

第7章 人間の行動に見られる人間的特性

幸福否定と抵抗の種々相

心因性疾患の治療のために私が独自に構築した理論は、心理療法のための理論に留まらず、人間の本質的属性の理論へと自然に発展する結果になった。幸福否定理論と呼ばれるこの理論が、人間に本来的に備わっている基本的属性のひとつを対象としたものであるとすれば、従来の人間観や科学知識は、さらには進化論も、根本から変更を迫られることになる。言うまでもなくこれは、とてつもなく重大なことである。したがって、この問題については、複数の第三者による厳密な検証が必要であるが、その作業も三十年以上にわたってかなりの程度まで進められており、人類に内在するこの属性の存在を否定するのは、もはや不可能に近いところまで来ているのである。

本章では、これまで蓄積されてきた観察事実から導き出された概念を整理して提示し、紙幅の許す範囲で詳しく説明することにした^[註1]。この概念は、ベルクソンも重視した幸福感を中核に据えているため、最初に、私の考える幸福感や幸福の概念の説明から始めよう。

幸福感の客観性と相対性

人間にとって、幸福とはどのようなものであろうか。この問題には、心理学者や精神医学者のもとより、哲学者や歴史学者や文学者も、さらには世間一般の人々も深い関心を寄せてきたし、数多くの幸福論も提示されている。しかしながら、どの幸福論にしても、本人が自覚する幸福感を対象にして検討を進め

[註1] 詳細な検討や論証は既に拙著（笠原，1997年，2004年a，2005年，2010年，2011年）で行なっているので、詳しくは、それらの資料を参照されたい。そのため本章では、考察や検討を進めるのに必要最小限の説明に留めることにする。幸福否定という概念について、本稿だけで判断されることのないよう切に願うものである。

ているという点でほぼ共通している。

それに対して、私の幸福否定理論が扱う幸福感は、ほとんどが本人の意識に昇る前に阻止されてしまう性質のものである。これは、自覚される幸福感よりも大きいためであることが、事実上例外なく確認されている。かくして、人間が（個人差は大きいにせよ）共通して避けようとするものを探り出すことを通じて、幸福感という感情の本質が、これまで想像すらされたことのない角度からとらえられたのである。

この種の幸福観は結果的に浮かび上がったものであって、このように定義してから検討を始めたわけではない。ベルクソンは、定義の段階で足踏みして先に進もうとしない哲学者たちを批判する中で、この方法論を奨励し、「どこまで行けるかを知るには、一つの手段しかないと思います。それは出発して歩きはじめることです」（ベルクソン、1965年a, 12ページ）と述べている。

逆に、意図せずしてこの方法論を使うようになったおかげで、**抵抗**や**反応**という客観的基準を用いて、いわば見えない幸福感を切り出すことが可能になった。私の心理療法の師である精神科医、小坂英世の発見のおかげで、反応と呼ばれる客観的指標が心理療法の中で利用できるようになったためである。これまでは、心が関係する論考の場合にはすべて、主観的推定を行なう以外になかったし、それ以外の方法があることなど夢想だにされていなかった。その点を考えると、反応の発見はまさしく革命的な出来事であった。

ここで、重要な事実にふれておく。幸福否定という無意識的な心の動きは、他の国や文化圏の人々にも同じように観察されるという事実である。外国人であっても、日本人と同じようなところで抵抗を起し、同じような反応を出現させるのである。つまりは、人類全体に共通する特性だということであり、育てられかたなどの後天的要因とは無関係の属性なので、生物学的な位置づけが必要になるということであり、したがって、進化という問題からどうしても逃れられないということでもある。

私自身が直接に確認できたのは、数年にわたって私の心理療法を受けていたふたりのアメリカ人男性と、短期間のクライアントであったひとりの中国人女性など、ごく少数にすぎないが、私の多くの日本人クライアントも、個人的に

[註2] ただし、小坂は反応というものを、最後まで驚愕反応ととらえていたらしいことに加えて、精神医学に客観的指標を初めて導入したという認識はなかったようである。

親しい外国人たちから、同種の反応が出ることをくり返し確認している。これまでのところ、この方法が当てはまらない民族は見つかっていないが、まだごく一部の人たちについてしか確認できていないので、そのような民族がこれから発見される可能性を否定することはできない。ただし、印象としては、その可能性はほとんど考えられないように思う。

同じ幸福という言葉で表現されるとしても、石器時代に暮らした人々と現代に生きる人々とは、その内容は相当に異なるはずである。また、同じ現代人であっても、各人が置かれた文化圏や社会的、経済的階層などの環境条件によって、あるいは同じ人物でもその成長に応じて、その内容は多かれ少なかれ異なるであろう。しかしながら、客観的な方法を使って幸福感を探り出そうとする限り、そのような違いに惑わされるおそれはない。

ひたすら生活に追われる状況にあったり、支配者の意のままに操られる立場にあったりしても、人間である限り、一生の間には、必ずや好事に遭遇する。それは、自他の間の愛情や結婚、子どもの誕生や成長ということかもしれないし、自分の成長や自分への評価ということかもしれない。そのようなものであれば、現代人の場合とほぼ共通するはずである。

