

感情のセラピーの源泉をめぐって

——スピノザ『エチカ』を手がかりに——

森岡正芳

〈論文要旨〉 自然存在および文化社会的存在の二重性のなかで人は、葛藤を抱えてきた。心理療法はセラピストとクライエントが実際に会って話すということを基本にしている。他者との会話が感情の自己調整を可能にしていくその基盤については、まだわからないことが多い。小論では、感情のセラピーの源泉としてスピノザの『エチカ』を参照し、他者との応答的対話をもたらす自己回復へのプロセスを探ろうと試みた。『エチカ』第5部の定理によると、感情に明晰判明たる観念を形成すると、人は感情による受動性にさらされた状態から能動存在へと転換する。ここに主体性回復への治療機転を求めたい。スピノザは身体の変様から感情を定義する。感情に従属する（受動）のではなく、理性に導かれる（能動）自己認識をもとに、自己保存の力能すなわちコナトゥスとつながる道筋がセラピーの基盤であることが示される。セラピーにおいて他者の応答が不可欠なのは、コナトゥスが限定され、現実の力になることに関わっている。以上についてセラピーの実際場面や心理学者牧康夫の自己治療への道筋を例に検討を行った。

〈キーワード〉 心理療法、スピノザ、感情、コナトゥス、応答的他者

一 心理療法における人間理解

もとより人は多様な現実に生きている。心理療法（サイコセラピーあるいはセラピー）に來談される人々の求めはさまざまであり、セラピストは現実の多様な制約の中にありながらも、一人ひとりの個別性、多様性に即して、

問題解決や変化に役立つ場を作る。来談される人々（クライエント）のどのような訴えも、掘り起こしていくと生きていくことの根源に関わる問いかけが背景にあるとみることができよう。人が生きていくうえで苦悩することの根本問題は、心理療法が医学・心理学領域において一つの臨床人間科学として成立する以前に、宗教や倫理学において現実問題として対処されてきた。いかなる文化、民族、時代においても人は迷い、苦しんできた。人が生きていくかぎり多くは直面する苦悩の源泉について、各宗教は教義にもとづく独自の物語を用意し、その物語による解決法を提供してきたのだろう。心理療法の立場も同じく、苦悩の源泉とその解決法に関わりさまざまな理論と実践の蓄積がなされてきた。

宗教と倫理の問題を心理療法の実践という場において考える場合、問題の立て方は多様にあるだろう。心理療法に関わる理論は宗教と本来的にさまざまな接点をもってきた。フロイトおよびユングは宗教に関わって直接的な言及をおこなった。また各宗教こそ数々の心理的安心法や精神の修養法を生んできた歴史があり、心理療法の世界と宗教は切り離せない関係にある。宗教はさまざまなセラピーの母体となった。

大小数えてみれば数百種類はあるといわれる各種心理療法も基本は、面接という場を設定し、会話による交流を通じて問題の解決を目標とする方法である。ここで素朴な疑問が出てくる。問題の解決にあたってなぜ人と会って話をしたほうがよいのだろうか。高度情報化のきわまったこの現代社会において、必要な情報は一人でどこにいてもありあまるほど手に入る。しかしそれでも、情報や知識だけでは直面している問題が解決しないことがでてくるのであろう。

心理療法は、人に実際に会って話すことによつて得られる影響変化の質を純粹に抽出するところがある。セラピ

感情のセラピーの源泉をめぐって

ストという他者はどのような点を配慮しながら、そのような質を高める働きをするのだろうか。人が人に関わる。その関わり方の質がほかの医療的方法とは異なる特徴をもち、またそのことが際立って心理療法の特徴となっている。それだけにセラピーの実践は倫理的問題が本質的に関わる営みである。

セラピストは、クライエントの基本的な価値観を否定せず、その人の世界観、死生観、人間観にそって内側から理解しようと努力する。その過程において個人の「信」の世界に触れるということも当然出てくる。心理療法における理解とは、関係の中での理解である。関係の中でクライエント自身の自己理解を深めることが基本である。そのためセラピストの側も、どういう理論を自分がもっているかについての理論（メタ理論）を自己チェックする必要がある。

一方、宗教と臨床実践の間には現実問題として多様な課題が出てきている。たとえばスピリチュアリティにかかわる苦悩は臨床の現実になっており、症状だけを切り離して対処するだけではその苦悩は解決するどころかますますこじれ、二次的な困難を生むばかりである。それを根底から問い直し議論していく宗教学の実践的役割は多大であらう。

しかし、心理療法の世界は宗教学からの内在的な理解からは離れ、実践に没入し、心理療法の側から宗教学への積極的な問いかけがほとんどないのが現状ではないか。

人間は自然存在としての人と、個我を有し共同生活を営む社会的存在としての人との間で、揺れ動く二重存在である。自然存在としての人は本能衝動をかかえ、そこから派生する欲望の充足を求める。一方で、社会存在として個人の欲望の充足はさまざまな限定を受け、不安や葛藤を生む。非人称的な生の持続に対処し、個別化していく自

