

はじめに

これまで私は、主として精神病や心身症をもつ人たちの心理療法を、四十年以上にわたって続けてきました。最初の6年弱は、私の恩師が開発した精神病のための心理療法の当否の検証に当てました。それ以降は、心因性疾患全般を対象にして、独自の心理療法と、その背景にある人間の心の本質を模索してきました。

その中で、他に類例のない心理療法の技法や理論が生まれるのと相前後して、普遍的な心の法則のようなものが少しずつごく自然に浮かび上がってきたのです。それは、時代や文化圏によって多少の変奏はあるでしょうが、主旋律としては、心因性疾患をもつ人たちだけでなく、おそらく人種を問わず、すべての人間に共通するものでした。

現在の科学知識では、心に法則はないとされています。もちろん、私の長年の探究を通じて浮かび上がったのは、物理法則のようなものとは違います。人間の場合、あまりに複雑すぎて、物理学のようなまねはとてできません。とはいえ、ほぼ決まった条件

に従って起こるという点では、法則と呼んで差し支えないでしょう。そして、個々の法則の上位に、それらを律する原理のようなものがあることがわかってきたのです。

たとえば、第1章でとりあげる「締切りまぎわにならないと手がつけられない」とか、「勉強しようとするゲームをしたくなる」という現象や、「遅刻の常習犯」とか「三日坊主」と呼ばれる行動があることは、よくご存じだと思います。

これらは、だらしがないとか、意志が弱いといった切り口でとらえられています。心の専門家であっても、自力で克服するのはきわめて難しいものです。これらを、たとえば、昨今の流行に従って、ADHD（注意欠陥・多動性障害）の症状と考えたとしても、それを薬で解消できると考える人は、さすがにいないでしょう。何であれ、これらが多くの人に生涯つきまとうほどの、解決が難しい問題であるのはまちがいありません。

とはいえ、これらの問題を、「誰もが生まれながらもっている、幸福を否定しようとする強い意志によって起こった現象」として説明されると、ほとんどの人たちに強い違和感が起こるはずで、「そうした意志を弱めない限り、その解決はきわめて難しい」

と聞けば、なおさらでしょう。

しかし、長年にわたる探究の中で浮かび上がってきたのは、このような、常識とは大幅に異なる結論でした。これをもう少ししていねいに説明すると、次のようになります。

- ① 自らの「無意識の一部」が、自分が幸福の状態にあることを極度に嫌い、その幸福感を意識にのぼらせないような策を講ずる。
- ② それと並行して、自分が幸福ではないことを自分の意識に言い聞かせるために、目の前に問題を作りあげる。
- ③ その結果として生み出されるのが、心身症や精神病という病気であり、行動の異常である。

この一連のしくみをつかさどる「無意識的な意志」のことを、私は「幸福否定」と呼んでいます。この比類のないほど強靱な意志は、本来もっている高度の能力を存分に発揮して、意識に気づかれないように自分の心身を自在にコントロールするのです。その

ため、意識は完全にだまされることとなります。

これは、無意識に視点を置いた考えかたでもありません。しかし、これではばかばかしいにもほどがあるとして、一笑に付されるのが落ちでしょう。

ところで、イエズス会司祭、ピーター・ミルワードは、おそらくこのしくみの一端について、善と悪は心の中で背中合わせに住んでいるが、「神の聖なる霊に近づけば近づくほど、邪悪な霊の誘惑にもさらされる」と述べています（『イエスとその弟子』「講談社現代新書 三五ページ」）。キリスト教文化圏では、悪魔やサタンと呼ばれる邪悪な霊を、本来は人間の外部ではなく、人間の心に内在するものと考えていたようです。

その考えに照らせば、幸福な状態に近づくと、自分の心に潜む悪魔が、それを妨げべく動くこととなります。わが国にも、「好事、魔多し」という、ある意味でそれに近い言葉があります。

このように、比喩的に考えれば、あるいは深く考えさえしなければ、それほどの違和感はないかもしれません。ところが、これを、科学的な脈絡に位置づけると、即座に強い嫌悪感や反発が起こるわけです。

