定的に公開していました。このたび、四〇年ぶりに再会した、すびか書房の

宇津木利征社長のおかげで、信じがたいことに、ここに思い通りの形で出版できる運びになりました。確固たる信念と覚悟とをもって出版を続けておられる宇津木氏に、この紙面を借りて、深く感謝したいと思います。ここに至るまでには、宇津木氏を含めて七名の編集者が原稿に目を通してくださり、そのつどご教示をいただきました。おかげさまで、だいぶ読みやすいものになったと思います。これらの方々にも深く感謝する次第です。

最後になりましたが、私の心理療法を受けておられる、共同研究者とも言うべき方々にも、深甚なる感謝を申しあげたいと思います。本書に事例として掲載する許可を与えてくださった方々をはじめ、私の心理療法を受けてこられた方々のご協力なくして、そもそも幸福否定という、きわめて重要な考えかたに辿り着くことはありませんでした。

二〇一〇年五月一二日

笠原敏雄

【註記】本文中のルビの「註」は巻末の註に、( )内の苗字と年号はやはり巻末の参考文献に、それぞれ対応しています。