

V.E.フランクルのロゴセラピーについての考察

A Consideration of Logotherapie by Viktor Emil Frankl

齋 藤 繁

Shigeru Saitoh

要 旨

現代の臨床心理学において、重要な位置を占めるビクトール、エミール、フランクルの心理療法(精神療法)の発展経緯を詳らかにし、ロゴセラピーの人間学的心理療法としての意義について考察を試みた。

キーワード:

実存哲学、精神分析、出会い、投企、自己開示、他我の了解、実存精神療法、ロゴセラピー、心理療法的人間学、限界状況、実存的フラストレーション、反省除去、逆説的志向

I 序 説

実存精神医学の誕生と発展の経過を辿りながら、精神療法としての実存分析について以下に簡略に述べることにしたい。

実存分析(Existenzanalyse)は実存哲学を背景として20世紀後半に興った心理療法である。二度の世界大戦を経験したヨーロッパの精神界は、人々の精神的荒廃を目の当たりにし、人間における不条理、人間疎外と葛藤の極みのなかで呻吟していた。

パスカル(B.Pascal)やキエルケゴール(S.Kierkegaard)を祖とする実存哲学は、さらにヤスパース(K.Jaspers)、ハイデッカー(M.Heidegger)らによって発展させられた。人間についてのこのような新たな精神科学的認識の方法は、多くの心理療法家たちに福音をあたえるものとなった。従来の症状中心の単なる療法にとどまらず自然科学的な把握の枠をこえて、直接「病める人間存在」その

ものに迫っていくことが可能になったのである。

ここで実存とは、「人間が真に人間であるという独自性をもった特別な存在(being)であることを意味しており、現代哲学はこの特別な意味として「実存」という言葉を使っている。さらに、「実存する」とは、決断を下し、その実現を図ることにより、その当人のみが自分のために選択し、自分自身を選ぶことを意味する。すなわち排他性にこそ真のしかし厳しい人間性の本質が存在する。

このような考えに立つと、人間はただ単に快樂のためにのみ行動するのではないこと、また力、権力を手に入れることに生きがいを見出すものではないことも明らかであろう。

こうした人間の生き方は、ヤスパースの言う限界状況の体験においてよりよく示されることになるかもしれない。そこでは人間存在の尊い姿とその深さが見いだされ、人間のもつ最高の可能性と醜い限界とがはっきり示されることになる。実存分析においては、「出会い(Begegnung, encounter)」と「決定的瞬間(Kairos)」が重視される。人はこの世界に投げ出されて、世界に引き渡され、みずからに時間を与えている現存在(Dasein)、即ち「世界内存在」(In-der-Welt sein, being-in-the-world)であり、投企(Entwurf)によって開示(erschlossen)することが可能になる、とされる。²²⁾

初期の実存分析は、フランスのミンコフスキー(E.Minkowski)、ドイツのストラウス(E.Strauss)、ゲブザッテル(V.E.von Gebattel)らがはじめ、後期になるとオランダのバン・デン・ベルグ(J.M.Van Den Berg)、スイスのピンスワンガー(L.Binswanger)、ボス(M.Boss)の現存在分析(Daseinanalyse)、そして、オーストリーのフランクル(V.E.Frankl)のロゴセラピー

(Logotherapie)などが展開している。アメリカ大陸では、メイ(May, R.)、マズロウ(A.H.Maslow)らが代表的である。

フランクルはウィーン大学(University of Vienna)医学部の神経精神医学教授であるが、世界的な活躍をしていた代表的な心理療法家の一人である。かれは、人間の限界的状況(Grenzsituationen)の中で、彼の理論がつくられた事を次のように述べている。「新しい心理療法とその基礎をなす人間像は、お役所の机や診療室の机の上で案出されたものではありません。それは爆撃の弾痕、防空壕、捕虜収容所と強制収容所の苛烈な試練の中で形作られたものなのです。」

フランクルの治療学はフロイト(S.Freud)の精神分析の体系に対する批判から出発している。フランクルによれば、フロイトの精神分析を含め従来の心理療法は、人間の精神的現実性をあまりわずかより示していないとし、心的な(Psychisch)段階から精神的な(Geistig)段階へと手を差しのばしていかねばならない、とする。わけてもフロイトやその他の精神分析学者にみられるような「衝動」または、それを制限することを適応と考えようとするような人間像が、まず克服されなくてはならない。そこには人間には固有な「自由と責任性」の基礎は少しも見出すことができないからである。

フランクルの心理療法(精神療法)は、実存分析(Existenzanalyse, Existential analysis)またはロゴセラピー(Logotherapie, Logotherapy)とよばれる。かれは他の実存分析と区別するために、このような呼称を用いる理由について、以下のように述べている。

ロゴセラピーは精神から出発し、実存分析は精神に向ってすすむ。実存分析が人間の精神の何であるかを明らかにするのに対して、ロゴセラピーはそうして明らかにされた人間の精神によって、その人に課された責任に直面するのを回避することから起こる抵抗と取り組むものだ、と言える。

フロイトの精神分析は人間の非人格化、非現実化と人間の価値の低下をもたらしている。「エスという汚物のなかから、超自我という前髪をひっぱられ、自我がよたよたと自分の足を引きずっている姿だ。精神分析は現代の神話だ。いったい全

体河が自分で発電所をつくることがあり得るだろうか。」

フランクルにとっては諸概念の間にみられる矛盾より、その概念の背後にある人間に対する態度が問題である。人間性が歪められ且つ墮落して、人間を単なる衝動の塊りだとか、反射の連続と化してしまい、分析家も患者を人間としてでなく、単なる心的機械装置として扱う心理技術者に墮してしまい、患者になんら個人的責任を感じないようになってしまうという結果を生じていないだろうか。

今日では、ともすると心理療法的な人間学を標榜しながら人間の本当の姿を見失い、人間はエス、自我、超自我といった心的な力からできあがった平行四辺形、あるいは本能、遺伝、環境などの産物としてより考えられていないのではないだろうか。しかし、こうして描かれた人間は、あくまで人間そのものでなく人体の模型でしかない。

また、人間の実存は分析吟味できるものではない。「実存とは、決してわれわれの目の前とか前方に、客体としておかれているものではない。むしろ、われわれの思考の背後に、あるいは我々の中に主体として存在するものである。実存とはそうした意味で、究極的に神秘的、不可解なものである。」実存とは現象学的なもので、実存分析はその説明だと言うことができる。

さて、実存分析はパーソナリティをその人の実存的な可能性と責任という観点から分析し、実存の根底(Urphaenome)である精神、自由、責任を明確にするものであることはすでに述べた。自分が「真の人間である」ことを、はっきりと自覚していくのはその人であり、分析者はただそれを見守っているだけである。

しかし、ロゴセラピーにおいては被分析者自らを発現しようという事実は、「ちょうど巻いてあった敷物をといてひろげることにより、その模様ははっきりと見えてくる」ように、われわれが人間としての発展、あるいはその本質などをはっきりみつめることができるようになることである。

それゆえに、ロゴセラピーは心理療法的な人間学を築き上げることであると言えよう。この人間学は、ロゴセラピーをふくめたすべての心理療法の前提となるべきものである。

フランクルは、人生に意義を見いだすことに失敗した人は、実存的フラストレーション (existentielle Frustration) に陥る。それは人生における「生きがい」または「生きるめあて」を失い、生きることに無意味さを感じるからである。人間の行動は「意味への意志」(Wille zum Sinn) によってなされる以上、人生に新しい意味を発見するように援助することがロゴセラピーだと言える。

フランクルは、自己実現は、本来一つの結果、意味実現の結果であるし、そうでなくてはならない。人間は世界のうちで、自分の外にある意味を実現する程度に自己実現する。逆に人間が、意味を実現せずに自己を実現しようとすれば、自己実現はただちにその正当性を失ってしまう、と述べる。

われわれにとって自己実現はねがわしいものだが、人は一つの目標を達成すると、またすぐ新しい目標が生まれ、さらにそれへと向かわなければならなくなる。このように自己実現はわれわれにとって彼岸のようなものとなる。

人生は自己投企において、自分にとって重要なこと、あるいは有意味なこと、そして至高の価値へと向かっていく。目標に至らなくても行為すること、あるいは目標へと向かっていくことに意義を見いだすかもしれない。人と人との出会いを共感的にうけとめ、自己開示と他我の了解 (verstehen) につとめなければならない。ロゴセラピーによって、実存的フラストレーションを解消し、パーソナリティの再建をはかるために、逆説的志向と反省除去の技法がとられる。

II 実存主義精神療法の旗手

20世紀を代表する傑出した思想家であり、たぐいまれな臨床家であったV.E.フランクル (Viktor Emil Frankl) は、1905年3月26日ウィーンで生まれた。その日はかの楽聖ベートーヴェンの命日にも当たっていた。第二次世界大戦が終結した1945年、南ポーランドのアウシュビッツ強制収容所から生還した後、請われてウィーン市立病院の神経精神科部長の職に就き、ウィーン大学の講師も兼務したが、のちにウィーン大学医学部神経学・精

