

森田正馬とアンリ・ベルクソン

Morita Masatake and Henri Bergson

大谷孝行
OHTANI Takayuki

はじめに

森田療法を体験して神経症を克服した人々は、その後の生き方や人生観、人間観が変わると言われる。人間にとって不安とは何か、自分は今、ここで何をすべきかというような問いを自分に投げかけつつ、それまでの自分の価値観や人間観の修正を図っていく森田療法には、哲学的と呼びうる側面がある。しかしながら森田療法の創始者である森田正馬自身は、哲学という学問一般に対してはあまり重きを置いていなかったかのようである。森田は「多くの哲学は思想の遊戯である」として、哲学という学問を、ともすると現実から遊離しがちな机上論の学問のように考えていた。彼が神経症患者に許した読書についても、書物の種類として哲学などの思想的なものは勧めていない。神経症者に対する森田の指導が、考えているばかりで行動が伴わない患者の生活態度を矯正していくことに置かれていたことを考えると、抽象度の高い思考を専らにする哲学は、森田からすると正しく「思想の遊戯」に見えたのであろう。又、森田は自分の創始した精神療法が科学的で実効性のあるものであることを強調しており、そうした彼の態度表明が、必ずしも生活の有用性とは直結しない哲学という学問と相反する志向を持っていたと考えられる。

そのような森田ではあるが、彼が例外的に高く評価している哲学者がいる。19世紀から20世紀に名を馳せたフランスの哲学者アンリ・ベルクソン⁽¹⁾である。森田は自分の著作の中でベルクソンの名を何箇所か引用し、ベルクソンの哲学を肯定的に評価しつつ、その思想に依拠する形で持論を展開している。哲学を「思想の遊戯」と批判した森田が、何故ベルクソンの哲学に関しては肯定的な評価を与えているのか。もちろんベルクソンの哲学の中に、自分の考えと根底のところまで共通するものを森田が感じとっていたからに他ならないであろう。森田とベルクソンをつなぐものを明らかにすることによって、人間の意識・精神のあり様を考察すること、そしてそれを通じて森田療法の特質を浮かび上がらせること、以上が本稿の目的である。

〔1〕森田のベルクソン評価

森田はベルクソン哲学をどのように捉え、ベルクソンの思想のいかなる点に共鳴したのか。まずは森田自身の著作からベルクソンに関する記述を引用してみよう。

「ベルクソンは流動哲学を唱えたが、宇宙の現象は変化である。変化とは時間のことである。時間のない変化というものには思惟することもできない。(中略)

われわれの身体機能、精神現象は、時々刻々絶えざる変化流動である。川の水の流れ流れて止まらないようなものである。われわれの欲望や苦痛恐怖でも、けっしてこれを三次元の空間のように、固定的に実体的に、

物そのものとして考えてはならない。」⁽²⁾

「ベルグソンは流動哲学を唱え、アインシュタインは相対性原理を発見した。私たちの精神は、『心は万境に随って転じ、転ずる処実に能く幽』というように、絶えず流動変転し、一瞬間も、静止し、固定しているものではない。だから精神の研究は、必ず外界と自我との相対する間に求め、その変化流動の内にきわめなければならぬ。(中略) 精神という固定した実体があるのではない。まきが燃えるときに、刹那もそれが一定の形を保つことのできないように、内界と外界との間に、相関的に絶えず流動変化しているもの、これが精神というものである。」⁽³⁾

「ベルグソンは流動哲学というものを唱え、物の本質は流動であって、そこに創造的進化があるといっている。物に変化がなければ、そこには現象がなく、物そのものもない。生物にはここに新陳代謝ということがある。生死、生殖もまた新陳代謝であって、これがあるために進化、退化ということがあるが、ここに創造的進化ということが行われている。死があるからこそ、そこに生殖がある。もし死と生殖とがなければ、そこに変化というものがなく、生物というものもない。」⁽⁴⁾