私の形成は必要不可欠となる。社会や文化の仕組みはまさにそのために個人に学習の機会を与え、自然存在としての人の折り合いをつける練習期間をおいてきたのだろう。その折り合いの途上において心身のバランスを壊すことはよくある。一部は問題化、症状化することも出てくる。そのときあらためて、他者の力を借りつつ、揺れ動く主体を支えていくセラピーの方法が必要になったのだろう。自然存在としての生の力を過度に抑え損なうことなく、主体の回復を行う場としてセラピーがある。

セラピーという実践は普遍知の探求ではなく、固有の場面に限定された理解の範囲で有効性を探っていくものである。場面的理解という枠組みで、その理論が治療的に豊かな産出力があれば当面のところその理論は妥当であると考えていく。⁽¹⁾ 心理療法においてその実践を支える人間観や、死生観への問いかけは十分とはいいがたい。根源の知に根ざした普遍知をめざす宗教学の立場は、セラピーの実践を動かす基本原理に多様な手がかりを与えてくれるだろう。一方、セラピーの実践には他者との関係性という問題がつねに控えており、セラピーの場を検討することで、宗教が実践とのつながりを持つときにふまえるべき倫理性について具体的示唆を与えてくれるのではないか。小論は以上のような主題を背景におきながら、心理療法の根源にある人間理解の個別性と普遍性の力動的関係を探るものである。

二 行としての学問

はじめに苦しみあり

セラピーはあくまで個人の個別的世界において求められ、そこを離れることはできない。名をもった人称的世界

感情のセラピーの源泉をめぐって

での議論にもとづかねばならない。ここで自らの「神経症」に悩み、人生問題の解決のために心理学を志向し探求した一人の心理学者牧康夫（一九二一—一九七六）についてふれておきたい。

牧は自らの問題と格闘するなかで、各種セラピーを実際に体験し、実践したようである。最終的にはヨーガに出会い、心身をトータルにとらえる理論体系および実践体系を持つヨーガに集中した。なぜヨーガなのか。牧にとつてそれは、全身体的な具体的実践が心理学のなかに必要であることの発見であった。アーサナ（座法）と呼吸法に導かれ、心身の緊張と弛緩の交代、そのプロセスを意識的に追っていく具体的な技法がある。欲望と意識の衝突、葛藤が煩惱を生む。このような心のはたらき、意識の制御を目的としてヨーガは古来、具体的な心身の実践技法を伝承してきた。

ヨーガもその体系に一つの心理学を持っている。牧の遺稿として残された「いくつかの心理学・生物学体系の層構造——心理学統一理論の一構想」でのフロイトとヨーガ心理学の結合が興味深い⁽²⁾。

牧はフロイトの精神分析が「人にとっては境界内の適応は自明ではない」という人間観から理論構築が始まっている⁽³⁾ことを見ぬく。牧はその欲動論に注目した。フロイトとヨーガはともに煩惱 (Klesas) による苦しみを出発点⁽⁴⁾としている点で共通しているととらえる。そして牧はヨーガ心理学によってフロイトの死の欲動論の積極的再解釈を行う。ヨーガの調身、全身的修行のプロセスを経ることによって、死の欲動が実践的にも意味を持つと牧は考える。その実践のなかでは「ただ呼吸活動だけが純粹に働いている」瞬間がある。「意志的態度」を緩めその活動に「じつと耳を傾ける」。「生ずることにただ同行する」。このような実践によって「生において死を切り離さず生きること」が可能となる。

自らの人生問題との格闘、そのための全身的実践を通じて心理学の理論をも体感的に確かめることを牧はつねに自覚していた。「私は学問とヨーガを二足のわらじとしてはき分けたくない気持ちに満たされている。私は人間の心を完全に客観化、対象化しつくそうとする現代の科学的心理学のあり方に深い疑問を感じ、心理学をその本来の科学的性格を失わないままにいわば主体化することに自分の一生をかけようと思っている」⁽⁵⁾。このような心理学の主体化への道筋は学問の倫理性を問うときの基盤を示唆してくれる。

欲望・感情への対処

自我意識と欲動の相克を乗り越えるために、牧は全身体活動としてのヨーガの実践に到達し、行に励んだ。その実践は鬼気迫るものがあつたようだ。感情のコントロールを意識的に行うことの矛盾と限界を知ったとき、私たちは身体にもどる。牧の実践はヨーガを通じて自分の身体を内側から感じ受容する。緊張と弛緩のダイナミズムの中で身体感覚の変化を感じることは、狭い自我意識から解放される契機となる。身体は受肉した生に内在する「超越性」として苦惱する人の縁^{よすが}となる。

