

幸福を否定する心

前章まで紹介してきたさまざまな特徴から心の力の本質に迫って行くにしても、何らかの具体的手が必要である。私の場合には、たまたま自分が開発していた心理療法がその有力なヒントになった。私は、超常現象に強い関心を抱きつつ、その一方で独自の心理療法を作りあげようとしていたが、最初から両者を結びつけようとしていたわけではない。それどころか、両者は全く無関係なものであり、それらが結びつくはずはないと考えていたのであって、両者が結びつく可能性に気づいたのは、比較的最近（本書第1版を出版する少し前）のことにすぎない。いずれにせよその手がかりは、超常現象に対する心理的抵抗が、私の言う「反応^{註1}」という形でとらえられることであつた。本章では、まず私の心理療法の中で明らかになつた知識および能力の隠蔽の実例を紹介し、次いで超常現象に対する抵抗がとらえられるまでの経過について簡単に述べ、最後に超常現象——この場合、厳密に言えば超常的能力——の本質を、これまでとは全く異なつた方向から、いくつかの証拠に基づいて大胆に推測してみることにしよう。

私の心理療法の概略^{註2}

最初に、私が独自に開発している心理療法について説明しておかなければならない。私の方法論は経験のみに基づいて、いわば自然に導き出されたものであつて、従来のものと異なつた体系的心理療法を構築することを目指して作りあげられたものではない。^{註3}これについては、拙編書『超常現象のとらえにくさ』所収の拙論（笠原、一九九三年り）の中である程度は説明しているので、ここでは、概略だけを手短に紹介するにとどめよう。紙幅の関係もあり、私の主張の根拠やその裏づけについては、後ほど掲げる事例を除いて、ほとんどふれることができないので、その点に関心のある方は、いずれ発表される予定の拙著を参照していただきたい。^{補註1}

本節では、時おり演繹的な説明を行なうが、それは、一般の科学理論と同じく便宜的なものであり、ひとつの仮説であつて、経験的に導き出された私の理論が（特記していない限り、現段階では特に明確な例外は観察されていないと考へていただいてよいが）一般の事例にも全面的に当てはまると主張しているわけではないことを、あらかじめお断りしておきたい。

幸福の否定

私の心理療法は、従来の方法とほとんどの点で異なつてゐる。心因性疾患の原因を、本人がすね、ていることに、つまり幸福を否定しようとする内心の意志^{註4}に求めることがそのひとつである。^{註5}換言すれば、心理的原因を、従来の心理療法が明に暗にその根本的共通点としてゐるストレス

やショックや悩みごとなどの、外部に由来する心理的負担に求めるのではなく、私の言う本心註6からすると「うれいはず」の出来事を、意識の上ではうれいと思えないようにしようとする意志に求めるということであり、いわば独り芝居ということになる。その結果、従来の心理療法とは人間観が根本から異なってしまう。そして、これこそが本書のテーマに関係してくるのである。

症状出現の引き金になりやすいとして昔から経験的に知られている出来事は、決して少なくない。昇進、結婚、出産、新築、合格、旅行などがその代表的なものである註7。従来の心理療法では、それぞれに対して別の意味づけがなされているが、私の心理療法では、そのような出来事に対して意識にのぼるはずのうれしさを、本人が無意識のうちに否定し、それが自分にとつてうれしい出来事ではないことを自らの意識に証明する——換言すれば、幸福に水を注す——目的で症状を作りあげると考えるのである。一般にはうれいという感情が起こるはずの出来事であるにもかかわらず、それをうれしくないとするために矛盾が発生しやすいが、その出来事がうれしくないことを自分の意識に納得させるためのもつともらしい理由がほぼ例外なくつけられているので、本人の意識には、その矛盾が気づかれない仕組みになっている。もちろん、その理由づけは

【補註1】私の心理療法については、その後、四点の著書が出版されている。幸福否定の事例集とも言うべき『懲りない・困らない症候群——日常生活の精神病理学』（一九九七年、春秋社）、新たな人間観を提示する理論編でもある『幸福否定の構造』（二〇〇四年、春秋社）、心理的原因を精密に突き止めることを通じて、人間の個人差がいかに大きなものであるかを明らかにしようとした『本心と抵抗——自発性の精神病理』（二〇一〇年、すびか書房）、幸福否定理論の全容を簡潔にまとめた『幸せを拒む病』（二〇一六年、フォレスト新書）である。

さまざまであり、他人に対して説得力をもっている場合もあれば、もっていない場合もある。

たとえば第一志望の大学に合格しても、意識ではうれいどころか、「実力以上の大学にたまたま合格しただけなので、勉強について行けないのではないか」、「親もとを離れてひとりで生活して行けるだろうか」などの不安しか起こらない者は決して少なくない。後者の場合、他者から見れば、ではなぜその大学を受験したのかという疑問が起こる。遠方の大学に合格すれば、そのような事態になることが最初からわかりきっているからである。しかしながら、自分の意識が納得する理屈を選んでるので、たいていの場合、本人の意識に対しては、それだけで十分な説得力をもっている。加えて、合格通知を見た瞬間に不安が起これば、うれしい気持ちは（本人の意識には）^{【補註2】}ほぼ完全に隠蔽される。さらには、このように大きな出来事が関係している場合を除いて、ほとんど例外なくその出来事に関する記憶を消してしまっているのである。