以上の引用からわかるように、森田はベルクソン哲学の特質を「流動哲学」として捉えている。森田療法もその基本的世界観として「流動観」、「運動観」に立脚しており、ともすると事物を固定的に考えがちな神経症の患者に常日頃接していた森田にとっては、流動性を基調にしたベルクソン哲学は共感できるものであったろう。森田は人間存在を不断の変化の相で捉えようとしており、理屈っぽい神経症の人々が事物の静止した状態を仮想しがちになることを批判している。森田は言う。

「余は多くの学者のように、ものを固定的に考えないで、多く変化・流動的に解するところにある。(中略) 我々の性格は年齢によって変化し、また思想・主義なども環境の変化によって著名な変化をおこすことは人の知るところである。」⁽⁵⁾

さて、森田はベルクソン哲学の流動性という特質に共感していたと述べたが、この共感恐らく森田正馬という一個人の場合に限ったことではなく、ベルクソン哲学が何故日本人に人気が高いのかというような射程を持っている問題でもあろう。ベルクソン哲学は日本でも大正から昭和の初めにかけて流行し、日本を代表する哲学者西田幾多郎もベルクソンの哲学を非常に高く評価していたと言われる。⁽⁶⁾ 日本人の伝統的な思考様式の中に、「諸行無常」、「諸法無我」といった、物事を実体化しない仏教的な考え方が強く根づいているとすれば、流動性を大きな特徴とするベルクソン哲学が、日本人森田正馬に注目されたのも首肯しうることである。

しかしながら先ほどの引用だけでは、森田がベルクソンの著作のいずれを読んだのかは定かではない。ベルクソンの主要な著作としては、時間と空間を対比させながら意識の本質を「持続」として捉えた『意識に直接与えられたものについての試論』(英訳名『時間と自由』)、心の世界と物の世界との関係、いわゆる心身問題に焦点を当てた『物質と記憶』、人間の意識を宇宙における生命進化の過程でとらえ返した『創造的進化』、道徳と宗教を中心的課題としながら、独自の社会論的、文明論的考察となっている『道徳と宗教の二源泉』の四冊が挙げられるだろう。先ほどの森田の著作からの引用の中で、「創造的進化」という言葉が使用され、又大正から昭和にかけて、日本でベルクソン哲学が流行した際に中心となった著作が、『創造的進化』だったことを考えると、恐らく森田はベルクソンの著作のうち、『創造的進化』を念頭においているのだろうが、これは推測の域を出ない。森田が実際にベルクソンの著作のいずれを読んだのかについては、森田の生涯について詳しい『森田正馬評伝』(野村章恒著、白揚社)でも触れられていない。森田はベルクソンという名を引用することはあっても、その著作名までも明らかにしているわけではないので、森田がベルクソンのどの著作を実際に読んだのかは、正直のところ私には分からない。見方によっては、森田はベルクソン哲学の全体的特徴を「流動哲学」と位置づけ、その「流動性」という一点に共鳴しているだけのようにも思える。

しかしながら、仮に森田がベルクソンの代表的著作をすべて克明に読んだ上でその思想に共鳴したのではないとしても、森田が「流動性」という点でベルクソンを高く評価しているという事実は、忘れられてはならぬ

いだろう。なぜならば、森田療法という精神療法の中核にある世界観こそが、万物を流動性において把握しようとする世界観だからであり、又森田が常日頃対面していた神経症患者の思考様式と意識のあり方の特徴は、正に固定化・実体化であり、意識が生活の場面において流れていかなないことにあるからである。神経症とは、一般に何かにとらわれており、注意が一つの事に固着している状態であって、通常ならば生活場面で、次々に流れていくはずの意識が中断され、流れなくなっている状態なのである。神経症の人々の特徴が、過度に安定と確定性を求め、そのため本来流動的な事柄を実体化・固定化しようとする傾向をもっていることを考えるならば、「流動性」という概念を中心にして森田とベルクソンの親近性を読み解いていくことは、決して不当なことではないだろう。