牧が典拠とした『ヨーガ・スートラ』の中に次のような項目がある。⁽⁶⁾「心の平安を得るには慈・悲・喜・捨の感情を念想することから心の静澄が生じる」。心の安定のために欠かせないことは、自らの感情の動きに対するふりかえり、配慮である。しかし実際には困難なことである。

心理相談に来られる多くの人は感情（怒りや不安）が抑えられず苦しむ。一方で自分が感じている感情が感じられない不確かさをかかえている人もいる。自らの感情とのつき合いは難しい。そのために人はそれぞれの文化のなかで用意してきた教育のシステムにもとづいて、感情とのつき合い方を長い間学ぶのである。自然に感じて言葉に

感情のセラピーの源泉をめぐって

なるはずの感情を感じないという状態は、主体の深刻な状態を表す。心身医学では alexithymia (失感情言語) という状態である。これは特殊な医学用語であるが、この言葉に thymia という語が含まれていることに注意したい。これはギリシヤ語 thymos から派生した言葉である。

「テューモスと戦うことは難しい。何であれ欲するところのものを魂 (プシューケー) と引き換えに購おうとするからである」(ヘラクレイトス断片85)。テューモスとは怒りそして欲望である。⁽⁷⁾

自らを衝き動かす欲動、強い否定的な感情、自らをさいなむ情動とのつき合いに人はみな苦しんできた。その感情を触発する何らかの要因について、あらかじめわかっている、いざその対処となると思うようにははかどらない。その感情はあたかも外から突如襲ってくるようにも感じられ、人は受け身 (passive) にさらされるのみである。

テューモスへの対処法は古代ギリシヤにおいてもさまざまに試みられていた。人の生活があるところにはつねに「安心法」があつた。⁽⁸⁾ それらはアポロ的方法とディオニュソスの方法の二つの立場を分けることができる。ディオニュソスの方法は、浄化 (カタルシス) による衝動の解放をドラマやさまざまな身体表現を基本に行うもので、ギリシヤ悲劇による浄化が典型である。セラピーの源泉としてはこちらの方が注目を集めやすいが、ロゴスを媒介とする対話にもとづくアポロ的方法にも注目したい。この方法は真実を理知的にとらえ、正義に向かって人間の能力が働くことを重視する。これは認知、論理、行動へのアプローチを行う近代的心理療法が連想させられる。⁽⁹⁾

三 彼らは身体に何ができるか知らない

心身の苦悩をのりこえるには体験、文字通り身体を通して験しを得る「体験」が契機となる。このことを検討するにあたって、参照したいテキストはスピノザの『エチカ』第3部から5部である。⁽¹⁰⁾

心理学者としてのスピノザ

心理学の分野ではスピノザの思想を心理療法理論の先駆けとして位置づける議論が盛んである。ロシア心理学の古典で、最近再評価がめざましいヴィゴツキーの心理学がスピノザの思想から大きな影響を受けていたことから、ヴィゴツキー心理学がスピノザ学説を介して、心身一元論へと展開しうる素地をもつことが探られている。また、最近の脳科学と、情動理論との関係を議論するにあたってスピノザの理論はにわかに注目を集めている。⁽¹¹⁾

まず注目したいのは、スピノザの感情についてのとらえ方である。「感情 (affects) とは身体の活動力を増大しあるいは減少し、促進しあるいは阻害する身体の変様、また同時にそうした変様の観念である」「そこでもし我々がそうした変様のどれかの妥当な原因でありうるなら、そのとき私は感情を能動と解し、そうでない場合は受動と解する」(第3部序言定義3)。このようにスピノザは身体の変様から感情を定義する。スピノザの理論では精神と身体とは同一事物とされる。あるときは思惟の属性のもとで、別のときには延長の属性のもとで異なつて概念化されるが、両者は同一である(第3部定理2備考)。

そして対処しがたい強い感情(情動)にわれわれが受動的に襲われるのはなぜなのかという問いに対して「感情の葛藤理論」というべきものが準備される。「だからもしある事物がある感情と結びつけられた性質を有するなら

ば、たとえその性質自身がその感情の原因でないとしても、どうしてもその感情を持つことが多くなるう」(第3部定理16)。心的外傷(トラウマ)を抱えた人の場合に於てはまることだが、時間経過を経ても表象の感情強度は変化しないという体験があり得る。このことは表象と感情の問題として次のように説明できる。「人間は過去あるいは未来のものの表象像によって、現在のものの表象像によるのと同様の喜び及び悲しみの感情に刺激される」(第3部定理18)。