神医学教授となり、そのかわり米国ハーバード大学、ダラス大学、ピッツバーグ大学でも教鞭をとった。

彼の著書数は31冊あり、およそ24か国語に翻訳された。世界中でフランクルとロゴセラピーに関する著書は1301冊以上にのぼり、また博士論文数は1501篇以上、学術論文は1300以上に及ぶと言う。これらの膨大な資料を入手して読破することは到底かなわないが、フランクルとも知己であったし、日本での彼の業績の紹介者でもある山田邦男は、「それでも人生にイエスと言う」(1947)を推奨している。これに「夜と霧」(1947)、「フランクル回想録—20世紀を生きて—」(1995)を加えたいと思う。

本稿においては、実存主義哲学 (実存哲学と略) を紹介し論じることが本旨ではない。しかし、フランクルのロゴセラピーが、ハイデッカー (M.Heidegger)、ヤスパース (K.Jaspers)、サルトル (Jean-Paul Sartre) らの実存哲学に端を発していることは紛れもない事実であり、その先駆を果たしたキェルケゴール (S.Kierkegaard)、ニーチエ (F.Nietzsche) の影響を否定し得ない。

フランクルのロゴセラピー (実存精神療法) もまた、スイスの精神科医であるボス (M.Boss)、ビンスワンガー (L.Binswanger) の現存在分析と同様に、精神療法としてのフロイトの精神分析の発展とみなされる故に、実存哲学と精神分析の系譜を正しく辿り、正当に理解することが求められるが、ここではフランクルのロゴセラピーを多角的に考察することから、実存哲学の影響を読み取り、また、他の実存精神療法家との比較から、ネオフロイディアンとしての本領を浮き彫りにしたいと思う。

実存主義精神療法には流派が存在しない、と言われるように、その一つ一つがユニークであり個性的である。山田邦男はフランクルの思想には禅の思想に通じるところがあり、またユダヤ教的神秘主義に通じるものがあるという。さらに或る者は、フランクルの心理学に、むしろキリスト教的神秘主義の影をありありと認めるとしている。

フランクルは悲惨なユダヤ人強制収容所の体験を通して「それでも人生にイエスと言う」としたのであり、「意味への意志」「逆説的志向」「脱反省」

の提唱者として、伝統的な精神分析や行動療法を超えた、新たな心理療法の地平を拓いた人であったと考えられる。

Ⅲ フランクルの思想遍歴

フランクルの精神医学への興味は、中学生のころからの精神分析への関心と知識欲にあったと思われる。まだ年若いフランクルは精神的に未熟な若者にありがちな動機を、知識は力であり、それを持つ者は他者に対して影響を及ぼす。いわば知識は他者に対する権力であり、他者を支配し、操縦することができる、と語っていた。それが15歳の時、医学生としての実習における催眠術への興味と辣腕な臨床の手技とであった。催眠術によってかれは「救う力」を行使できたのである。当時、催眠法は一般的な精神療法であった。

フランクルは、さらにこうも述べている。精神科医もしくは精神療法家は、事実としての弱みを超えて、その弱みを自由意志によって克服する可能性を直観的に識ることができるのであり、状況をただ嘆き悲しむことを超えて、その状況から意味をたたかいとり、かくして一見無意味に思われる苦悩を、真の人間的な業績に変える可能性を見出すことができる。このような意味可能性をまったく持たないような状況は存在するはずがない、というのが私の基本的な信念である、と主張する。この信念の本質的な部分が、ロゴセラピーによって主題化され、体系化されたのである。

子どものころは信心深く、思春期のころは無神論的な時期もあったらしいが、教会への関心は、後年、夫妻でヴォティーフ教会で耳にした、ある司祭の説教からであったと述懐している。司祭が神を恐れぬジークムント・フロイトの話と、まったく罰当たりな本である「医師による魂の癒し」を書いたフランクルのこき下しをしていたところに、偶然居合わせたことがあったことが発端となった。精神分析がウイーンではなく、新大陸アメリカでその根を下ろすことができた当時の事情を考えてみれば、至極当然と云えば当然の出来事であった。

高校の卒業論文が、アルトゥール・ショーペンハウアーの病跡を扱った「哲学的思考の心理学に

ついて」であったが、この時期はフロイトの心理学主義に傾倒していたらしい。また、マルクスカレーニンかとか、フロイトかアドラーかといった論議もしていたが、やがて精神療法における意味と価値の問題に焦点を当て、精神療法と哲学の間の境界領域の解明に関心を抱くようになり、これが彼の生涯のテーマとなった。フランクルの研究の背景には、第一にフロイトの心理学主義の克服があった。これがアドラーの個人心理学の傘下に走らせた原因をなした。アドラーの主催する国際個人心理学ジャーナルに、1925年「精神療法と世界観」を寄稿した。

かれが最も深い感銘を受けた研究者はルドルフ・アラス (Rudolf Allers, 1883-1963) とオズヴァルト・シュヴァルトツ (Oswald Schwartz) の二人であったと言う。1929年にフロイトの主催するウイーン精神分析協会を脱会し、独自の道を歩み始めたのであった。

フランクルは心理学主義、社会学主義が生物学主義と同様に、より包括的な現象である還元主義、即ち人間に固有のものを、人間的なものの空間から、下位人間的な平面に還元し投影するといった、いわばヒューマニズム以下の現代のニヒリズムとも言うべきものである。こうした批判からやがて「医学心理学学会」の設立に参画して、1933年にはじめて「実存分析」という述語を用い、ロゴセラピーは「精神療法のウイーン第三学派」と呼ばれるようになった。¹⁹⁾

フランクルのロゴセラピーは、人生から意味を獲得する三つの可能性について指摘する。その一は、われわれの行う活動や創造的な造形である。第二は体験、出会い、愛、そして第三は、変えようのない運命である。この終末的な最期の瞬間においてさえ、人生から意味をたたかいてすることができる、苦悩を超越する最も人間的な能力についてである。

Ⅳ ロゴセラピーの理論的基礎

Logotherapie は心理療法に Logos を導入し、関係づけることにあるが、実存分析の課題は心理療法に実存 (Existenz) を取り入れることである。ラテン語のロゴスは、通常的に、論理、法則な

いし言葉、概念を意味するが、フランクルの語用においては論理とか説得ではなく、意味や価値においている。即ち、意味や価値の根拠、換言するならば世界の根拠としての理性である。以下にフランクルの諸説の紹介を試みることにしよう。

ロゴセラピーは人間をして精神的存在であるとする前提に立つところから出発する。心理療法は精神的なものを見ていない。限界状況のような危機場面に遭遇すると、心理学主義的心理療法はたちまちその力を失う。精神的な危急事態におかれた人間を真摯に受け入れないで、それは手の施しようのない病気か、心的な病とみなす。それは人間的病であると言うよりは、エディプスコンプレックスとか劣等感から派生した、度のすぎた不適応の結果であるとみる。

精神的危急状況において示される人間的な苦悩を掬い上げる、その彼岸にあるものを目指すところの、精神的なものを志向した心理療法こそがロゴセラピーである。精神的病は実に人間的病なのであり、すべてを病気のせいにしたり、通り一遍のカウンセリングや施薬によって、その場をごまかすような心理学主義による心理療法とは全く異なる。

心理学主義による人格論は人格を事物化し、対象化するが、精神的人格にふれていない。実存は客観的にわたしの前に、眼前に立ってはいない。むしろ、常にわたしの思考の背後に、主体としてのわたしの背後に立っている。それ故、実存は自明性（自己開明性）をもち、究極的に一つの神秘性（ein Mysterium）を具有する。実存における具有性が実存の解明の可能性を指示し、実存は単なる心理分析によることを拒否し、実存分析によってのみ解明ができると考える。人間の人格を精神的人格とみなし、その分析の対象に主体という性格を与える限り、そのことが分析の限界を示している。

心理学主義が精神的人格を対象にするとき、その精神作用をも対象にする。この精神作用は本質的に絶えず志向的（Intentionalität）であることから、精神作用が志向的に向かう対象を、自分の側においてもつことを意味することになるが、精神作用そのものが対象にされると、その瞬間にその固有の対象が眼前から消滅してしまう。これら

の対象にあっては、まず価値が、しかも客観的な価値が大切であるゆえに、心理学主義（フロイトの精神分析、アドラーの個人心理学）は、精神に盲目であると同時に、価値に対しても盲目であることが明らかになる。

ところで、実存性と同様に志向性も心理学的分析に逆らう。また精神的人格にその主体という性格が付与されるのは、実存分析によってのみであると同様に、価値の客観的性格は現象学的分析によってのみ保たれる。現象学的分析によって、わたしたちは精神作用を実現する。つまり、価値を見過ごす代わりに、わたしたちは価値をともに認めているのである。

心理学主義は、客観的価値そのものを客観的なものと認めないことによって、客観的価値を主観化する。このようにして、心理学主義は人格を事物化すると同時に、なにか主観的なものを客観化する。この主観的なものの客観化に対して、客観的なものの主観化が対応する。

それゆえに、心理学主義は二つの点で精神的なものに対して過ちを犯している。すなわち、精神的人格の実存性を無視することによって「主観的精神」に対して過ちを犯し、精神的作用の志向性を顧みないことによって「客観的精神」に対して過ちを犯している。

この二つの過ちには二つの修正が必要である。つまり、精神的主体の実存性を無視することに対しては、実存に対する自己省察が必要であるし、客観的に精神的なものへの志向性を無視することに対しては、価値の世界、価値のコスモスを顧みること、すなわちロゴスを見返ることが必要である。