それでは「流動性」という点で共通の志向に立つ森田とベルクソンは、更にどのような点で共鳴しうるのだろうか。森田の思想とベルクソン哲学を比較してみると、おそらくは森田自身が考えていた以上に、両者に共通した特徴が浮かび上がってくるように思われる。例えば「言語」や「概念」に対して両者はどのような価値を与えているのか。「言語」に対する両者の価値づけは、流動性を重視する両者の志向と関わりをもってくる。そこで次に、森田とベルクソンの言語観を、流動性との関連において考察してみたいと思う。

〔2〕森田とベルクソンの言語観

ベルクソン哲学が反主知主義の哲学であると言われる場合、それは言語や概念の限界についてのベルクソンの了解と関わっている。ベルクソンは言う。

「はっきりと定まった輪郭をもった言葉、人類のもつ印象のうちの安定していて、共通的で、したがって非人格的なものを貯えておくありのままの言葉が、個人的意識のもつデリケートでとらえがたい印象を押しつづすか、あるいは少なくともそれを蔽いかくしてしまう。対等の武器でたたかうためには、個人的意識の印象が正確な言葉で表現される必要がある。しかし、そのような言葉は、形をなすや否や、それを生んだ感覚に背を向けるようになり、元来は感覚が不安定であることを示すために作り出されたのに、言葉自身のもつ不動性を押しつけるようなことになるであろう。」⁽⁸⁾

言語は普遍性・一般性を表現するのが特徴であり強みでもあるが、そうであるが故に逆に言語は「唯一独自のもの」を表現できないということになる。例えばある人物の意識を言語によってどんなに精緻に分析したとしても、それでその人物の意識の独自性が解明されたわけではない。本来一般性・普遍性をその武器としている言語をどのように組み合わせても、「外から分析によって千万語を費やしても」⁽⁹⁾、その人物の意識の独自性をつかむことはできない。

そして言語や概念は一般化すると同時に、物事を固定化・実体化する危険性をもつ。言葉によって対象を把握しようとする時、対象は言葉という枠をはめられる。言葉の普遍性とは、時間的流れを通して一貫している不変性に依拠している以上、時々刻々変化する現象を言葉で表現することはできない。ベルクソンの哲学が知性批判といわれる側面をもつとすれば、それは知性をもつ固定化という側面、連続的生成や流動そのものを切断してしまう側面に向けられる批判である。そして人間の意識こそは正に、時々刻々変化する不断の流動であり、各人が独自で唯一無二の意識をもっている。言語や概念は、不断の流動である意識を固定化してしまい、各人に独自である意識を一般化してしまうのである。

以上のようなベルクソンの言語観は、森田療法の指導に見られる特徴と重なり合う。森田療法では言語偏重に陥ることなく体験を重視する態度、神経症患者との言葉の論戦を避ける不問的態度がとられる。事柄の実体化・固定化につながる言語によるだけでは、不断の流動である意識の実態をつかむことはできない。意識が不断の流動、生成変化を特質としている以上、実体化と固定化の危険をもつ言語には、治療者も患者も常に警戒しなければならないのである。

森田療法家の中でも、言語の限界に対して恐らく最も自覚的であったのが、森田療法の中に禅の要素を取り入れた宇佐玄雄、晋一の親子であろう。森田療法と禅の関係については以前ふれたことがあるので⁽¹⁰⁾、ここでは深く立ち入らないが、心という流動的な事象に、概念や言語の枠をはめることはできないという基本的了解が、森田療法と禅には共通している。言葉が事実を裏切る事態について森田は言っている。

「言葉と思想とは実用的にはほとんど同様のものと見なして差支えがないくらいである。言語のない動物には思想はない。しかるにこの思想すなわち詳しくいえば抽象的知識は事実もしくは経験の組織に対する符牒であるから、けっして事実そのものではない。」⁽¹¹⁾

さて不断の流れを固定的なものによって把握しようとする誤解を明らかにするために、ベルクソンは「運動」という事象を取り上げる。「運動」も固定的、実体的なものからは合成しえない事象であり、ゼノンの逆説に対するベルクソンの批判に、ベルクソンの運動観が典型的に表現されている。アキレスと亀の競争などで知られるゼノンの逆説の誤りは、ベルクソンによれば、運動そのものを固定的な点に分割しておいて、そこから合成できると考えているところにある。