一方、一つの対象が相反する感情の原因になることがある。これをスピノザは内在的に説明する。「我々を悲しみの感情に刺激するのを常とするものが、等しい大きさの喜びの感情に我々を刺激するのを常とする他のものと多少類似することを表象する場合、われわれはそのものを憎みかつ同時に愛するであろう」(第3部定理17)。スピノザは二つの相反する感情から生じるこのような心的状態を「心情の動揺」と表現する(第3部定理17備考)。

このようにスピノザは精神の迷いがなぜ生じるのかについて、トラウマやコンプレックス、アンビバレンスなど、臨床心理学において扱われる基本的な心的状態についてすでに理論化している。

例1

二〇歳代にはいった男性。不定期のアルバイトをしている。家庭でときおり暴力をふるう。家族は本人の一方的な言動、粗暴な行為に疲労の色を濃くしている。

本人はかつて中学受験に失敗したという体験を持つ。第一志望校の受験の時、一二〇%の力を出したという。しかし、不合格。そこで人生はがらっと変わったという。かろうじて入学した別の学校にはなじめず、断続的に不登校が続いた。家族はそれまで祖父母と同居していたが、本人が自分の部屋をほしがるので、近くに

新しく家を建て本人が高校一年になると同時に引っ越しをする。待望の自分の部屋ができたが、学校では「同級生が自分のことをいやな目で見る」となじめず、不登校が続き高校二年で中退。家での暴力はその頃から始まった。

中退後単位制高校に再入学、高校卒業と同時にある大学に入学できた。しかし本来自分が入る大学ではないとつねに否定的になり、自暴自棄な行動に走る。医学部に再受験を考えたり、有名大学への編入学試験を考えたりの日々であった。両親は本人について「昔からああい子だ。家の中と外では態度ががらつと変わるのが困る」という。

この例に見られるように、人が自分の人生を語るとき、最初の失敗の時点に自分をとどめてしまうことがある。自分の身に起きる出来事は同型的に反復されるという固定した語りのパターンに入り込んでしまう。自分の身に起きた出来事には否定的感情がともなっている。その出来事があったという事実は変えようがない。出来事にともなう価値感情は受動的に被ったまま固定的にとらえられ、その人の人生を支配する。

スピノザは感情の統御不能に陥った状態を「隷属」とする。「感情を統御し、抑制する上での人間の無力を、私は隷属とよぶ。なぜなら、感情に支配された人間は自己を支配せずに、自らより善きことを見ながらも、より悪しきことを行うことを予備なくさせられるくらいに、運命の手のなかにあるからである」(第4部序言)。

感情のセラピー

強い感情にくりかえし支配されるときに、どのように対処する方法があるのだろうか。スピノザは次のように述べる。「精神が対象を妥当に認識しさえするならば、対象そのもの、身体の変様も、身体の内でも正しく秩序づけら

感情のセラピーの源泉をめぐって

れ連結される」(第5部定理10)。このような基本枠組みにそって、心身の苦悩の理解に接近するとき、あるセラピーの理論が形を取る。感情に従属する(受動)のではなく、理性に導かれた(能動)自己認識にもとづくことで、心身のまとまりが生まれる。

『エチカ』第5部定理1から20までは、感情についてのセラピーとみなすことができる。「感情を外的な原因の思想から切り離し、それを他の思想に結びつけると、外的な原因に対する愛や憎しみ、精神の迷いも消える」(第5部定理2)。スピノザによると、外的事物についていくら思考しても、その事物になんの変化ももたらさないが、自己の感情について思考すると、感情そのものが変化するのである。

例1の青年は、彼が通っていた最初の高校で親身に相談にのってくれた先生からは、退学後もときおり連絡をもらい、それが支えとなっていたようだ。自分が追い込まれた原因を外に探し、荒れずさぶのではなく、落ち着いて自分に向かうようになってくる。アルバイトのつもりで始めた仕事先でも、いっしょに動きながら世話してくれる先輩職員が現れ、徐々に現実の自分の状態を受けとめ始める。

「受動という感情は、われわれがそれについて明晰判然たる観念を形成するやいなや、受動であることをやめる」(第5部定理3)。「われわれが何らかの明晰判然たる観念を形成しえないような身体の変様も存在しない」(第5部定理4)。ここでの注目点は、受動感情(Passion)からの転換の道筋が描かれているところである。感情を否定せず、そのまま明晰な観念(言語表象)を与えることで、受動性から抜け出せる。強い情動に結びついた事物表象を自己から切り離さないということである。そのような事物表象がコントロールされず遊離してしまうと、独自の運動を強化してしまう。「精神はあらゆるものを必然的なものとして認識するかぎり、感情に対してより大なる

能力を有し、あるいは感情から影響を受けることがより少ない」(第5部定理6)。事物を偶然ではなく必然として理解するほうが感情に受身的に支配されることが少ないのである。多くの心理療法が目指す共通の目標は主体的な思惟・思考の活動をまさに主体が切りはなそうとした感情の領域において回復させることである。スピノザはまさに心理療法理論の先駆者と位置づけることができる。