こうした奇妙な考えかたは、私の恩師が発見した「反応」という客観的指標を使って、個々の着想を厳密に検討しながら、少しずつ発展させてきたものであり、単なる推定から生まれたものではありません。そして、三十年以上の年月をかけて、細かい観察や実験的検証を経て、さらには、幸福否定の理論に基づいた心理療法による治療効果を通じて、この考えかたの妥当性を確認し続けてきたのです。

とはいえ、どのように説明しても、それどころか詳しく説明すればするほど、ますます納得しにくくなるかもしれません。そのため、この考えかたの当否を判断なさる場合には、本書の随所で提示されるさまざまな根拠をご覧いただきたいうえで、第4章で説明する「感情の演技」という具体的方法を通じて、客観的に検討してくださるよう、切にお願いいたします。その際に、本書の原典となった拙著『懲りない・困らない症候群』、『なぜあの人は懲りないのか困らないのか』と改題されて再刊、『幸福否定の構造』（以上、春秋社）および『本心と抵抗』（すびか書房）を参照していただければ幸いです。

最後に、本書をお読みいただくに際して、若干の注意事項を記しておきます。ひとつは、一般向けの新書としては煩雑な感じになるため、留保条件をつけるのを避けたこと

ろがあることです。その結果、時として、舌足らずで少々断定的に感じられる表現になってしまったかもしれません。同じ理由から、引用文献の明記も、必要最小限にとどめています。それらの不足については、別著『幸福否定の構造』や『本心と抵抗』を参照していただければ幸甚です。

もうひとつは、あえて反復を多くしていることです。読者によっては辟易されるかもしれませんが、本書のように目新しいことばかり書かれている場合には、同じ内容が何度も繰り返されたほうが、記憶に留まりやすいと判断したためです。ご容赦のほどお願い申し上げます。

はじめに..... 3

第1章
身近な出来事にひそむ「幸福否定」..... 15

縮切りまぎわにならないと手がつけれない..... 16
このうえなく強い抵抗の力..... 18
なぜか、絶望的に「片づけられない」人たち..... 22
片づけができないのは、技術の問題ではない..... 24
「遅刻魔」に共通するふしぎな特徴..... 27
「ブラス思考」の難しさ..... 30
「自分がしたいこと」を実現するのは、とてつもなく難しい..... 32
専門家はこのような現象をどう見るか..... 36
世に蔓延する「幸福を怖がる症候群」..... 38
幸福をじゃまする「楽しさ」という名の悪魔..... 42
「幸福否定」という驚くべき心のしくみ..... 46
人間は「幸福感」を巧妙かつ確実に遠ざける..... 51

『幸せを拒む病』
もくじ

現代の定説「ストレス理論」は万能か	55
歴史的に繰り返される脳神話	60
「いちばんの幸福」は常に隠される	63

第2章

本当の幸福を否定する心のしくみ

心の3層構造	70
「幸福になつてはいけない」と願う人たち	73
なぜか自尊心の低い自己像を作りあげてきた人類	75
感情には起源の異なる2種類がある	78
会議で眠気が出るのは「内心」のしわざ	81
幸福な感情を作らせないようにする心の現象とは	85
幸福否定における反応と症状の特徴	88
心の力によって作られる反応や症状	93
あらゆる心因性疾患や行動異常の心理的原因となるもの	98
心理的原因を探り当てたときの変化	102
「対比」という現象	104

新型うつ病の心理的メカニズム	112
特殊な対比——ベットロス症候群	114
心因性の症状は幸福のありかを知らせる指標	116

第3章

幸福否定から見た異常行動や症状のしくみ

幸福否定という考えかたはどこまで当てはまるか	120
幸福否定のさまざまな現われ	122
幸福否定による現象①課題の解決を先送りする	124
人間は動物よりも劣っているか	125
懲りない・困らない症候群	127
幸福否定による現象②自分の進歩や成長を嫌う	130
締切り間際まで着手が難しい理由	130
創作活動と抵抗	138
幸福否定による現象③自他の愛情を受け入れようとしない	142
マリッジ・ブルー	142
マタニティー・ブルー	148