「エレア派の連中の錯誤は、彼らがこの不可分で独自の一連の行為をその下に横たわっている等質の空間と同一視することから由来する。」⁽¹²⁾

「エレアのゼノンの議論の由来は、この錯覚にほかならない。時間や運動を、その下に引かれる線と同一視し、同じ区分をそれらに帰して、結局それらを線としてとり扱うことが、そのすべてをなしているのだ。」⁽¹³⁾

ベルクソンによれば、「運動」それ自身は単純で分割できない一連の流れなのであって、その流れを固定的な点によって合成しようとしても不可能なのである。「運動」を固定的・実体的なものから合成しようとしないうこと、「運動」は「運動」としてその全体性において把握されるべきであるということは、当然そのまま「意識」に対しても成り立つ。各人の意識という流れを、実体化・固定化する働きのある言葉によって合成することができないのは、一連の運動を固定的な点から合成できないのと同様である。

「意識」とは時々刻々不断に流れていくものであり、言葉の実体化を常にすり抜けるような特質をもっている。森田療法は「運動観」・「流動観」という世界観を根底にもっているといわれるが、それは何よりも人間の意識が常に固定化を免れ、実体化することができない不断の流れであるためである。前述したように、神経症治療が、特に患者の流れない意識、何かに固着しとらわれた意識を流動化していくという面をもつことを考えれば、森田がベルクソン哲学の流動性に最大の特徴を見てとったことはやはり首肯できるのである。固定化・実体化に陥ることなく、意識を生成流転の相ととらえ直すこと。森田とベルクソンには、世界を万物流転としてとらえ、意識をその典型例と考える共通の世界観がある。そして不断の流動である意識を実体化する危険性をもつものとして、「言語」の働きがあるということが、森田とベルクソン両者に自覚されているのである。

〔3〕知性の相対化

人間の意識は「流れ」の典型であり、不断の生成変化として常に実体化・固定化を免れるということは前述した通りである。そして人間の意識が「流れ」であるというのは、一個人の意識状態が時々刻々不断に流れいくことであるとともに、より広く人類一般というレベルで考えた場合でも、人類の意識は世界や宇宙の中で生成してきたものだという事である。我々はともすると人間の意識、特に知性や理性を初めからでき上がったものとして前提しがちである。例えばヨーロッパ近代の哲学は、主観 客観の二元論に立つといわれるが、この二元論も人間の知性や精神を、初めからでき上がったものとして世界に対峙させようとする。

哲学者の市川浩氏は、人間の意識や自己が問題にされる場合に、最もよく見られる暗黙の単純化を6項目挙げ、それらが方法的に無自覚のまま、意識や自己をある暗黙の前提にしたがって位置づけていることを指摘し

ている。そのうちのいくつかを挙げると、

「成人の意識やその意識にあらわれる自己のみを、意識や自己の本質として扱う。つまり胎児や幼児の意識を問題にしない（発生論的形成の無視）

意識性・自己性のさまざまなレベルを無視する。したがってあらわれている高いレベルの顕在的意識・顕在的自己のみを問題にし、潜在的意識・潜在的自己の可能性を排除する（成層性の無視）。（中略）

具体的に行動する人間の意識や自己ではなく、観照的・反省的状态の意識や自己を代表例とする（観照的コギトの神格化）」⁽¹⁴⁾

神経症の人々に内省的傾向の人が多く、彼らが現実を無視して理性的に反省ばかりしているという状態を考えると、市川氏の指摘は非常に示唆に富んだものとして意味をもってくる。

なるほど人間が他の動物や生物と異なる最大の点は、自らを反省し、自己意識をもつという点であるが、その自己意識だけが独立して肥大化し、世界と隔絶してもなお存在するかのように錯覚したところに、ヨーロッパ近代の二元論が成り立つ。人間に見られる、世界からの知性のこうした独立化は、時として世界の現実から遊離して自閉的となり、知性だけが自虐的に空転する場合がある。人間の特徴である意識的であること、知性をもつことが災いして、過度に意識的となったり、知性だけが肥大化してしまうことが人間にはある。社会的現実から遠ざかり、それを著しく歪めて解釈し、閉塞的状态の中で自分の思想を紡ぎ出すことが人間にはある。神経症とは正しくこのような状態なのである。