コナトウス論

スピノザはフロイトの本能欲動論にほぼ重なるコナトウスの理論を用意している。コナトウス (conatus) とは、自己保存への力能・衝動であり、精神・身体が思惟や延長において自らの存在に固執しようとつとめる努力である。⁽¹²⁾「おのおのの物が、自己の有に固執しようと努める努力は、そのものの現実的本質にほかならない」(第3部定理7)。存在はそれ自体において無限的な持続存在を続けようとする。コナトウスは個々のものがそれによって自己の存在を維持し、保存しようと努力する力能である。前人称的、非人格的な力、活動力あるいは単に「力」と訳してもよいだろう。コナトウスは精神と自然との関係、欲望と知の関係をたどるのに喚起力豊かな概念である。

スピノザはコナトウスに知性をつなぐ。自然のなかにある知性というべき知性的なコナトウスをスピノザは設定する。コナトウスの十全の表現とは、理性(知)による自己保存の努力(コナトウス)であり、この「知的コナトウス」は真の意味におけるコナトウスである。本能衝動と知を結合させるといふ考え方は一見逆説的であるが、セラピーの立場からは意味深く、重要な概念である。

知的コナトウスはいかにして成立しうるだろうか。一つの手がかりは「明晰判明な観念を形成すること」であり、感情を介して欲望が言語と接続することである。これは実践的には感情の言語化が主題となる。

例2

クライエント(A)は二〇歳代後半女性の会社員。現在休職中である。配置転換のあった後、職場の人間関係での緊張感から職場に出るのが困難になる。抑うつ状態と診断されている。面接のなかで、仕事に向かう自分のことをふりかえる。仕事だけでないいくつか忘れてきた自分を思い起こすようになる。仕事に復帰する前のAさんとのやりとりである。

A₁ 自分にとっての仕事のイメージはまだ空っぽ。もう復帰できないのではと思ってしまう。とにかく自信がない。

Th₁ 復帰する自分が想像つかない。

A₂ 自信がないというよりも少し冷静に、自分にはその能力がないと思える。

Th₂ 何でも一人ででき、やってきたAさんが、自分ができないというその感覚は大切だと思う。

A₃ 何でもやれるこうありたい、格好のいい自分というのは確かにイメージにあったけれど、いつもどこにもでも試験を受けているみたいで、あれでは続かなかったなあと思う。

Aさんは「自信がない」(A₁)というが、セラピストの応答(Th₁)を経て次に「自信がないというよりも(中略)自分にはその能力がない」(A₂)と前の言葉をさらに吟味し、異なった意味に転じる。Aさんは自分ができないという感覚の大切さということの意味についてその後探求するようになる。

この会話において、自分の状態を言語的に等身大に把握することへの共同作業が行われている。そこで動いている感情は必ずしも肯定的なものではないが、クライエントは自然に生じている自己感情を率直に受け取っているよ

うである。

スピノザの思索は感情と知の統一がめざされている。そこには様々な次元が考えられるが、実践の一つの形としてはこのようなセラピーの応答関係の中に表れている。感情に従属する（受動）のではなく、理性に導かれる（能動）自己認識をもとにコナトウスとつながることができる。これによって、自律的な自己の回復が真に目指される。これはフロイトが精神分析の実践において目指したこととほぼ一致すると考えられる。⁽¹³⁾

コナトウスにおける否定の契機

知的コナトウスの成立において考慮すべきは他者の応答という契機である。これはセラピーの領域における実践では対話的関係性に関わる問題である。

コナトウスは自らの出会う対象に応じてさまざまに異なった行動へとわれわれを駆り立てる。コナトウスの有り様は、触発してくる対象がわれわれに引き起こす変様によってそのつど決定されている。コナトウスが実効的な自己保存力（活動力能）として現実化されるには、他の有限様態からの限定が不可欠である。コナトウスの絶対的自己肯定性は二重に限定されている。⁽¹⁴⁾

たしかにコナトウスの無批判の肯定だけではセラピーに益しない。必ず限定（あるいは否定）の契機が入ってくる。他者がそばにすることが欲動に伴う情動苦の解決には根本的である。この他者は応答する他者としてある。

「明晰判然たる観念」を受動感情へつなぎ、情動と知の力動的統一性へと向かうには、他の有限様態、すなわち他者の応答が欠かせない。

精神分析家ドルトは長年、知的障害児としてみられ、パニックや衝動的行動の激しい子どもであったため、家庭

感情のセラピーの源泉をめぐって

でも学校でもかえりみられなかった少年ドミニクと会う⁽¹⁵⁾。ドミニクははじめドルトの顔を見ない。しばらく黙っている。ドルトは自己紹介をし、どんな具合なのか。説明できることがあれば言ってほしい。このように語りかけた。するとドミニクは、苦しそうな、凍りついたような笑いを浮かべて、次のように言った。「そう、ぼくは、みんなのようじゃないの。ぼくは、ときどき、はっと目を覚まして、ほんとうの物語を生きてきたんだ、と思う」。この言葉に対してドルトは「だれがきみをほんとうのきみでなくしたの？」と問う。ドミニクは「それなんだよね！ けど、どうして先生は、そのことがわかるの？」と驚いたように聞く。ドルトは「どうしてかわからないけれどきみを見ているとそう思えてくるの」と応える。