以上にフランクルの諸説の一端を紹介したが、1940年代以降は精神分析や新行動主義が興隆し、20世紀を席卷する勢いをみせていた時期に当たる。このような「魂なき心理学主義に対して反旗を翻したのがフランクルの人間主義の心理学であったと思われる。「心の科学としての心理学」が価値論を排除し、20世紀後半に至ると、心ではなく行動の心理学と化して、つまり「新行動主義心理学」が全盛を迎えることとなり、21世紀に及んでいる。

精神分析は、人間がまるで性欲の塊か、衝動に

支配されたEsの奴隷であるとか、防衛機制と言う心的装置に操られた存在でしかないかのように扱われていると批判されながらも、心理現象として無意識の世界を仮定し、精神の深層分析を試みたところに貢献があったのである。少なくとも人格心理学や心理療法の揺籃として、精神分析が与えた影響は計り知れないものがある。

フロイトの精神分析が心理学主義ならば、フランクルの学説は精神主義の心理学ないし人間主義の心理学と呼ばれよう。フランクルは晩年、わたしは行動療法を批判する気にはなれない。なぜなら自分が受けた数々の批判を、かれらのその思い切った主張によって、うまくかわす役割を果たしてくれたからである、と述懐している。¹⁹⁾ 行動療法批判の嵐をかいくぐって、見事に自己主張を完成させつつあったのである。

V ログセラピーと実存分析

存在(Sein)とは、正しくそこに存在する人についてである。すなわち現存在(da-Sein)そのものである。今を生きる人間は、この世界のうちに投げ込まれた存在(世界内存在、In-der-Welt-sein)であり、この現実のなかにたしかに存在している。あらゆる存在は本質的になんらかの形で他在(Anders-sein)である。われわれが或存在者を認識できるのは、他の多くの存在者から区別できるからであり、一つの存在が他の存在者に関係づけられることによって、はじめて両者(Sein=Anders-sein)が完全に構成され得るのである。つまり相在(so-Sein)であると言える。

存在は他在であり、関係として他在である。言い換えれば、あらゆる存在は関係存在(Bezogen-sein)である。意識(意識存在、Bewusst-sein)は空間と客体との共存を前提とする。即ち、空間次元における他在を前提とするのである。

これに対して責任性(責任性存在、Verantwortlich-sein)は異なる諸状態の継起、現在の存在と将来の存在の分離を前提とする。すなわち、時間次元における他在を前提とするのである。

意識と責任という対概念の存在論的連関性は、したがって他在としての存在が共存と継起という二つの可能な次元に先ず分かれることになかに基

づいている。

フランクルは、ハイデッカー(M.Heidegger)の配慮する世界内存在に対して、愛する「世界超越的世界内存在」を標榜する。

かかる存在としての人間の実存(Existenz)は、自明性を持ち、本質的に個別性(Individuum)と唯一性(Einheit)を特徴としていて、自由と責任、意味と価値追求、自身と他者とを峻別するという意味での独自性ないし閉鎖性と、ふたたび繰り返すことのできない人生の一回生に、その本質がある。われわれは現存在を意味で満たすが、現存在の意味は、常に我々が価値を実現することによって充足される。

実存とは、それによって本質が実際に存在するものであり、本質は実存によって可能的存在から現実化され、現実存在となる。実存は本質によって規定され、本質は実存によって限定される。人間についての社会学的規定や限定は、社会的に決定されるとするが、それは付帯性(属性)の問題として顧慮されるが、より根本的に人間存在は自由な決断の場として他から規定されず自己規定によって現実化される。かかる意味で実存哲学は人間存在を実存と呼ぶ。個人は社会の一構成員にすぎなく、単独では存在できないのであって、社会によって制約される、とする社会主義とは対立する。

Logotherapieにおいて意味と価値を顧慮することは、Sein-sollen(あるべきこと、当為)を顧みることでもあり、そして自由と責任性を自己省察することは、Sein-können(ありうること)をみずから顧みることでもある。ロゴセラピーも実存分析も精神的なものに向けられた一つの心理療法であるが、前者は「精神的なものから」出発するロゴセラピーであり、後者は「精神的なものに向って」いく実存分析となる。

フランクルの思想的立場の根底にあるものは神である。⁹⁾ 彼によれば、神、つまり宗教的人間によって志向される人格的な神は、究極的には、いわば根元的汝(Ur-Du)としての神に他ならないと考える。動物は自身を語ることはできないが、われわれ人間によってよりよく理解され説明される。同じように、人間は神によってその存在がよりよく理解され、存在証明がなされ得る。神の

存在は、動物の痕跡を発見するのと同じような仕方では証明できない。神は死んでいない。ただ、神はその痕跡を発見することで、それが存在したことを証明できる化石のような存在ではない。神は現に存在している。神は考えることができないもの、言葉で言い尽くすことのできないものである。神は、ただ信じ、愛することができるものだ。私たちは、たとえ無意識であれ、つねに、そしてすでに神を志向している。愛のうちに神はあり、「われ神 (Gott) を愛す、ゆえに神あり」(Amo Deum ergo est Deus.) の言葉によって、よりよく表わされるだろう。人間は良心において超越者からの呼びかけを聴き取る。良心は超越者が自らの来訪を告げる場所なのである。¹⁸⁾

ロゴセラピーは意味や価値の客観的世界を前提とするだけでなく、意味や価値そのものを考えに入れる。ところが実存分析の方は、その都度なされるべきものという意味で、ロゴスを提示することに限定されないうで、更に進んで実存を常になしうるものという意味で、喚起することが実存分析にとって大事なことになる。

注意すべきは、実存は常に総合の主体であるから、それ自体総合するとことも分析することもできない。だから実存の分析をするのではないということである。ロゴセラピーもまた従来の狭義の心理療法と同一視できないし、またそれに代えられるものでもない。だが、心理療法はロゴセラピーで補う必要があるだろう。いわば超自我と医師による魂の配慮を怠りなくするために。

ここで、フランクルの実存哲学、実存主義に対する批判的見解について、若干ふれておこう。そうすることがロゴセラピーをよりよく理解することに繋がるからである。

実存哲学の課題が、真なるものを露わにすることが精神の課題であるとされるが、決断や自由に関して、何に対しての、何に抗しての決断であり自由であるのか不明である。人間には意味と価値を充たし実現する責任がある。そして、この意味と価値こそ、あらゆる決断と自由の客観的相関者なのである。われわれは意味と価値とからなる客観的精神世界のうちに、すなわちロゴスのうちに、決断と自由の相関者を見出すのである。

決断に関して客観の側の相関者が欠けていると

指摘したが、認識に関しても主観の側の相関者が欠けている。何と言っても主観の精神的努力が必要である。

フランクルは、精神的存在者が現に、他の存在者の「もとにある (Bei-sein)」これが私たちの命題である、と述べる。そして、存在が開かれ露わになるのは、私が自分を存在に差し向け、それに自分を捧げる場合だけである。この献身は愛と結びついている。さまざまな事物は花嫁のように精神的存在者を待ち焦がれている。そして、この精神的存在者の精神的存在、そのすべての精神性はまさに、事物の「もとに在る」ことができるということにある。この「もとにある」こと、つまり認識はロゴスに依存している。というのも、ロゴスが他方では愛がほとんど考慮されていないことである。ところが、ロゴスと愛という二つのものは、究極的本来的には同じ一つのものの両面、つまり存在そのものの両面にほかならないのである。実存主義は主客分裂に成功していない。つまり、決断には客観が、認識に関しては主観が無視されているのである。決断に対する客観的相関者を、そして認識に対して主観的相関者の双方を共に考慮に入れることによって、実存主義の修正を成し得るものと考えられる。

VI ログセラピーの技法

(1) 逆説的志向 (Paradoxe Intention)

心因性神経症の治療のために、自己距離化能力を意図して逆説志向 (Paradoxical Intention) の技法が用いられる。フランクルの神経症理論においては、3つの病像成因的反應モデルが区別される。^{11,17)}

第一は不安神経症の症例である。クライアントはある症状に対して、それが再発するのではないかという恐れ (予期不安反応) を示す。この予期不安は症状の再発を誘発し、患者の恐れを強化する役割を果たす。クライアントは、たいてい気を失うのではないか、心筋梗塞や卒中を起こすのではないかとおそれる。また、どうかすると不安そのものに不安を感じることを、不安であることを恐れることもある。そのため、仕事を控えめにしたり、家から離れることを避けようとする。典型的

な症例は「広場恐怖」であろう。恐怖症や強迫神経症は、不安を引き起こすような状況を避けようと努力することに一因がある。神経症はある意味で条件反射機制によると言えるかもしれない。

精神分析に基づくあらゆる精神療法では、条件反射の一次的条件付けを、すなわち神経症が最初にあらわれて外面的、内面的状況を意識的に明らかにすることが何よりも重要であるとされる。ロゴセラピーでは神経症という条件反射は、予期不安という悪循環 (Vicious circle) によって軌道づけられたと考える。この悪循環を断ち切り、抜くために逆説志向の技法が適用される。¹⁷⁾

第二は、強迫神経症の症例についてである。クライアントは押し寄せてくる強迫観念に圧迫され、それを抑制し無意識下に抑圧しようと努力するが、この逆圧はかえって圧迫を強める作用をし、ついに悪循環に落とし込み、治癒困難な慢性的症状を形成してしまうのである。不安神経症のクライアントの特徴はそれから逃げ出そうとし、逃避的であるが、強迫神経症のクライアントは、強迫観念と闘い、抵抗するところに特徴がある。