子供の虐待	152
幸福否定による現象④「反省を避ける」	160
「反省の本質とは？」——麻原彰晃と林郁夫の事例から探る	160
「反省を避けようとするのはなぜか」	165

第4章

幸福を素直に受け入れるための方法

「感情の演技」

私の心理療法の目的と方法	174
「感情の演技」によってどのような変化が起こるのか	177
仕事に関係して起こる変化	178
私生活の中で起こる変化①行動的側面	179
私生活の中で起こる変化②心理的側面	180
感情の演技のやりかた	183
感情の演技の典型的経過	185
感情の演技を効果的に行なうコツ	187
感情の逃げ道をふさいでイメージを描く	188

173

心理的原因を絞り込んでいく方法	190
感情の演技がもつ力	195
「反応」がもつ重大な意味	199
内心がしかける「幸福否定」のための隠蔽工作	202
あまりにも強力に抵抗する内心の力	204
本当は喜ばしい好転を否定するのはなぜか	208
意識で納得できる心理的原因は無意味	214
無意識に潜む真の心理的原因を探り出すためのヒント	216
心理的原因を突き止める——心因性の発熱の事例	220
「本当にしたこと」を探り出す方法	223

第5章

従来の人間観を覆す幸福否定理論

科学の世界で待ち構えている悪魔の誘惑	228
「超常的現象に対する否定的態度」は科学者の自己欺瞞	231
科学的理論としての「幸福否定」	234

227

第1章
身近な出来事にひそむ
“幸福否定”



革命的な治療理論との出会い	237
人類史上最大級の発見をした小坂英世の功績	240
専門家はなぜ、小坂療法を徹底的に拒絶したのか	246
驚異的な成果をあげていた小坂教室	249
目まぐるしい展開をみせる小坂理論	253
反心を唯一のコンパスとした冒険	258
自分の意識を説得する手段としての「症状」	264
心の抵抗と超常現象	268
ストレス学説に代わるあらたな考え方	272
幸福否定の普遍性	276
参考文献	281
おわりに	284

装丁・本文デザイン……河村 誠
カバーイラスト……といだあずさ
DTP……キャップス
校正……鴉来堂
構成・編集協力……西村舞由子(編集工房まる)

縮切りまぎわにならないと手がつけられない

縮切りまぎわにならないと課題に手がつけられないという現象は、誰でもよく知っています。世界中の、特に先進工業国では、ほとんどの人たちに起こっているのではないかと思います。数のおえではごくふつうの現象です。読者のみなさんの中にも、身に覚えがある方が多いはずです。

それまでいくらかでも時間があつたのに、縮切りの存在を完全に承知しながら、縮切りまぎわになるまで、何もしないまま放置してしまうという行動は、どう考えても不合理です。むしろ、「異常行動」と考えるべきなのではないでしょうか。

にもかかわらず、この状態を、根本的な修正が必要な問題行動と認め、真剣にその対策を練るような人はかなり少ないはずです。それどころか、実際には解決を先送りしているだけなのに、「人間とはそういうものだ」などとうそぶいている人たちもいるようです。心の問題を探究すべき立場にいる心理学者や精神科医ですら、その圧倒的多数が

自ら経験しているはずのこの症状を、真正面から真剣に研究することはまずありません。それどころか、自らが同じ問題を抱えていても、その解決ができないのが現状なのです。専門家といえども、実際には薬に頼る以外の方法をもっているわけではないからです。

また、この問題を真剣にとらえ、いわゆるグズを治す方法を教える本などを読んだとしても、ことはそう簡単ではありません。技術の問題ではないからです。

では、覚悟を決めて気持ち奮い立たせ、縮切りまでにまだ時間の余裕がある段階で、そうした課題にとり組もうとすると、どういうことになるのでしょうか。経験のある方にはよくわかるはずですが、さまざまな誘惑に苦しめられることになるのです。まず、その課題にとり組もうとしても、机に座るなどの位置に着くまでが大変です。