ドミニクの面接はこのように始まっていく。相手が沈黙ししゃべらないときでも、応答する存在としてそこにいることがセラピストの役割である。ドルトの呼びかけはたしかに、ドミニクに身体感覚の変化（身体の変様）を起こした。

ドルトはこの実践をめぐって次のように述べる。「知覚することによって身体のなかに変化が生まれ、表現行為につながるその変化を受け取ってその人間が応答反応を示すと、一つの象徴的意味がそこに生まれるが、まさにそれが交流であり、言語そのものの起源である。（中略）もし相手の人間から身体感覚上または知覚上の変化を与えられることがないと、その場合には、交流は成立しない。人は大勢いたけれど、だれにもめぐり合わなかったということがありうる⁽¹⁶⁾」。

セラピストはクライアントが自分自身であるために、他者としてそこにいようとする。他者が応じることによつて語り手である主体は体験を深める。これは微視的な出来事（micro-event）についていわば発生状態にある主観を

練り直すような作業である。日常の出来事もよく語り聞き、確かめるような共同作業の遂行に他者がそこにいるということ、すなわち応答的他者のプレゼンス (presence) は欠かせない。セラピストがそばにいるということ、それ自体が意識の変容に関係するともいえるのではないか。目の前に一人の人が出現するということ。それだけでも世界は少し変化する。

四 能動的主体の回復

小論の冒頭において、個人がかかえる問題の解決にあたって、なぜ人と会って話をしたほうがよいのだろうかという問いをはさんだが、感情の言語化と他者の応答という契機はその解明の手がかりでもある。スピノザによるセラピーの理論は感情を仲立ちにして欲望とロゴスをつなぐという理論であるが、それは他者の心への配慮と切り離せない。

セラピーの根源には、自己の外へと出ようとする力、人に本性的にそなわる自己をのりこえていこうとする力が関係する。自己超出の契機としてセラピーをとらえることが可能だろう。⁽¹⁷⁾ 狭い意識的自我への同一化を放棄し、より生命有機体的な過程に開かれること。それをどのように行うか。これは自己の有限性の克服に関わる宗教学の根本問題の一つであろう。

自己が世界へと超え出るとき、人が人とのあいだで活動しなければならぬことからくる制約があり、行動の抑止が不可避な場合がある。つまり倫理と抵触するところがある。そのときに他者の応答が必要である。セラピーという場では、人が自分の内に閉じこもるのを認めながら、他方、その人が自ら現れることを支える。このような矛

盾を包含する応答の関係が求められる。

例3

内科に入院中の五〇歳代半ばの男性会社員である。男性にはがん告知がなされていない。すでに他臓器への転移がみられ外科的治療は困難である。周期的に襲われる疼痛に対して薬物によるコントロールが行われている。男性はその時点ですでに、重大な病気であるという実感をもっていたが、がんの宣告を恐れている。孤立感と先行きへの絶望感は強いが、病棟内の主治医やナースはターミナルをむかえているこの男性には怖さを感じ、深い関わり合いをもつことを意図的に避けてしまっていた。そのなかで一人のナースが登場する。

このナースはほかのナースとはちがって、「自分と接するのを怖がったり、嫌がったりせず、真正面から目をさし向け、自分のことを聴きとり、看とついでいこうとしている気持ちがあり、このナースが来てくれると心の乱れが鎮められるように感ずる」という。このナースと会話を交わすことでこの男性は、やがてやってくるだろう一番恐れ、避けたいいやな客のことを自分から迎え、歓待しようと思いを据えた。商社マンとしていく度となく修羅場を乗りこえてきたこの男性は、病気を重要な客VIPとして意味づけなおし、丁寧に迎えようと決心したのである。⁽¹⁸⁾

スピノザのテクストにもどってみよう。「人間は受動という感情にとらわれるかぎりにおいて本性上たがい相違しうるし、またそのかぎりにおいては同一の人間でさえ変わりやすくかつ不安定である」(第4部定理33)。

例3の男性の感情の乱れが鎮まったのは、あるナースが応答してくれたことがきっかけである。自分と接するのを怖がったり、嫌がったりせず、真正面から目をさし向け、自分のことを聴きとり、看とついでいこうとしている気