強迫観念の成因を考えてみると、クライアントの意識のなかには、強迫観念がある精神病の徴候なのではないかとの恐れがあるか、また、だれか他人が自分に危害を加えるのではないかと恐れていたことがある。つまり、強迫神経症のクライアントは不安そのものではなく、自分自身に対して不安なのである。このような逆圧と病識形成の悪循環から脱出させ、根底からの転換を図ることが逆説志向の課題である。

逆説志向の命題は、不安神経症において、「これまでずっとひどく恐れてきたものを、いまこそ望むように」と指導 (カウンセラー) される。強迫神経症の場合は、「これまでずっと恐れてきたものを、いまこそ決行するように」と指導することである。かかる技法の有効性は、通常的には治癒困難な慢性的強迫神経症や性的不能症、不感症においてさえ、行動療法や他の治療法をしのいで著効をあらわすことが、数々の治験例によって証明されたのである。

たとえば、L.M.Ascher (フィラデルフィア大学ウォルピ門下) の入眠障害 (不眠症) の治験例では、行動療法によった場合、入眠に要する時間

が48.6分から39.36分に短縮するのに10週間かかったが、引き続き実施された2週間にわたる逆説志向法では10.2分に短縮できた。フランクルは慢性強迫神経症の症例を、それぞれ逆説志向法適用群 (標的症候群) と何もしないで観察する群 (統制症候群) を編成して比較したところ、標的症候群の症状は2,3週間で焼失したという。著効をあらわしたのである。

第三の病的反応モデルは、性神経症の症例に見いだされる機制についてである。快楽の追及は、ある時には過剰な快楽の追及ないし快楽への意志、不自然な過剰志向へと走らせる。その結果は性的不能に陥ることになる。快楽を手に入れるためには、自己献身と自己忘却を経由して結果として得られるもので、いかんせん快楽を得ようとすればするほど逃げて行ってしまうものらしい。

性神経症のインポテンツやオルガスム欠如の症状は、こうした過剰志向の結果、悪循環を形成したものである。性行為は要求的性格を持っており、義務と責任を果たそうとする強迫観念が、パートナーによっても自身の側からも生じ得ると考えられる。

つまり、自身の自我からの強迫であるか、あるいは状況 (violent sex) からの強迫であることもあり得る。なんと言っても、パートナーシップの欠如が問題であろう。

ロレンツ (K.Lorenz) によれば、自然状態において動物たちは、雄が雌を追尾すると雌はきまって思わせぶりに逃げ回り、ついには交尾に成功するのが通例であるが、逆に雌の方が雄に対して積極的に向かっていくように仕向けると、当の雄は反応しなくなるという闘魚の実験例を報告している。

以前に、日本動物心理学年報に紹介されたメダカの求愛行動の例では、雄は雌の周りを幾度か円舞を繰り返すが、雌が応じないで半円を描いて遊泳して逃げ去る場合は、交渉不成立となる。しかし、雌が雄に同期してカドリール遊泳をしたときは、カップルを形成すると報告されている。トゲウオ科のイトヨのような川魚の場合、産卵期には、先だて雄の巣作りの上手・下手が鍵となる場合もある。

逆説志向の他の例には心臓神経症がある。クラ

イベントはすっかり体が、心臓が悪いものと思ひ込んでいる。だから、ちょっとしたことで動悸がし、胸苦しくなり、あまつさえ呼吸困難に陥ったりする。もはや歩行もままならず、その場にしゃがみ込む次第となる。何度か救急車の御厄介になることもあるが、病院での診断はいつも正常である。実は、医師の顔をみただけで安堵し、正常脈拍に立ち戻るわけである。それにも関わらず当人はいつあの世行きになるかと深刻な不安におそわれ続ける。

セラピストが、このような人に「思い切って庭に出て、立木の植え替え作業をしてごらん下さい。私がついていますから。」と督励して、強引に作業開始を命じたところ、クライアントは意を決して作業にとりかかったという。結果は心臓痛もなく、また心臓発作も心停止も起こらずじまいで、当人もこれですっかり自信をつけ、まもなく。心臓神経症の症状はあっけなく消失してしまったと言う。

これに付言して、「これまで心臓神経症での死亡例はない。」とか「そんな話は聞いたことがない。」などと権威的に助言することで、いっそう奏功するものと思われる。実際的にもおおくの場合、心臓神経症ではそうやすやすとは死ねないわけだし、むしろ精神的抵抗力の低下による心気症や消耗症になる心配の方が大きいであろう。

(2) 脱反省又は反省除去 (Dereflection)

さて、もう一つのロゴセラピィの方法について説明することにしよう。過剰反応の治療には脱反省の方法が有効である。上述のインポテンツや不感症のような症例には、両性ともに相手の魅力や能力についての評価が妨げとなっていることが多い。過去の不幸な体験があれば、その予期不安が呪縛となり、それが待ち伏せとなって望ましい結果を得ないこともある。意識過剰や過緊張がかえって緊張を高めてしまうことはよくあることである。若し何らかの機会、方法で自然な状態に帰れば念願は成就すると言える。要は、性不能症の症例においては、待たされれば待たされるほど、お預けをくうほど首尾は上々吉となる。

今ここに、癌末期を迎えたひとりの看護師が居るとしよう。そう、彼女は独身で晩年には看護師

長として病院勤務を続け、挙句の果てが再生不良な病に罹ってしまい、今度は末期がんの患者としてベットに身を横たえ、終焉を待つ身となったのである。

「どうして、このわたしがこんなことになってしまふの、神様は無慈悲です。不公平です。」と、自らの不運を嘆き悲しむ日々が続いた。「わたしは大勢の患者さんを献身的に看護してきました。なにひとつ教えに背くことなんかありませんでした。それなのに、ああ、なぜなのでしょう。」と。

そこで、主治医が、こう語りかけたでしょう。「これまであなたは大勢の患者さんのお世話をし、今日まで多くの人々に感謝されて生きてきたのです。だから、一人ひとりの患者さんの事を想い出して、この私に話してみてください。」。来し方を振り返り彼女の回想はさらに回想を呼んだ。それからというものは、彼女のベットサイドは明るさをとりもどしていった。本当に生き生きした表情で話し始め、いつもの彼女にかえっていったように思われた。数日後彼女は安らかに永遠の眠りについたのである。

人生には運、不運はつきものである。悪い籤を引いてしまった。病気になる、交通事故に遭うなどいろいろな出来事があるとしても、事がうまく運ばないとき、ともすればひとは他人を呪い、他に責任転嫁して止まない。果ては神仏を恨みさえする。所詮は、「曳かれ者の小唄」か「負け犬の遠吠え」なのだろうか。それでは決して浮かばれはしないし、癒されることもない。

脱反省の本旨は、誤った観念、相手か自分に対する一方的な考え、あるいは過剰な意識から脱出する手だてを示唆するところにある。上の例のように「善行を施せば必ず報いがある。」と信じきっていたところに、まさかの不慮の終末宣告を受けなければならないという不条理、それはユダヤ人絶滅強制収容所のV.E.フランクも同じであった。かれは、アウシュビッツに到着して直ぐ、危ふくガス室に送られるところであった。

フランクは、「なんらかの意味に方向づけられている人間」は、その意味に対して義務を負っていると感じます。その意味に対して責任を感じます。そのような人は、極限状況下で他の人よりも生き延びる可能性はるかに大きいのです。た

とえ宗教的な意味で主なる神に対して義務感を抱いている場合であっても同様に考えられます。あ
のとき、あんなにもたくさんの人々（およそ600
万人、800万人とも）が死んでいったのです。同
じ状況下で比べてみれば、意味に向っている人た
ちは、そうでない人よりも生きのびる可能性はは
るかに大きいのです。」⁶⁾

ここで、ひとりの看護師の人生の意味とは、
いったい何であったのだろうか、上の事例をふ
たたび反芻してみたい。長い人生行路の軌跡を丹
念に辿ることで、真の反省的思考をめぐらすこと
によって、己の真実に到達できたのか。家族もな
く孤独なひとりの老女の生涯が、充実した日々と
しての認識に変換していったとき、彼女のこころ
は至福の感情にみたされたのである。「そういえ
ばこんな患者さんがいましたよ。それがね、とっ
ても滑稽なことばかり言うの、あの人はいい人で
したよ。ほんとうに。」とか、「それに、こんな
こともありました……」。彼女の思い出話は尽きな
かった。看護の仕事一筋、ひとへの奉仕が彼女の
人生の課題であり意味であったとすれば、彼女に
とっては、看護こそは至高の価値と言うべきもの
であった。最後まで命ある限りそれを成し遂げたい
という願望と、それへの充実感は人生の満足感
となり、万福の幸福感に包まれることになる。た
とえそれがささやかな貢献であったとしてもであ
る。まさしく「長者の万燈より貧者の一燈」であ
ろう。そこには、多くの人々による惜別と祝福と、
そして神の赦しと神の愛があったと信じられる。