首尾よく机の前に座ることができたとしても、今度は、テレビやビデオを見たくなくなり、ゲームをしなくなったり、関係のない本や雑誌を読みたくなくなったり、飲み食いをしたくなったり、誰かに電話をかけなくなったり、横になりたくなくなったりするのです。自分の体が「悪魔の誘惑」に負けて、自分が望んでいるはずの方向とは正反対の動きをしてしまうわけです。これにあらがって、先に進むのは大変で、ほとんどの人は、ここ

で努力を放棄してしまいます。

このうえなく強い抵抗の力

実際には非常に難しいことなのですが、そうした誘惑をこらえて、なおも課題にとり組もうとすると、どうなるのでしょうか。その場合、あくびが続けざまに出たり、強い眠気に襲われたりすることもあれば、頭痛や下痢や脱力やアレルギー様反応などの身体症状が、一瞬のうち起こることもあります（こうした「あくび」「眠気」「身体的変化」を総称して、私は「反応」と呼んでいます）。

しかし、その「反応」が、その課題にとり組んでいるために起こっているという因果関係に気づく人は少ないでしょう。もし気づいたとしても、心の負担になることをしているために、そのストレスが原因で起こっていると考えることが多いはずです。

それにもめげずに、むりやり課題にとり組む努力を続けると、そうした「反応」はもっと強くなります。次に紹介するのは、このようにして起こった反応を自らリアルタイ

ムで記録した珍しい報告です。過眠傾向をもつある作家が書いたもので、締切りにまにあわせようとして原稿を執筆している最中に出た反応を、実況中継のように、そのつど記録し、電子メールで送ってくれた文章の一部です。

――一時〇〇分〔午前〕。ここで、中断します。

深く息をつき、腕を組み、少しですが、「横になりたく」なっています。いつもの習いとして、――時ごろというのは「危ない」時間帯で、朝、わりと普通の時間に起きられたとして、このくらいの時間になると、眠気が来たりすることが日常的には最も多いという認識は、心理療法にかかる前から持っていました。

そして、今日、こうして、どうにか仕事をしながら「実況」までしていることが、実は今日だけのことに留まらず、いままでずっと「止めていた」ことの終焉を意味するのではないかという考えに至った途端、身体が大きく反り、跳ねるよ

うな反応が出ました。それは、上の「横になりたく」の行を打っているあたりからはじまり、ここまでの間に三度ほどありました。〔中略〕

便意は、強くはありませんが持続しています。ここまでで、結構、疲れました。「二時の眠気」を乗り切った感じがします。(と、意識をしたら、首がぐくぐくと動く反応が、短く、鋭くありました)

疲れたので、パソコンの前に座ったまま、少し休みます。一一時一三分。

抵抗にあらがって課題にとり組み続けようとすると、わずか13分の間に、これほど大変なことが起こるのです。原稿を書くことに対する抵抗による反応だけでなく、これ中原稿を書けない状態から抜け出せるのではないかと考えただけでも、強い反応が出ていくことがわかります。こうした反応は珍しいことと思われるかもしれませんが、内容を問わなければ、自覚がないだけで誰にも同じように起こるのです。

このような場合、どういう反応が出るかは人によっても違いますし、その時に置かれている状況によっても違います。この作家の場合には、体の大きな動きや便意や疲れなどが出ていますが、強烈な偏頭痛に襲われることもあれば、身動きがとれないほど脱力感が強くなったり、いつのまにか眠り込んでしまったりすることもあります。

しかし、その努力をやめれば、こうした反応はその瞬間に薄れるか消えるかします。そして、締切りが近づき、もはや必要最小限のことしかできない段階になると、その抵抗も弱まるため、それまで禁止されていた行動が解禁されたかのように、曲がりなりにもその課題を片づけることができるようになります。