持ちがわかったからである。それによって今生じている事態を冷静に捉えようと腰を据えた。いわば「感情に明晰判然たる観念を与える」作業である。この作業は同行する他者、この場合は一人のナースであったが、その応答的理解 (responsive understanding) があって進められた。「受動という感情は、われわれがそれについて明晰判然たる観念を形成するやいなや、受動であることをやめる」(第5部定理3)。この作業を通じて、男性の能動的主体 (agency) が回復するのである。

男性は過去の自分の体験を思い起こし、今の状況に新たな意味を付与した。病いに対して受け身ではなく、主体として能動的に関わる「意味の行為」(acts of meaning) を生む。それまで否定していた体験領域に、踏み込む。いわば自己が新たな体験へと跳躍することがそこに生じたようである。

むすびに

スピノザの概念を心理療法的に解釈することはもちろん批判もある。『エチカ』を心理学的に読むことによって、スピノザが目指していただろう魂の救済という次元をとらえ損ねてしまうおそれがある。『エチカ』は人の苦悩に対する心理学的な治療という記述をよそおいながら、それはあくまで、比喩的で形而上学的な意味合いでいわれている。コナトウスという概念もまず形而上学的な意味がある。コナトウスの自己保存を目的とするという性質は、心理学的、精神分析的な意味よりも、「有限性に打ち克つために持続を無際限に拡張しようとする追求」として理解できる。⁽¹⁹⁾ 有限存在としての人間が、その持続の内部における永遠を実現することによって有限性を克服する。その契機としてコナトウスという概念をとらえることができる。コナトウスが超越を媒介し、魂の救済へとつなぐと

感情のセラピーの源泉をめぐる

とらえうる。このような議論をさらに展開することで心理学と宗教学、倫理学それぞれに固有の人間理解の特徴と限界を実践場面で明らかにすることができるだろう。

注

- (1) 森岡正芳「現場から理論をどう立ち上げるか——心理臨床の理論からの学び」『臨床心理学』七一、二〇〇六年、一八一—二三頁。
- (2) 牧康夫「いくつかの心理学・生物学体系の層構造——心理学統一理論の一構想」『思想』六九八号、一九八二年、一六〇—一七九頁。(以下「構想」と略記)
- (3) 牧康夫『フロイトの方法』岩波書店、一九七七年。
- (4) 佐々木現順編著『煩惱の研究』清水弘文堂、一九七五年、五五七頁。
- (5) 牧康夫「構想」、一六六頁。
- (6) 佐保田鶴治訳注『ヨーガ・ストトラ』(1・33・34) 平河出版、一九七三年、七八頁。
- (7) 木原志乃「テューモスとプシューケーについて——ヘラクレイトス断片八十五における魂の生理学」(京都大学西洋古代哲学史研究室『Hypothesis』X、二〇〇〇年)、一頁。
- (8) 藤井龍和「ギリシヤ的安心法と人間性賛歌及びその心理治療的意味」『智山学報』二三・二四号、一九七四年、三四九頁。
- (9) 精神の修養法、安心法はどのような民族においても固有の文化のなかでいくつも考案された。その中には現代の心理療法の元の姿が描かれていると考えられるものがある。夢を用いる方法はとくに普遍的である。医の神アスクレピオスを祭る神殿に巡礼の人々の絶えることはなかったという。人々はそこでクリネー(寝椅子)を使って横たわり、眠りに入る。眠りに中に訪れる夢は治療への大切な題材である。
- もちろん日本でも、いくつもの安心法、精神修養の方法があった。心理学の立場からは城戸幡太郎『心理学問題史』(岩波書店、一九六八年)が、先駆的におさえている。
- そこでもとりあげられている富士谷御杖(一七六八—一八二八)の思想は小論の文脈において、セラピーの視点から見てもきわめて興味深く現代的である。基本構造は理欲二元論である。しかも「欲をつかさどるをば神といひ、理をつかさどるをば、人

といふ」。欲は神の領域にある。人が生きるときだれもが欲とのつき合いに苦しむが、苦悩の解決法は神道である。人が本来的にもっている所思・所欲が働いて一方に傾くと「偏心」(ひとへごころ)となる。偏心のままをいたせば禍を招く。しかも理をもっては制御できない。内的衝迫というべき偏心を制するために神道がある。神道における禊ぎとは理と欲を「混沌」させないで分離することである。禊ぎはその意味でセラピーである。人は心身の二欲をもつ。これらを衝突させずに、それぞれの欲を達することによって、葛藤の多い人生を処することができる。しかし人は神道をもってでも制御できない心をもつことがある。それを一向心(ひたぶるこころ)という。御杖によれば一向心は詠歌(歌を詠むこと)によってなぐさめられる。このように、御杖は心身の処置(すなわちセラピー)として歌道を基本におく。