Ⅶ 実存的苦悩の彼方に

(1) ニヒリズムとヒューマニズム

フランクルが指摘するニヒリズム (Nihilism、
悲観主義、虚無主義) とは、所詮人間も自然生態
系の一部でしかないとする生物学主義のことであ
るが、無意識層にうごめく衝動と自我、内部的
装置が快感原理と現実原理とに支配された人間を
仮想する精神分析などの心理学主義もまた同族と
みなされる。そして、群居本能のままに群れを成
し、またある時は因習と慣習のなすがままに、集
団の規準すなわち社会規範や道徳規範に従いなが
らも、尚かつ集団帰属に執念を燃やし、社会正義

の旗印の下に火の中水の中を厭わず、社会貢献し
殉教しなるとする存在として人間を定義する社会
学主義を指示している。¹⁸⁾

これらのものは相対主義機械論に脱し、すべて
の人間存在は相対化され、社会権力の一つのコマ
か一つのボールでしかあり得ない。大義のために
小義は捨てられ、国家正義のためには個人の犠
牲を厭わない。個人的存在の意味も実存的苦悩も
矮小化され無視される。現実の人間は人造の小人
(Homunkulus-homo) か、操り人形のように扱わ
れる。

ニヒリズムは本来存在を否定しはしないが、む
しろ存在の意味を否定すると言った方が当たって
いるであろう。現実が生理的現実ないし心的現実
に還元されると、それぞれ生物学主義、心理学主
義となる。同様に、社会的現実還元されると社会
主義の仮装の下にあらわれる。

政治と行政は、社会福祉の実現のための方策
を提案して政を行うが、その背景を成す理念は
ヒューマニズム (Humanism) に基づかなければ
ならない。ヒューマニズムは西欧近代の人間
尊重主義、人間中心主義の思想を指すが、18、
19世紀の人文主義を言う場合もある。封建支配
からの脱却を意図し、人間解放を求めるマル
クス主義ヒューマニズムもあるが、人道主義
(Humanitarianism) とも呼ばれることがあるよ
うに、博愛・平等、人権尊重、平和・無抵抗主義
などを特徴とする場合もある。さらに、倫理的側
面を強調する宗教的ヒューマニズムもあり得る。

人間中心主義の思想は、政治、経済、教育、宗教、
医療、そして何よりも社会福祉の分野において、
絶えず問われる問題であり、各分野に最終的研究
目的は「人間における幸福 (Wellbeing, Happiness)
とは何か」を問うことであり、それを実現するこ
とである。「最大多数の最大幸福」をスローガン
とする政治や行政もまた、その彼方に一人一人の
幸福を希っていることに変わりがない。

さて、いまここで改めて20世紀の人類は幸せ
だったのだろうかと反問しなければならない。国民
を代表するリーダーである政治家たちが、ナ
ショナリズムの旗を振り、如何に国民一人一人に
多くの犠牲を強い、また如何に甚大な災厄を齎し
たことか。

生活が便利になればなるほど、科学が進歩すればするほど、人類は大量殺戮を平然と行い、互いに人間不信に陥っていったのではないだろうか。科学信仰が神を不在とし、商業主義が人々のこのころの中まで毒し、金銭と物に執着させてしまったと言えないか。そして、21世紀の人類もまた、相変わらず博愛、自由、平等、平和、人権尊重を旗印として、多くの犠牲を払いながら闘っていかなければならないのだろうか。

まさに現代のヒューマニズムは危機的状況にあると言えるだろう。それは二重の意味においてである。その一つは人類史における闘争の歴史、即ち戦争の歴史上の問題である。ひとはなぜ争うのか、生存競争に敗れば明日はないからなのか。

WHOの精神保健の定義にもあるように、「戦争はひとの心のなかで起きる。」ひとの心の悪が象徴的にあらわされ、現実に行われる殺人行為が戦争である。戦争を遂行する人々、つまり戦士はごく普通の健常者たちであり、家庭人であることに留意しよう。

戦争をする国同士の国民は、互にこう言い合う。「われわれは正しい。神と国家正義の名において、汝を征伐する。われわれには神のご加護がある。悪魔と邪教徒、異端者に死を。」である。ならず者や犯罪者たちも負けてはいない。きまって、「われわれよりも悪い奴が他にもたくさん居る。かれらは裁かれない。わたしがこうなったのも社会のせいだ。世の中が悪い。」と異句同音に言う。独断と偏見とご都合主義がまかり通る。そして、「悪い奴ほどよく眠る。」のであり、また、「低賃金で働くより、何もしないで福祉で食った方がまし。」と言ってうそぶく。

かかる矛盾と不条理の世界をわれわれはどう説明できるのだろうか。国家正義と功利主義による正義、あるいは宗教上の正義に基づく聖戦とは触れ合わないのか。そのいずれもが相対主義か論理的還元主義の産物にすぎないものなのか。曰く、人類史上において久遠に不可解な問題ではある。ここで筆者は政治論議や神学論争をしようとは毫も思っていない。専一現代のヒューマニズムの危機の第二の問題点について論考することにある。それは存在論からのより根本的な問いに関係している。

フランクはニヒリズムの誤りを、存在の意味の否定にあるとした。そのことは、即ち人間をロボット化し、また衝動の束か、あるいは政治・社会的人間としてみることにほかならない。人間の本質はこれに尽きるものではなく、本質的に人間はなによりも先だつて苦悩する存在であり、意味豊かに苦悩し、苦悩を成し遂げる存在である。苦悩(Leiden)は人生における十字架の試み、試金石、証のための実証である。人生は苦悩において、その実を示さなければならない。

そこで、苦悩の意味の解明を求められるが、苦悩を成し遂げんとするとき、超越即ち超意味(Ubersinn)についてもかかわらざるを得なくなる。超意味とは有意味を超えているというもので、全体は意味を持たない、捉えられないものだから、それゆえ超意味と言うのである。

フランクは、私たちはただ、すべてが意味に満ちている。超意味を持っている、と信じていることができるだけである。しかしそれがどんな意味を持つのか、どのような意味ですべては超意味に満ちているのか。……これらのことは一切、知ることはできない。さらに、究極の意味、超意味は、もはや志向の問題ではなく、信仰の問題である。私たちはそれを知的な基盤で捉えるのでなく、実存的な基盤で、私たちの全存在から、すなわち信仰を通して捉えるのである、と述べている。

人間学における本質論ないし存在論においては、人間を前面に押し出し、人間自身の側から人間性を解明しようとして中心におこうとするが、それは人間の内在にとどまりながら、人間主義に凝固してしまう危険性を生じる。

ところで、人間の現実存在の理論である実存哲学が超越と超越性(人間実存が超越性におかれてあること)を、考慮の外におこうとすると、同じように一つの実存主義に頹落してしまう。人間学が人間主義の危険から、実存哲学が実存主義の危険から身を守ろうとするならば、それらは超越を無視しようとしてはならない。すべての人間にかかわる学は、こうした超越にたえず関りを持っていると考えられる。

それゆえ一つの主義に固定しないで内在的観察方法を主張し、内在に固執することは、結局、端的に言って科学にとっては不可能なのである。人

間実存についての本質論が超越にかかわることを躊躇う理由はすこしもない。「宗教無き科学は片輪であり、そして科学無き宗教は盲目である。」としたのは、他ならぬアルバート・アインシュタインであった。¹⁸⁾

さらに、シーラーの詩節に寄せて、第九交響曲を作曲したルートヴィヒ・バン・ベートーヴェンのテーゼは、「苦悩を突き抜けて、歓喜にいたる。」(Freude durch Leiden)であった。ベートーヴェンの生涯は生活苦の連続であったし、その上、音楽家にとって致命的な重い耳疾を患うという不幸にも見舞われたが、それにもめげずに、数々の人生の苦勞と、また、おそらくそれ以上に、芸術上の苦悩を超越して、ついに歓喜に至るとしたものと考えたい。それにしてもわれわれは、何かしら彼の弾む息づかいと悲痛な叫び声を、どこかで聞く思いがするのである。

パスカルは、その著「パンセ」のなかで、人間が平常はいかにも享樂的で、快樂を追求する存在であるかについて皮肉っているのだが、それはフロイトの「性欲論」においても同然である。元來人間は快樂主義 (Hedonism) 者なのである。それにひきかえ、実存主義者たちが多くは無神論者の群れであったことは差し置くとしても、どこか悲觀主義的 (Pessimistic) であると同時に、なにほどか虚無主義の影が漂うのである。言うなれば暗いのである。これはそのまま20世紀という時代に対して必然した同時代精神の反映であったとみれば、首肯できないことはないように思われる。しかし過酷な時代を生きつづけ、非人間的な状況と真っ直ぐ向き合い、真摯に生の意味を尋ね、なおかつあくまで人間性の本質に迫ろうとしたかれらの態度には、おおいに賛辞と敬意を表さずにはいられない。

(2) 自己実現と実存的苦悩

人生は自己実現 (Selbstverwirklichung, Self-realization) への道である。自己実現は絶えず下方への落下にはじまり、底へ達し、それによってより高みへと上昇するプロセスであると考えられる。A.H.マズロウ (A.H.Maslow) による人間行動の動機論は、人生で人々は度々遭遇する挫折や不幸にもめげずに困難に立ち向かい、ついには人

生の目標に到達し自己実現に至る道筋について述べている。

ひとは至高の価値へと向かう。しかし、それは容易に手に入るものではない。自己実現の困難は苦渋に満ちた人生を物語る。ものごとが順調に推移している場合は水平運動、つまり共同世界の周囲の人々との協調と協力が課題になる。