そのような事情もあって、その出来事と、それが発端となつて出現した症状とを意識の上で結びつけることは^{註8}ない。そのため、患者自身に思い当たる「原因」があつたとしても、それが真の原因に關係する出来事であることは^{註11}ない。フロイトは、このような心の動きの一端を、常識に基づいて外面的にとらえ、それを抑圧と呼んだ（フロイド、一九五九年）のであ^{註9}う。

同様に、昇進の辞令を受けとつたとたんに、胃潰瘍を再発させたりうつ状態に陥つたりした男性は、「責任が重いことによるストレス」や「人の上に立つ器ではない自分が、管理職に就いたことによる心理的負担」などを、その出来事がうれしくない（どころか苦痛である）ことの証拠にしているかもしれない。あるいは、婚約や結婚式の直前ないし直後に自律神経失調症になつた

幸福を否定する心

前章まで紹介してきたさまざまな特徴から心の力の本質に迫って行くにしても、何らかの具体的手が必要である。私の場合には、たまたま自分が開発していた心理療法がその有力なヒントになった。私は、超常現象に強い関心を抱きつつ、その一方で独自の心理療法を作りあげようとしていたが、最初から両者を結びつけようとしていたわけではない。それどころか、両者は全く無関係なものであり、それらが結びつくはずはないと考えていたのであって、両者が結びつく可能性に気づいたのは、比較的最近（本書第1版を出版する少し前）のことにすぎない。いずれにせよその手がかりは、超常現象に対する心理的抵抗が、私の言う「註1反応」という形でとらえられることであつた。本章では、まず私の心理療法の中で明らかになつた知識および能力の隠蔽の実例を紹介し、次いで超常現象に対する抵抗がとらえられるまでの経過について簡単に述べ、最後に超常現象——この場合、厳密に言えば超常的能力——の本質を、これまでとは全く異なつた方向から、いくつかの証拠に基づいて大胆に推測してみることにしよう。

私の心理療法の概略^{註2}

最初に、私が独自に開発している心理療法について説明しておかなければならない。私の方法論は経験のみに基づいて、いわば自然に導き出されたものであつて、従来のものと異なつた体系の心理療法を構築することを目指して作りあげられたものではない。^{註3}これについては、拙編書『超常現象のとらえにくさ』所収の拙論（笠原、一九九三年り）の中である程度は説明しているの^{註4}で、ここでは、概略だけを手短に紹介するにとどめよう。紙幅の関係もあり、私の主張の根拠やその裏づけについては、後ほど掲げる事例を除いて、ほとんどふれることができないので、その点に関心のある方は、いずれ発表される予定の拙著を参照していただきたい。^{補註1}

本節では、時おり演繹的な説明を行なうが、それは、一般の科学理論と同じく便宜的なものであり、ひとつの仮説であつて、経験的に導き出された私の理論が（特記していない限り、現段階では特に明確な例外は観察されていないと考へていただいてよいが）一般の事例にも全面的に当てはまると主張しているわけではないことを、あらかじめお断りしておきたい。

幸福の否定

私の心理療法は、従来の方法とほとんどの点で異なつてゐる。心因性疾患の原因を、本人がすね、ていることに、つまり幸福を否定しようとする内心の意志^{註4}に求めることがそのひとつである。^{註5}換言すれば、心理的原因を、従来の心理療法が明に暗にその根本的共通点としてゐるストレス

やショックや悩みごとなどの、外部に由来する心理的負担に求めるのではなく、私の言う本心註6からすると「うれいはず」の出来事を、意識の上ではうれいと思えないようにしようとする意志に求めるということであり、いわば独り芝居ということになる。その結果、従来の心理療法とは人間観が根本から異なってしまう。そして、これこそが本書のテーマに関係してくるのである。

症状出現の引き金になりやすいとして昔から経験的に知られている出来事は、決して少なくない。昇進、結婚、出産、新築、合格、旅行などがその代表的なものである註7。従来の心理療法では、それぞれに対して別の意味づけがなされているが、私の心理療法では、そのような出来事に対して意識にのぼるはずのうれしさを、本人が無意識のうちに否定し、それが自分にとつてうれしい出来事ではないことを自らの意識に証明する——換言すれば、幸福に水を注す——目的で症状を作りあげると考えるのである。一般にはうれいという感情が起こるはずの出来事であるにもかかわらず、それをうれしくないとするために矛盾が発生しやすいが、その出来事がうれしくないことを自分の意識に納得させるためのもつともらしい理由がほぼ例外なくつけられているので、本人の意識には、その矛盾が気づかれない仕組みになっている。もちろん、その理由づけは

【補註1】私の心理療法については、その後、四点の著書が出版されている。幸福否定の事例集とも言うべき『懲りない・困らない症候群——日常生活の精神病理学』（一九九七年、春秋社）、新たな人間観を提示する理論編でもある『幸福否定の構造』（二〇〇四年、春秋社）、心理的原因を精密に突き止めることを通じて、人間の個人差がいかに大きなものであるかを明らかにしようとした『本心と抵抗——自発性の精神病理』（二〇一〇年、すびか書房）、幸福否定理論の全容を簡潔にまとめた『幸せを拒む病』（二〇一六年、フォレスト新書）である。