最小限のことしかできないため、不全感が残ることもあります。それも心底から懲りることなく、まもなく忘れてしまいます。その結果、次に同じ課題に直面した時にも同じことを繰り返してしまうのです。

この場合、懲りるといことがほとんどありません。それは、なぜなのでしょう。懲りさえすれば、次の機会までに心を入れ替え、少なくとも同じ失敗はしにくくなるはずです。そのような方向から考えると、懲りないのは(あるいは懲りようとしなないのは)、

「無意識のうちに進歩を嫌っているためではないか」という推測がここで生まれます。

なぜか、絶望的に「片づけられない」人たち

部屋の片づけも、つい先延ばしにしてしまい、なかなかできない課題のひとつです。できる人には難しくないのですが、できない人には絶望的にできないのです。この落差は、極端に言えば違う世界に住んでいるようなもので、非常に大きいと思います。

ただし、片づけが難しいのは、自分の家や自分の部屋を、自発的に片づけようとする時にほぼ限られます。逆に言えば、自分の部屋や家以外のところを、外部からの要請があつて片づけるのは、一般にそれほど難しくもないものなのです。ですから、友人が遊びに来るとか、エアコンが壊れて電気屋さんが修理に来るとかの場合なら、比較的スムーズに片づけることができます。

ある三十代の女性も、その例外ではなく、いつもは片づけができないのに、来客がある時には、素早く、しかもきちんと片づけることができます。そのため、その様子を見

ていた小学生の娘に、「お母さん、毎日お客さんが来るといいね」と皮肉を言われたそうです。

他人の家を片づけるのも、難しいことではありません。ハウス・クリーニングの仕事をしていて、やはり三十代の女性は、仕事としての片づけは実にてきばきとでき、仕事が終わってからしばらくの間は、どこに何を収納したかまではっきり覚えていたそうです。にもかかわらず、自分の家はごみ屋敷のような状態なのだそうです。

五十代のある女性は、やはり片づけができない近所のふたりの女性とグループを組み、その三人で、それぞれの家を順番に片づけるという方法を考えつきました。このやりかたでは、自分の家を自力で片づけられるようにはなりません。片づけ自体は進むので、その点では名案と言えるかもしれません。

それに対して、片づけに抵抗のある人が、自発的に自分の部屋を片づけようとする、雑多なものが重なり合った山に向き合うこと自体が、そもそも大変です。意を決して片づけようとしても、他の用事を思い出したり、手に取った雑誌を読みふけてしまったりして、片づけに気持ちを向けることができません。

れにせよ、真の意味で人間を理解するには、反応やその背後にある抵抗の本質を明らかにすることが不可欠です。そして、そのための糸口は、私たちの身近にあまねく存在しているのです。

参考文献

【第1章】

- J・M・シュウオーツ他(1100年)『心が脳を変える』サンマーク出版
 中田力(1101年)『座談会ここに迫る脳科学』での発言『この科学』第一〇〇号(日本評論社)
 W・ペンフィールド(1197年)『脳と心の正体』文化放送開発センター出版局
 三浦義彰(1196年)『医学者たちの150年——名門医家四代の記』平凡社
 Eccles, J.C. (1953). *The Neurophysiological Basis of Mind: The Principles of Neurophysiology*. Oxford: Clarendon Press
 Ghaziri, J., et al. (2013). Neurofeedback training induces changes in white and gray matter. *Clinical EEG and Neuroscience*, 44, 265-72.
 Kitayama, S., and Park, J. (2010). Cultural neuroscience of the self: Understanding the social grounding of the brain. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 5, 111-29.

【第2章】

- プロティノス(11980年)「三つの原理的なものについて」田中美知太郎編『プロティノス・ポルピュリオス・プロクロ
 ス』(中央公論新社)所収
 H・ベルクソン(11992年)『精神のエネルギー』第三文明社

- Bergson, H. (1920). *Mind-Energy: Lectures and Essays*. New York: Henry Holt & Co.
- Mason, A.A. (1952). A case of congenital ichthyosiform erythrodermia of Brocq treated by hypnosis. *British Medical Journal*, Aug. 23, pp. 422-3.
- Mason, A.A. (1955). Ichthyosis and hypnosis. *British Medical Journal*, July 2, pp. 57-8.
- Rehder, H. (1955). Wunderheilungen, ein Experiment. *Hippokrates*, 26, 577-80.
- Rhine, J. B. (1950). Parapsychology and biology. *Journal of Parapsychology*, 14, 85-94.