だが、いったん物事がうまくいかなくなると、垂直方向に真っ逆さまに落下し始めるが、そのような時、大きな落下を避けようとして最大限の努力が払われ、すんでのところであやふくも難を逃れ、安堵の胸をなでおろすことになる。共同世界の関係性を保つ限り、落下の振幅は最小限にとどめられ、底に至る落下は防げるので、容易に挫折することは無い。世間体を慮るのは見栄を張ることのためばかりではなく、他人に迷惑をかけたくはないし、常々世間のお役に立ちたいと思っている。そうすれば、まさかの時は助けてもらえるかもしれないし、相互扶助ということもある。諺にも、「人を思うは身を思う。」「世は相持ち。」「渡る世間に鬼は無し。」がある。

それでも、人は共同世界の関係性の体系と自らを同一化し、自らの実存を既存の関係性の中に委ねている。われわれは自分の自由意思とは無関係に特定の現実世界へと投げ出されている存在者 (被投企性) であるが、それと同時に、己を自らの意志で前へと向かって投げ出し、企てることで自分自身を自由に創造し、自己の可能性を展開していく存在者 (投企) である。

かかる固有の自己、即ち自己投企 (Selbst Entwurf) の放棄は、自らの運命を他に譲り渡し、たとえ挫折を経験しても、何ごとも無かったように、新たな共同世界の規定性のうちへと自らを頽落 (verfallen) させていく。それ故、己の実存との出会いに失敗するか見失うことになる。「私は誰、何のために生きているの、だれか教えて。」となる。

自己実現の困難の第二の問題は、沈滞が長く続き落ちるところまで落ちないで、不幸、敗北、没落のなかで苦しみ、脱出不能に陥ることである。不慮の事故に出会うと、人は不運を嘆き、不都合な環境を呪い、神を恨み、義憤に荒れ狂い、それが自分であるはずはない (話が違う、なんでこの

私が) と思い、自分自身から逃げ出そうとするが、逃げ出せないと解ると、ひどい挫折感を味わい、不幸にも奈落の底に墜落するときのような、救いの無い儂い感情に襲われる。

キューブラー・ロス (E.Kubler-Ross) によれば、自らの死が間近に迫ったとき、人はその事実を容易に受け入れることができない。死ぬという事実の否認、怒り、神との取引、抑うつ、さまざまに策略を企てながら煩悶する。まったく、できれば不幸や挫折を避けて通りたい。不幸がふりかかったとき、誰も静観できるものではない。たいていは世界に自己を埋没させ、問題を希薄化させて逃避的姿勢をとりがちになる。しかし、あらゆる逃避の手段を尽くしても、結局は自己の存在が自己自身のものであること (自己投企) から逃れられない。この事実を悟り、沈着な態度で当の挫折や不幸を背負っている自己自身の存在に気づくことが、「底」に到達するということである。あとは上へ向かって上昇していくよりない。ふたたび自己実現へ向けて自己の再建がはじまる。

最も深刻な自己実現の困難は、再び共同世界へ踏み出て高みへと向かって上昇するときに、共同世界の障碍ににあって、再び地に落とされてしまうということである。忘れてならないのは、はじめに落下が始まったのは共同世界においてであったという現実であり、事実である。たとえば、不登校の子どもは再びいじめっ子に遇わねばならなくなる。

自己実現は内的プロセスとして進行するが、あくまで共同社会における現実的な過程でもある。自己実現が垂直方向に下降して深さへと到達するだけでは十分ではない。水平性を経験し、現実を知ることでもある。共同世界には多くの障碍が待ち受けているゆえである。

垂直性の運動は水平運動に優越するのだが、たえず水平運動の影響の下で行われる。このような相互の関連性について、L. ビンスワンガー (L.Binswanger) は、高く昇る事と多くへ歩むこととの釣り合いを意味する「人間学的均衡」(anthropologische Proportion) の概念を提案している。理想的な人間実現の在り方としては、「縦横の自由自在な流動のバランス」が重要であるとする考えもあるが、三次元的な球体である円形を

成すとたとえる人もいる。最澄の天台宗の教えでは、「円頓の境地」(完全な悟りを直ちに実践すること)こそが、理想的な自己実現の姿であるとされる。

楽聖ベトーヴェンは、マリアエルデディ夫人宛ての手紙の中で、「苦悩を突き抜けて歓喜に至るのです。」と記した文章の主語に、「最も信仰に篤い人々は」と記していたのである。「人生七転び、八起き。」「艱難辛苦汝を玉にす。」とは言い得て妙である。斯様さほどに自己実現の道は険しい。われわれの周囲において、人生において自己実現を果たせた人は如何ほどであろうか。

フランクフルは言う。自己実現は果たそうとしても、所詮果たせるものではない。自己実現とは、丁度絨毯を繰り広げていくようなものだ。そこにはいろいろな人生模様が展開するであろうが、それには終わりが無い。一つの目標に到達すると、またすぐ次の目標があらわれ、それに向ってつきすすむ。人生は新たな目標の連続であり、それは生きている限り続くのである。自己実現は本来一つの結果、意味実現の結果にすぎない。人間における死が最終目標地点である。人間は死に向かって生き続ける存在である。死は儂い。しかし決して無価値ではない。死こそ生に意味を与え、たとえ己の肉体が減びても、自己の実存に意味を与え、実存の意味だけは死後も存在し続ける。¹⁶⁾「死は無意味ではない。あなたが人生で出会った良いことを、努力して得たもの、そしてあなたが果たしてきたことを、誰が消し去ることができるでしょうか。」とフランクフルは言う。⁷⁾ 生きる意味は、意味への意志によって与えられる。

自己実現の道は、手を差し伸べると遠ざかってしまう彼岸のようなものであるかもしれない。彼岸はすべての人々が到達したいと憧れ、念願する目標地点であるが、それは希望のエルドラド、極楽であり天国である。人は死後裁かれるといわれるが、天国への道は現世にあり、いまを生きるひとの心のなかにある。現世において煉獄があり、地獄がある。天国の階段を目指す大勢の人々の姿を、われわれはロダンの作品「地獄の門」(The gate of Hell) にみることができる。

ダンテの壮大な詩編「神曲」においては、現世は前世と来世に繋がっている。そして、地獄と天

国の問道として煉獄があり、それらは現世に生きる人の心のなかに現存する。神は愛であり、愛はこの宇宙を動かし支配する。

人は現世においてこの世の地獄を見るが、もはやこうしたことについては科学の手に負えやしない。救いと癒しを安易に他に求めれば、再び運命の破壊にいたずらに曝される。自らの力を信じ、自己投企に目覚め、この人生の暗闇に灯りをともすよりほかに道はない。生きることは悩み、そして苦しみ、だが人生は喜びと楽しみに満ちている。実存的苦悩とは投企の実現にある。

(3) 意味への意志

意味への意志 (der Wille zum Sinn) は、「生きる意味」を探し求めることにある。¹⁴⁾以前にジョンホプキンス大学が実施した48大学の学生に対する調査によると、その中の78%が「自分の人生に意味と目的を見出すこと」と答えたという。お金儲けですと答えるとしても、本音では「自分にとって意味のある仕事をしたい。」であろう。社会経済状況が悪しければ、こうした願いは叶えられず路頭に迷うしかない。「人生は無意味だ。人生は空虚だ。」と言うのは、自己の本来の願望、希望が叶えられないことへの実存的苦悩を表わしている。この私は社会にとって無用であり、生きる価値さえもないのか。アウシュビッツという絶滅収容所で早晩殺される運命にあった若者たちの一人一人が、大好きな小説や科学書をリュクサックの中に忍ばせていたと言う事実、おそらく大事な家族の写真、お守りやアクセサリなどもであろう。

「人間的な、あまりにも人間的な」と言うとき、その「人間的 (humanistic) とはいったいどういうことを意味しているのだろうか。「あの人は音楽的である。」というときに準えたとすると、音感がいいとか演奏技術がプロはだしであるとか、あるいは作曲・鑑賞能力にすぐれている。つまり、音楽美の表現が天性すぐれているか、美の認識に才能があることになる。「人間的」とは、道徳・倫理的次元で語られるとき、人間内部の自己矛盾、人間的弱さは捨象され、「尊敬できる」「立派な」「才能がある」「世話好き」「優しい」などの特性を示す人を指すことになる。孟子は「人に三樂あ

り」として、一に健康、二に家族、三に自分の仕事や経験を伝えるべき弟子か後継者が居ることである、として、人生の幸福について述べている。

しかし、芥川龍之介、太宰治、三島由紀夫、川端康成ら自死した作家たちの場合は、自ら命を絶ったという点であまりにも人間的な悲劇であると言う他はない。文学界における数々の榮譽と名声、文化勲章、ノーベル文学賞もその生をつなぐ縁とはなりえなかった。社会的にみればいずれも人生における破綻者の一群に属することになる。

だが、かれらは唯一すぐれて創造的であったことである。悩み苦しみ、苦悩のあまり呻吟し、のたうちまわる、内部的自己矛盾、不合理、虚偽を孕んでいた現実存在として、自己省察と反省的思考の果てに自ら悩み、打ちひしがれてしまったのも、人間らしいと言えなくもない。