また、考えられる限り最悪な状況の下でも、幸福感を味わう機会がないわけではない。たとえばヴィクトール・フランクルは、ナチスドイツの強制収容所での個人的体験について、次のように述べている。

朝の五時。外はまだまっ暗だ。わたしは硬い板敷きに横たわっていた。床はむき出しの土だ。およそ七十人の仲間がいっしょに「静養」していた。つまり、わたしたちは病氣と認められ、収容所から足並みそろえて作業現場に向かわなくてもいいのだ。点呼にも出なくていい。一日じゅう、棟のきゅうくつな場所でごろごろし、うつらうつらしていてもいいのだ。一日一度、「静養患者」用の減量されたパンと思いきりうすく、思いきり少ないスープが配られるのを待っていればよかった。

こんなありさまなのに、わたしたちはなんと満足していたことだろう。幸福ですらあった。(フランクル、2002年、79-80ページ)

以上のことからわかるように、物質的な生活条件と幸福感との間には、直接の相関関係があるわけではない。石器時代人であれ現代人であれ、実際に置か

れている状況の中で、それに相応した幸福を感じることができるといことなのである。

人間の心の3層構造

従来とは正反対の着想

ここから本題に入る。説明を容易にするため、私の考える、人間の心の構造について解説することから始めたい。私は、人間の心を、図7-1に示すように3層からなると考える。人間の心がどのような構造になっているのか、本当のところはわからない。したがってこれは、これまでの観察事実を説明するための便宜的仮説と考えていただければよい。実際には、このように分断的なものではなく、本心と内心の間に密かな協調関係のようなものが存在するらしいので、いずれ、より事実在即した構造を考えなければなるまい。

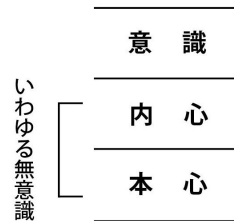


図7-1 幸福否定理論で考える心の3層構造。心は、意識、内心、本心の順に層構造になっていると想定している。

この図をもとに説明すると、表層にあるのは、言うまでもなく、私たちがふだん自覚している意識である。そのすぐ下のいわゆる無意識の上層には、幸福を否定しようとする強力な意志を持つ**内心**と呼ばれる層があり、さらにその下側に、**本心**と呼ばれる層がある。本心には、素直な感情ばかりでなく、全知全能とも言うべき能力や、崇高とも言える人格が備わっていることが、長年の経験に基づいて推定されている。したがって、内心は、本心の表出を阻止しようとする、本心に匹敵するほど強力な意志と能力を有する層ということになる。この内心と本心は、無意識という言葉で呼ばれるとしても、精神分析をはじめとする従来の無意識理論の概念とは根本から異なっている。

従来の無意識は、意識を基点として西洋で考え出された常識的概念であるため、理解しやすい半面、現実を的確に説明できないという問題を内包している。それは、他ならぬフロイト自身が要請していることからもわかるように、^[註3]苦痛に感じられる出来事の記憶は容易に忘れることのできるものではない、という事実を指摘しておくだけで十分であろう。

それとは逆に、意識が許容しない概念や事象は意識に昇りえないため、着想にすら至らない。また、何らかの出来事を通じてその一端が表出しかかったとしても、意識が“解釈”する段階で深刻な歪みが発生する。その結果、科学的

な背景であれば、観察事実が、ひいては“科学知識”全体が根底から歪められてしまうのである。その“歪み”が比較的小さいまま意識に到達したのが、直観と呼ばれる、既存の知識を多少なりとも超える着想になるのであろう。

それに対して私の理論では、無意識を基点に意識を考える。眺める方向が逆なのである。生物進化の脈絡で考えれば、明瞭な意識のほうが後で発生しているので、こちらのほうがむしろ理に適った発想のはずである。

内心と幸福否定

精神分析の昔から、幸福否定と少々似通って見える“幸福恐怖症”という症状が知られている。しかしながら、その裏に潜む発想は、あくまで従来のなものであり、幸福否定という概念とは似て非なるものである。こうした症状は、要するに、幼児期の虐待や“トラウマ”といった仮想的な後天的要因によって一部の者に起こるとされるにすぎず、人間一般に潜在する意志を前提としたものではない。

これまで蓄積された観察所見からすると、先ほど述べた通り、幸福を否定しようとする強力な意志は、育てられかたなどの環境的要因とは無関係に存在するようである。この意志は、本能に匹敵するほどの強さを持ち、人間の、特に重要な側面を、意識に悟られないようにしながら自在に操っている。聖書に登場する悪魔サタンのような、恐るべき力をもった存在が、生まれながらにして、ほとんど意識されることなく各人の心の奥底に潜んでおり、黒幕のようにして絶えずその力を行使しているということである。心因性の症状は、ストレスなどの外的要因によって生ずるものではない。そうした内心の操作の結果として作りあげられるものであって、動物には見られない、非常に人間的で高度な産物なのである。

そうすると、幸福否定などという、自らにとって不利益にしかなりそうにない奇妙な意志が、人間の心の中に備わっているのはなぜかという、このうえなく重大な疑問が湧き起こる。その理由は現時点ではわからないが、幸福否定の