【第3章】

- 江川紹子 (一九九七年) 『オウム真理教』裁判傍聴記〈1〉』文藝春秋
- 高見澤潤子 (一九八五年) 『兄 小林秀雄』新潮社
- K・ドールトン (一九七九年) 『マタニティー・ブルー―産後の心の健康と治療』誠信書房
- 林郁夫 (一九九八年) 『オウムと私』文藝春秋
- 降幡賢一 (一九九九年) 『オウム法廷〈4〉』松本智津夫の意見陳述』朝日文庫
- D・ヘルサー (一九九八年) 『「トット」と呼ばれた子』青山出版社
- Byk, M., and Siegel, P.T. (1997). My mother caused my illness: The story of a survivor of Münchausen by proxy syndrome. *Pediatrics*, 100, 1-7.
- Garfield, P., et al. (2004). Outcome of postpartum disorders: A 10 year follow-up of hospital admissions. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 109, 434-39.

【第4章】

- 笠原敏雄 (二〇〇四年) 『幸福否定の構造』春秋社
- 笠原敏雄 (二〇一〇年) 『本心と抵抗―自発性の精神病理』すびか書房

【第5章】

- 浅野弘毅 (二〇〇〇年) 『精神医療論争史』批評社
- 笠原敏雄 (二〇〇〇年) 『超心理学読本』講談社・ミンスアルファ文庫
- 小坂英世 (一九七〇年) 『精神分裂病患者の社会生活指導』医学書院
- 小坂英世 (一九七一年 a) 『患者と家族のための精神分裂病理論』珠真書房
- 小坂英世 (一九七一年 b) 『精神分裂病理読本』日本看護協会出版部
- S・シユミット (二〇〇五年) 『自由こそ治療だ―イタリア精神病院解体のレポート』社会評論社
- 浜田晋 (一九八六年) 『小坂療法と私―小坂流家族療法の再検討』大原健士郎、石川元編 『家族療法の理論と実際〈1〉』(星和書店 所収)
- 浜田晋 (二〇一〇年) 『日本社会精神医学外史』その8』小坂英世という男』精神医療』第五九号、一五三―二二六―一頁。(星和書店)
- Barber, B. (1961). Resistance by scientists to scientific discovery. *Science*, 134, 596-602.
- Kasahara, T. (1983). A presumed case of spontaneous psychokinesis in a psychotherapy situation. *Journal of the American Society for Psychosomatic Dentistry and Medicine*, 30, 56-65, 75-84.
- White, L.A. (1938). Science is sciencing. *Philosophy of Science*, 5, 369-89.

おわりに

このところ、自分が本当にしたいことを見つけたとか、自己実現をしたとか、本当の自分を知りたいという人たちが増えてきているようです。

アドラー心理学の解説書などが空前の売れ行きを見せているのは、そのひとつの現われなのでしょう。それは、自分の外側ではなく、内側に関心が向かっているということにほかなりません。そして、それこそが、自分を前向きに変え、幸福に近づく力になるわけです。

ところが、既におわかりいただいたように、それを実行することはもちろん、自分が本当にしたいことを知るだけでも、大変に難しいものです。本書には、私の心理療法を進めるうえで最も有力な手がかりである「反応」という客観的指標を使って、それらを突き止める方法も詳しく解説しておきました。

「幸福否定」という心の動きが、意識にのぼらないにしても万人にあるらしいことに気づいてから、今年で既に三十年以上になることは、本文に書いておいたとおりです。最初は、自分で考えついたこととはいえ、その裏づけが乏しかったため、あまり確信がもてませんでした。