社会福祉が弱者、特に社会的、経済的弱者のためのものであるとする定義は、社会の落伍者としてあまり人間的でない存在を対象化し救済を図ることになり、社会学主義が実存に対して否定的であることにつながることになりはしないだろうか。逆に人並み以上に見える、利他的である、社会的に成功することが人間的であるというならば、建前と本音を使い分けることを常とする社交家は、仮面的適応者であり、本質的に人間的とは言えないのではないか。なぜなら社会適応において、自己隠ぺいと自己欺瞞が内潜するからである。人間的弱さを曝け出す、矛盾だらけであることもまた人間的であると言えないだろうか。これらは本来的に人間性の両面であるからだ。

さて、動物愛護家が肉食を常套とし、「腐った肉に文句を言う。」のは何故なのだろう。ただし魚も肉も食さないというなら話は別である。西洋のカーニバル (謝肉祭) は、人間のために犠牲となった動物たちに敬虔な祈りを捧げて断食するのだが、その前に感謝のうちに盛大に歌い踊り肉食する慣習 (カトリック教徒の四旬節) である。つとに欧米では動物愛護団体の活動は盛んである。古代からの狩猟民族の伝統が息づいている。このことはご都合主義の臭いはするが、はるかに人間的であると言える。しかし許しを請えば何をしてもいいという訳でもあるまい。農耕・漁労・狩猟の古代儀式は、現在においても民俗行事の中に息

づき、引き継がれていると考えられる。

愛児を殺された両親が犯人に謝罪を求めるのは、非人間的（愛のない）行為・状況に堪えられないからであり、そのままにしておくことが人間的であると認めがたいからである。そしてまた加害者に被害者の最後の状況を問いただそうとするのは、愛すべき身内が遭遇した不慮の人生の終焉についての真実を知りたいからであろう。われわれ人間は誰でも、いつでも、どんな状況においても真実を求め、人間的でありたいと願っているのである。

この地球上においては、神と正義の名において戦争をし、相手国民の生命と財産を奪い平然としている。正しい戦争なんだから兵士はいくら人を殺しても罪に問われない。それどころか国家的英雄か軍神として称えられる。一方では負けたんだから、戦争だから殺されても仕方がないと考えるのは、現代においてもまさしく人間的であるのだ。

歴史を辿ってみよう。実のところ人類史が君主と戦争に彩られた歴史であることに気づく。科学の進歩、即ちノーベルのダイナマイトの発明、キュリー夫人のラジウムが発見が、20世紀の戦争を変えたと言っても過言ではない。史上まれにみる非人道的で、あまりにも残酷で無慈悲な許しがたい悲劇が地球上を覆ってしまったのである。社会的現実には不合理、不条理、矛盾が満ち満ちている。それらを隠蔽し、正当化し、政治宣伝を行い、諸矛盾の統一というスローガンを掲げて、人々に希望を与えようとするのが「人間的政治」というものである。

人間的とは「人間性が豊かである」と言い換えてみればわかりやすくなる。とすると、ふたたび人間性（Humanity）とは何かが問われることになる。われわれの命題は一貫して人間性についての問いかけであった。意味への意志は、人間の人間らしさ、つまり人間的であることへの答えである。人間的であるためには、人生における無意味感、虚無感を極力取り除いていく必要がある。精神的に健康であること、善意の人であることがねがわしい。それは実存の自己超越性によってのみ可能である。自分自身とは違う他の誰かに向けて、出会うはずのもう一人の人間、あるいは愛する人に向けて生きて、はじめて人間的に生きられるこ

とを意味している。

自己実現と呼ばれているものも自己超越によってもたらされる意図せざる効果があり、もし意図的に自己実現を目標にしてしまうことは、破壊的で、自滅的な結果を招くことになるだろう。

なぜならアルピニストのエベレスト登山か、冒険家のさらなる冒険に似ている。世界チャンピオンは、いつかその座から引きずり降ろされる。それで、かれの自己実現の挑戦は終わってしまったのである。だが、まだ人生が終わりになったわけではない。所詮、自己実現の追及は自己満足で終わる。「私は自分をほめてあげたい。」とのつぶやきがきこえる。

パスカルは、「パンセ」の中で、退位した王様が、もはや日常生活目標もなく、誰からも顧みられなくなった結果、たちまち人間性を喪失する有様を物語っているが、他者依存、他力本願のままでいくと自律性を失い、意味喪失につながる危険性があることの証左である。

アルプスの頂上を極めた登山者には、一層の下山の危険が待っている。またアイドルの自殺には、厭世的というより、それ以上に人気絶頂の今、やがておとずれるであろう人気の凋落に耐えられない（自己の存在が無意味化する）という予期不安が、一瞬よぎっていたのではないかと推察される。もしかしたら人は幸福の絶頂にある瞬間において、「死んでもいい、今なら死ねる。」と予感することがあるのではないだろうか。それは死をも恐れない幸福感（生死一体感、死生一如）にみだされた人間の姿ではある。これが親子心中、相対死（心中）の心理機制に通じるのかもしれない。

幸福な家庭に育った幼児は勇んで遠くまで冒険に出かけ、迷子になったりするようなこともある。反面不安な子は家から出ようとしない。長じて愛に包まれた若者は命を賭けた冒険に赴く。深い愛情は勇気を育むのである。そして愛があれば病者は安らかに死に赴くことができる。

しかし、病者には主観的にも客観的にも現実の死は無く、ただ眠りがあるだけである。正確には「病者は安らかに眠りに就いた。」のである。われわれが認識できるのは他人の終焉である。それでも死を恐れるのは、他者の死を認知することによって、自己の存在が無に帰するという予期があ

るか、あるいはその時実存的虚無を実感することによるゆえであるのかもしれない。

フランクルは、「人間は誰でもが、無から来て、無へと行くはかない存在である。にもかかわらず、自らの現存在を肯定するという悲劇的英雄性に人間の偉大さがある。」と述べているが、¹⁶⁾ 実存主義の「世界内存在」としての実存という意味においてはそうかもしれない。しかし、われわれが意識する現在には絶えず過去の経験的記憶が編入され続け、そして未来へのもろもろの予期、期待、想像なども絶えず意識のなかに渦巻いていると考えられる。時間的展望 (Time perspective) は現実存在の主観のなかにある。

それ故、われわれは父祖から己の生命を受け継ぎ、そして父祖の元に帰るとすることができる。そこには祖霊崇拝の起源がある。東洋の禅の思想には「新歸元」、即ち人間の死は定命により元に帰ることであるとされる。自然主義の視座においては大自然、宇宙へ回帰すると考えることもできるから、フランクルの人間の生に対する「無から無へ」とする現象学的解釈については、いささかの疑問を生ずるであろう。

先に触れたように、フランクルは死は無意味ではない。人の過去を消すことはできないと主張している。¹⁰⁾ そのことは人の未来についても同様であろう。誰も人が内に未来を信じ、脳裏にえがいた未来への希望までも消し去ることはできない。彼は神の存在をを信じている故に、人は両親の愛を受けて生まれ、神の元に帰るのであるとした方が適切であるように思う。

さて、現実には無に臨むものは「世界内存在」そのものであり、不安こそが心境の様態として世界を開示するものであるが、自己投企の失敗が自己確信を失わせる。不安は、おのれを人ごとではない世界内存在として孤独化し、本質的にさまざまな可能性に向って自己投企させると同時に、現存在を可能存在 (als Möglichkeitsein) として開示する。不安には脅かし、居心地の悪さ (das Unzu Hause) があるが、現存在にとってはいっそう根源的な現象である。

フランクルは、「変えることのできない現実の中にあっても、それに対して肯定的な態度をとることができる。この態度価値の存在は、人生が意

味を持つことを決してやめない理由である。創造価値と体験価値の両方を奪われてしまった人でも、なお充足すべき意味によって、すなわち、真に向から正しく苦悩することの意味によって、私たちは人生から絶えず挑まれているのだ。」と述べる。^{5, 16)}

とすれば、自律が、つまり自己投企こそが、ひたすら大いなる安心と楽観を呼び寄せる可能性を生み出す契機であると言えるだろう。無為のままでは、現存在は絶えず存在の頹落の危機に曝されていると考えられるので、人は常に前へと、他者へと向かわねばならない。

結 び

ロゴセラピーの要点を枚挙するならば、(イ) これは一般的な心理療法又は精神療法である。(ロ) 人間の個人的な存在意義の解明を人間学的分析の視点から行う。(ハ) 人間の精神面に根差す神経症の具体的な治療法である。(ニ) 極めて病的な「集合神経症」の治療法である。(ホ) 医学領域で、患者の治療上極めて重要な「医学的精神指導 (Medical ministry, Ärztliche Seelsorge)」を与えるものであることなどが指摘できる。²⁰⁾

ロゴセラピーが構想されたいきさつは、何と言ってもユダヤ人強制収容所での体験であり、わけても母親をガス室で失ったアウシュヴィッツビルケナウでの体験であった。彼はいくつもの収容所を転々としているうちに、人間の尊厳がかくも易々と奪取され、暴虐無残な死に曝されてしまう現実に、深い苦悩と悲しみに襲われた。それでも、限界状況のさなかでの人間の生について、心理学的観点から日々記録していったのである。かれは臨床神経精神科医ではあったが、同時に精神分析学者、心理療法家でもあった。専一20世紀の悪魔的、非人間的、極めて異常な環境の中で生きようとする人間を記録し続けたのである。それはまさしくノーマリティを追求しようとする心理学的視座において可能になるものであった。