また、日本で初めて心理療法の体系を分類、記述した井上円了(一八五八—一九一九)は只観法という独自の心理療法を考案している。只観法とは以下のような方法である。最近の出来事から不快なものを取りあげ、それを観察の対象とする。その出来事を感じた嫌な気持ちや不快な感情を思い出し、それに浸る。その感情が十分出てきたら、それをもう一人の自分が見る。何の判断も批判も加えずただ観る。このような方法についてスピノザの倫理学と対比すると、感情への処し方には共通点があることに気づかされる。

(10) スピノザ Baruch De Spinoza (1632-1677) の『エチカ』引用については、畠中尚志訳、岩波文庫版『エチカ(倫理学)』上・下の翻訳を基本とした。また J. Bennet, *A Study of Spinoza's Ethics* (Indianapolis, Hackett, 1984); E. Curley, *Behind the Geometrical Method: A Reading of Spinoza's Ethics* (Princeton University Press 1988)。関龍美・福田喜一郎訳『スピノザ『エチカ』を読む』文化書房博文社、一九九三年、福居純『スピノザ『エチカ』の研究——『エチカ』読解入門』知泉書館、二〇〇二年などの注釈書を参考にした。

(11) ヴィゴツキーとスピノザの関係については、ヴィゴツキー(神谷栄司・土井捷三・伊藤美和子・竹内伸宜・西本有逸訳)『情動の理論——心身をめぐるデカルト、スピノザとの対話』三学出版、二〇〇七年、茂呂雄二『具体性のヴィゴツキー』金子書房、一九九九年を参照したい。また、精神分析や心理療法の源流としてのスピノザの評価については J. Neu, *Emotion, Thought and Therapy* (University of California Press, 1977), Y. Yovel (ed.), *Desire and Affect: Spinoza as Psychologist* (New York, Little Room Press, 1999)。Bennet 前掲書では第14章が 'psychotherapy' となっている。『エチカ』第五部を感情のコントロールに関わる技法書としての読解がなされている。他に森岡正芳「ヴィゴツキーと精神分析」(『ヴィゴツキー学』10号、二〇〇九年 印刷中) 参照。またポルトガル出身の神経生物学者ダマシオは脳のメカニズムに果たす身体と感情の役割について、スピノザの「身体の観念」としての人間精神論を積極的に評価している。二〇〇三年の本は『スピノザを探して』(邦訳

感情のセラピーの源泉をめぐって

- は田中三彦訳『感じる脳——情動と感情の脳科学 よみがえるスピノザ』ダイヤモンド社(二〇〇五年)というタイトルである。A. Damasio, *Looking for Spinoza: Joy, Sorrow, and the Feeling Brain*, Harcourt, 2003.
- (12) スピノザの conatus という概念は、英語、フランス語圏では libido または appetite と訳されることがある。精神分析の本能欲動を表す libido と conatus との概念の連続性に注目できる。
- (13) 知的コナトゥスは自然と文化という人の行動の二つの様相をつなぐものである。感情と身体性との関係でコナトゥスは次のように体験される。快の感情においてコナトゥスは喜びに寄与するすべてを促進し、実現しようとする。牧(「構想」、一七四—一七五頁)の表現を用いると、世界に向かって開かれた姿勢を体感できることとなる。それに対して不快の感情、悲しみはコナトゥスを減少し阻害する。それは世界に向かって閉じた姿勢の中で経験されることである。
- (14) コナトゥスは無制約の自己肯定性を有するといっても、「それ自体で見られる限り」で有効であって、有限様態としての人間は、有限様態同士の相互作用のなかでは、次のような二重の意味での限定を受ける(第5部定理37)。(一)他の有限様態によって存在と作用へと限定されることではじめて現実存在に存在できる。(二)有限様態のコナトゥスは外部の力によって境界確定される。つねに外部の原因、とくに偶然的な出会いの秩序によって破壊される可能性がある。したがって出会いを秩序立てる努力が必要である。この努力は理性の努力に外ならない。福居純『スピノザ「エチカ」の研究——「エチカ」読解入門』知泉書館、二〇〇二年、四三四頁。
- (15) F. Dolto, *Le cas Dominique* (Paris, Seuil, 1971). 小此木啓吾・中野久夫訳『少年ドミニクの場合』平凡社、一九七五年。
- (16) F. Dolto 前掲書、二一七—二一九頁。
- (17) H. Maldinay, *Regard, Parole, Espace* (Lausanne, L'Age d'Homme, 1973).
- (18) 上野蘆「すこやかな生の心理——suffering と well-being の狭間を手がかりに」(『日本保健医療行動科学会年報』第一六号、二〇〇一年)、六頁—八頁。
- (19) Y. Yovel, *Spinoza and Other Heretics* (Princeton University Press, 1989). 小岸昭、E・ヨリッセン、細見和之訳『スピノザ 異端の系譜』人文書院、一九九八年、四九—一頁。