それ以来、反応を手がかりにしながら、この着想をもとにした心理療法をずっと続けてきましたが、それと並行して、古今のさまざまな関連資料もできる限り渉猟してきました。

それらを通じて得られた裏づけが積み重なるにつれ、幸福否定という心の動きが、意識に悟られることのないまま万人に内在しているという仮説が、私の中では次第に確固たるものになってきたのです。それとともに、反応は、無意識的な心の動きを知るうえで、非常に有力な方法であることも確認されたわけです。反応がこのように実用的に利用できるという事実は、これまで全く知られていませんでした。

人間は、自分で経験しない限り、本当には理解できないものです。特に、幸福否定という考えかたは、通常の学習が成立しにくい領域にあるため、読んで知識を身につけるという従来のな方法はほとんど役立ちません。そのような事情から、本書に書かれてい

るとおりの現象が起こることを、この中で提示している方法を使って、ぜひ確かめてみてください。この考えかたを納得する道は、それ以外にないと思います。

そして、それが自分なりに少しでも確認されれば、これまでとは全く違った大きな世界が、目の前に開けてくるでしょう。

本書は、一見すると絶望の書のように感じられるかもしれませんが、そうではありません。実際には幸福否定は、真の幸福に到達するためのプロセスと考えるべきであり、したがって、本書は、大きな希望をもたらすはずの書なのです。

一般読者向けにわかりやすい説明を心がけましたが、それでは飽き足りない読者に向けて、関心をさらに広げていただくためのメッセージも、ところどころに織り込んでおきました。読書の醍醐味というものが、そのような点にもあると思うからです。

本書は、私の研究に関心をもってくださった編集工房まる代表・西村舞由子さんと、フォレスト出版の編集者・寺崎翼さんの尽力のおかげで出版に至ったものです。これまで、あちこちに書いてきたことを、一冊の本にわかりやすくまとめたという希望は以前からあったのですが、諸般の事情で、なかなか実現しませんでした。私の長年の希望

をかなえてくださったおふたりに、この場を借りて、深く感謝するものです。

二〇一六年五月

笠原敏雄

【追記】本書は、主として、拙著『懲りない・困らない症候群』、『幸福否定の構造』、『本心と抵抗』をもとにして作られているため、多くの文章がこの3著から引用されていることを、ここにお断りしておきます。

〈著者プロフィール〉

笠原敏雄（かさらはら・としお）

1947年生まれ。早稲田大学第一文学部心理学科卒業。小樽市の医療法人北仁会石橋病院心療科、大田区の医療法人社団松井病院心理療室に勤務の後、1996年4月、品川区に〈心の研究室〉開設、現在に至る。著書に『隠された心の力』、『懲りない・困らない症候群』（『なぜあの人は懲りないのか・困らないのか』として再刊）、『幸福否定の構造』（以上・春秋社）、『希求の詩人・中原中也』（麗澤大学出版会）、『本心と抵抗』（すびか書房）、『加害者と被害者の“トラウマ”』（国書刊行会）、『超心理学読本』（講談社プラスα文庫）、編著書に『サイの戦場』（平凡社）、『超常現象のとらえにくさ』、『多重人格障害』、『偽薬効果』（以上・春秋社）、翻訳書に『がんのセルフコントロール』（共訳・創元社）、『前世を記憶する子どもたち 1・2』、『もの思う鳥たち』（以上・日本教文社）その他がある。

■電子メール kasahara@h02.itscom.net

■ホームページ <http://www.02.246.ne.jp/~kasahara/>

幸せを拒む病

2016年6月20日 初版発行

著者 笠原敏雄

発行者 太田 宏

発行所 フォレスト出版株式会社

〒162-0824 東京都新宿区揚場町2-18 白宝ビル5F

電話 03-5229-5750（営業）

03-5229-5757（編集）

URL <http://www.forestpub.co.jp>

印刷・製本 中央精版印刷株式会社

©Toshio Kasahara 2016

ISBN978-4-89451-966-4 Printed in Japan

乱丁・落丁本はお取り替えいたします。