先にフランクルはポーランドのアウシュヴィッツ強制収容所から解放されたと書いたが、実際にはわずか数日間より居らず、全部で約3年間の収容所生活の最初の2年間はテレージェンシュタット

収容所、そしてアウシュビッツ収容所、カウフェリング第三収容所、最後に収容され無事生還を果たしたのは、1945年バイエルン州のテュルクハイム収容所においてであった。妻ティリー・グロッサーはベルゲン＝ベルゼンの収容所で亡くなっていた。 فرانクルにとっては後半の1年間のうちほんの数日を過ごした収容所、わけてもチクロンBガスによる大量虐殺の現場アウシュヴィッツ収容所で、阿鼻叫喚の生き地獄を目のあたりにした体験に、峻烈な印象を受けたようであった。

ドイツ、ポーランドなどの強制収容所においては推定600万人が、アウシュヴィッツだけで300万人が虐殺されたと言われている。10年後にフランスで制作されたアウシュヴィッツの記録映画のタイトルが「夜と霧」(1955)であった。わが国においても「夜と霧—ドイツ強制収容所の体験記録—」(1961年)の書名で紹介された。

フランクルの著書の原題は、正しくは“Ein Psycholog erlebt das K.Z.”(強制収容所における一心理学者の体験記録)である。「夜と霧」(Nacht und Nebel)は、1941年12月6日付けのアドルフ・ヒットラーによる特別命令に基くものであった。今から72年も前の出来事である。フランクルは医師であったが、収容所においてはほとんどの期間を労働者として作業に従事していたようである。爾来ポーランド、ワルソーの南西160マイル位置するアウシュヴィッツは、ナチスドイツの強制収容所の代名詞のように言われるようになった。本稿においてもそうした経緯から、アウシュヴィッツからの生還と記したのである。

フランクルのロゴセラピーは、人生に絶望し、自暴自棄になって生きることを諦めかけた人に、生きようとする意欲を呼び覚ます力を与えると思われる。彼は、「たとえ貴方が人生に何も期待していなくても、人生の方で貴方たちにまだ期待している筈です。何かはまだ貴方たちを待っている筈です。」、人生はどんな状況でも意味があると言う。苦しみや死にさえ意味があると言い、人は極限状況で天使と悪魔に分かれる。未来を信じない、また内面的な拠り所がないと人の心は崩壊していく。

実存的苦悩は、成長するための「時」の訪れを意味している、とする提言は、ブーヘンヴァルト

の強制収容所でうたわれた歌の一節である「.....Wir wollen trotzdem Ja zum Leben sagen.....それでも人生にイエスと言おう」への共感から、人間の精神性と生きる意味と価値について著した「それでも人生にイエスと言う (Trotzdem Ja zum Leben sagen)」に結実した。

今日において、フランクルの心理療法は霊的存在としての人間を対象とするHumanistic PsychologyないしPersonal Psychologyの発展と無関係ではないし、また認知行動療法の技法に対しても何らかの影響が見いだされるように思われる。

キリスト教と実存精神療法、わけてもロゴセラピーとの関わり合いは、すでに先行研究においてさまざまに論考が試みられてきた。特に医療、福祉領域などにおけるカウンセリング、交流分析における影響も見逃すことはできない。フランクルが主張するように、いわば超自我と医師による魂の配慮を怠りなくするために、心理療法はロゴセラピーで補う必要がある。

新行動主義とは対極にある人間学的心理療法が心理臨床の現場で如何に止揚し得るかは、方法論的に新たな問題を提起することになると思われる。

フランクルは、1993年88歳の時来日し、日本実存心身療法研究会などで講演した。1995年ウーン市名誉市民に、回想録—20世紀を生きて—を出版している。1997年9月2日心臓病のため他界した。享年92歳であった。

われわれは、20世紀の傑出した思想家をまたひとり失った。真に巨星墜つと言うべきか。だが、かれのヒューマニズムは未来永劫に、その輝きを失うことはないであろう。

参考文献

1. Adler, A. 高尾敏数訳 人生の意味の心理学 春秋社 1984年 (What Life should mean to you.1932)
2. 河原理子 フランクル「夜と霧」への旅 平凡社 2012年
3. 霜山徳爾 共に生き、共に苦しむ—私の「夜と霧」— 河出書房 2005年
4. 諸富祥彦 フランクル 夜と霧 NHK出版 2013年
5. Frankl, V.E. 山田邦男・松田美佳訳 それでも人生にイエスと言う 春秋社 1993年 (.....trotzdem Ja zum Leben sagen, Franz Deuticke 1946)
6. Frankl V.E. 霜山徳爾訳 夜と霧—ドイツ強制収容所

- の体験記録— フランクル 著作集1 みすず書房 1961年 (Ein Psycholog Erlebt das Konzentrationslager; Osterreichische Dokuments Zeitgeschichte I Verlag für Jugen und Volk, Wien 1947)
7. Frankl, V.E. 霜山徳爾訳 死と愛—実存分析入門— フランクル著作集2 みすず書房 1961年 (Aerztliche Seelsorge.; Verlag: Franz Deuticke, Wien, 1952)
 8. Frankl, V.E. 宮本忠雄訳 時代精神の病理学 みすず書房 1961年 (Pathologie des Zeitgeistes. Eranz Deuticke, 1955)
 9. Frankl, V.E. 佐野利勝・木村敏訳 識られざる神 フランクル著作集7 みすず書房 1962年 (Der unbewusste Gott.Kosel-Verlag, 1948)
 10. Frankl, V.E. 山田邦男監訳 制約されざる人間 春秋社 2000年 (Der unbedingte Mensch. Franz Deuticke, 1949)
 11. Frankl, V.E. 宮本忠雄・小田晋訳神経症I フランクル著作集4 霜山徳爾訳 神経症II フランクル著作集5 みすず書房 1961年 (Theorie und Therapie der Neurosen. Erunst Reinhardt, 1956年)
 12. Frankl, V.E. 宮本忠雄・小田晋訳 精神医学の人間像 フランクル著作集6 みすず書房 1961年 (Das Menschenbild der Seelenheilkunde. Hippokrates-Verlag, 1959)
 13. Frankl, V.E. 高島博・長澤順治訳 現代人の病—心理療法と実存哲学— 丸善 1972年 (Psychotherapy and Existentialism : Selected Paers on Logotherapy, Simon and Schuster, New York, 1967)
 14. Frankl, V.E. 山田邦男監訳 意味への意志 春秋 2002年 (Der Wille zum Sinn, 3. erweiterte Auflage, R.Piper GmbH&Co.KG, Munchen, 1991)
 15. Frankl, V.E. 大沢博訳 意味への意志—ロゴセラピーの基礎と応用— プレーン出版 1979年 (The Will to Meaning : Foundation and Applications of Logotherapy, New American Library, 1969)
 16. Frankl, V.E. 諸富祥彦監訳上嶋洋一・松岡世利子訳<生きる意味>を求めて 春秋社 1999年 (TheUnheard Cry for Meaning.: Psychotherapy and Humanism. Simon and Schuster, 1978)
 17. Frankl, V.E. /Kreuzer, F. 山田邦男・松田美佳訳 宿命を超えて、自己を超えて 春秋社 1997年 (Im Anfang war der Sinn : Von der Psychoanalyse zur Logotherapie, 1982)
 18. Frankl, V.E. 山田邦男・松田美佳訳 苦悩する人間 春秋社 2004年 (Homo Patiens: Versuch einer Pathodizee., Verlag Hans huber Bern, 1975)
 19. Frankl, V.E. フランクル回想録—20世紀を生きて 春秋社 1998年 (“Was nicht in meinen Buchern steht, Lebenserinnerungen” 2.,duruchges, Auflage, Munchen, 1995.)
 20. Frankl, V.E. 山田邦男監訳 岡本哲雄・兩宮徹・今井伸和訳 人間とは何か—実存的心理療法—春秋社 2011年 (Ärztliche Seelsorge: Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse. Deuticke im Paul Zsolnay Verlag Wien, 2005)
 21. From, E. 佐野哲郎訳 フロイトを超えて 紀伊國屋書店 1979年 (Greatness and Imitations of Freud' Thought. Harper&Row, New York, 1979)
 22. Heidegger, M. 細谷貞雄・亀井裕・船橋弘訳 存在と時間 上・下巻 理想社 1927年 (Sein und Zeit. 1929)
 23. Klingberg, H.Jr. 赤坂桃子訳 人生があなたを待っている—〈夜と霧〉を越えて—1, 2 みすず書房 2006年 (WHEN LIFE CALLS OUT TO US : The Love and Lifework Viktor and Elly Frankl. Random House, Inc., New York 2001)
 24. Lorenz, K. 日高敏隆訳 ソロモンの指輪 —動物行動学入門— 早川書房 1981年 (The King Solomon'rRng. 1970)
 25. Rollo May, Angel, E. and Ellenberger (ed.), 伊東博・浅野満・古谷健治訳 実存—心理学と精神医学の新しい視点— 岩崎学術出版 1956年 (EXISTENCE:A New Dimension in Psychiatry and Psychology . 1956)
 26. 齊藤啓一 フランクルに学ぶ—生きる意味を発見する30章— 日本教文社 2000年
 27. 山田邦男 苦しみの中でこそあなたは輝く—フランクル人生論— PHP 2009年
 28. 山田邦男 フランクルとの〈対話〉—苦境を生きる哲学— 春秋社 2013年