[註3] フロイトは、『日常生活の精神病理学』の中で、次のように述べている。「われわれが、この種の防衛傾向を仮定することにたいして、読者諸賢は、『われわれは逆に、われわれを追ってくる不快な思い出から逃れられなかったり、また後悔や良心の呵責といった苦痛な感情を追いはらえなかったりすることも多い』というような異論を唱えることはしないでいただきたい」（フロイト、1970年、128ページ）。

意志は万人にあるらしいという事実を勘案すると、生命の進化の脈絡に位置づけるべき根元的現象と考えざるをえない。

ところで、ふつうに使われる抵抗という言葉は、意識的にであれ無意識的にであれ、自分にとって負担になるものを避けようとする感情や意志を指して用いられる。その点は、精神分析などの無意識理論でも全く同じである。これが、専門家と一般の人々が完全に共有する、ふつうの人間観と言える。ところが、私の考える抵抗はそれとは正反対のもので、自らの幸福をなぜか避けようとする、幸福に対する抵抗なのである。^[註4]

抵抗が働いた場合、内心は自らの意識をきわめて巧妙に操作する。想像を絶するほど強力な内心の力によって、意識は、全く気づかないうちに、いとも簡単に操作されてしまうのである。内心の力と比べると、意識はまるで無力である。内心は、その目的を達成するため、ふたつの戦略を同時並行的に使う。ひとつは、**本心の素直な感情とは正反対の思い込みを、意識の上に作りあげる**ことである。勉強を例にとれば、自分は「勉強は嫌いだ」、「勉強は苦痛だ」などという思い込みである。

もちろん、そのような思い込みが作られるからには、そのきっかけとなる出来事が必要である。たとえば、それまで好きだった数学が嫌いになった（という思い込みが作りあげられた）とすると、数学の成績が実際に上がったとか、数学の先生にほめられたとか、まじめに勉強すれば数学の成績が向上する感触が掴めたとかの出来事が、その直前にあったのかもしれない。実際の心理療法は、そうした推定の当否を、反応を用いて逐一確認しながら進めてゆくわけであるが、このようなものが、症状（たとえば、数学の時間になると必ず眠ってしまうとか、ある時点から数学の成績が極度に低下したなど）の原因に係る出来事に当たる。しかし、**その出来事の記憶は、その直後に消えてしまう**（内心がそれを意識に昇らせないようにしてしまう）ので、本人の意識にはわからないようになっていく。いわば完全犯罪のようなことが、ごくふつうに行なわれているのである。

それと並行して使われるもうひとつの戦略は、**その思い込みが、作りごとではなく事実であることを自分の意識に言い聞かせる手段として、症状を出したり引っ込めたりする**という、絶妙の方法である。たとえば、数学の授業が始まるとす

[註4] ただし、ふつうの意味での抵抗は存在しないということではない。そのようなもの場合、本心からして、つまり素直に嫌いなものということになる。

ぐに眠ってしまい、終わった瞬間に目が覚めるというふうに、自分の心身を操作するわけである。それに対して、他の授業では眠気は作らない。意識側から見ると、こうした症状の出現および消失が、数学の勉強を自分がつまらないと思っている、あるいは退屈に感じていることの証拠となる。ふつうの言葉を使えば、非常に巧妙な自己欺瞞ということになるであろう。この問題については、本章の後半の「自分の意識に見せるための演技」という節であらためてとりあげる。

このような説明を聞いても、実感を伴って納得できる者は稀であろう。それどころか、個々人が、さらには人類全体がそのような愚かしいことを、あるいはそこまで手の込んだことをするはずがない、という強い疑念が湧き起こるはずである。

先ほどもふれたように、幸福否定という意志の存在は、個人や人間全体にとって不利益にしか見えないかもしれないが、実際にはそうではない。乗り越えるべき課題を、幸福否定という仕組みによってあえて目の前に作りあげ、自らに突きつけていると考えることができるからである。

動物には決して見られない修行という方法は、自らにあえて負荷をかけることを通じて、自らの人格的成長を目指す、まさに人間特有の方法であるが、それと相同的な仕組みとして幸福否定が存在するのではないか、ということである。このことは、自分の病気や悪しき性癖を、抵抗に直面することを通じて、ある程度にせよ乗り越えた人たちを見るとはっきりする。対症療法的に症状を抑えた場合と違って、多かれ少なかれ人格の成長を伴うからである（たとえば、上野、2002年、219ページ；宅、2010年）。

心理的原因が共通してもつ特徴

これまでの経験から私は、精神病であれ、神経症や心身症であれ、事実上すべての心因性疾患や行動偏倚は、原因が共通しており、いずれも幸福否定の仕組みを通じて起こると考えている。犯罪を含む行動異常の多くもそこに含まれるであろう。本人の内心が何らかの基準で瞬時に選び出した症状群が、その“病気”を形成するということである。したがって、いずれについても同じ方法で

[註5] 言うまでもないことではあるが、犯罪などについては、全例がそうかどうかは現段階ではわからない。