過度の意識的空転、知性の肥大化、そして現実と自分の思想（理想）との齟齬。森田正馬は、神経症の人々が陥っている意識的空転のメカニズムを「精神交互作用」と名づけ、思想（理想）と現実（事実）との乖離を「思想の矛盾」と表現した。人間がノイローゼで苦しむのは、自分の思想内界と現実との不一致・矛盾を本人が知っているからであり、その不一致を解消しようとする方法が非現実的であるために、益々意識だけが空転し現実と離反してしまうといった悪循環に陥るからである。

ここで我々は上記の市川氏の指摘を参考にしながら、又ベルクソンが人間の知性に与えた位置づけを考慮に入れながら、人間の意識や精神（特に知性）を相対化する必要があるのではないかと。つまり人間の知性は初めからでき上がったものとして世界に対峙しているのではなく、世界や宇宙の中で生成してきたものであるということ、そして人間の知性は本来、人間が自らの生命力を強化し、行動をより効果的にするために生成してきた機構であるということを思い起こす必要があるだろう。ベルクソンは人間の知性を相対化して次のように言う。

「われわれの思考は一定の事物に働きかけるべく、一定の環境のなかで生命によって創造されたものであってみれば、どうしてその思考が生命を包括しえようか？思考は生命の一つの発散物もしくは一つの相貌にすぎないのである。思考は、進化運動がその過程で沈殿させたものなのに、どうしてその思考が、進化運動そのものに当てはまるなどということがありえようか？」⁽¹⁵⁾

38億年前に誕生した生命の進化のプロセスで現れたという意味で、人間の知性も生命という流れの一支流なのである。本来行動をより効果的にし、生命活動を円滑化するはずの知性が、それだけで閉塞的に空転し続けて苦悩や不安を増大させ、益々現実からひきこもっていくという悪循環を形成している状態が神経症であった。自らの出自と生成根拠を忘れ徒に空転しているこの知性を、再び現実在即した知性に軌道修正していくことが森田療法の治療過程となる。

森田が指導の上で意を払ったことは、患者の過度に内省的な傾向を是正していくこと、具体的には、感官を外界に対して開いていく、注意を世界に向けていく、意識を世界に開いていくことであった。森田や森田療家は「なりきる」ということをよく言う。「なりきる」態度とは、日常生活の知覚や行動の場面において、自分の直面している事物と一体化していくということである。神経症者は自分が当面関わっている事物に一体化できず、自分の不安内容を頭の中で常に反芻しているので、生活の場面で見れども見えず、聞けども聞こえずという状態に陥っていることが多い。高良武久は神経症者のそうした「なりきれない」態度を「即我的態度」

と呼んだのであり、注意を積極的に外界へ向けていき、直面している事柄と一体化する「即物的態度」(＝「即事的態度」)を奨励した。

神経症のように一度意識が強固な殻の中で閉塞的に空転してしまうと、意識を再び世界へと開いていくことはなかなか容易なことではない。そのような時には、人間の意識は再び、自分の出自をたどり直すような確認作業を必要とするのだろう。庭の草花を観察したり、空の雲の流れを追ったり、虫の声や鳥の囀りに耳を傾けたりといった知覚を初めとして、感官を外界に対してオープンにしていく努力が必要なのである。森田療法の「なりきる」態度とは、二元論的に世界と分離・対立してしまった意識の内界を、再び世界の中へと投げ返していく態度なのである。

知性が肥大化し、現実世界と分離して空転している状態を、再び対象世界と一体化する意識として世界へと投げ返していくこと、これが森田の言う「なりきる」態度であった。この「なりきる」状態とは、ベルクソン哲学においては、ベルクソンが称揚した「直観」(intuition)の立場ということになる。ベルクソンによれば、科学的知性は対象を外から分析して知る立場であるのに対し、直観は対象そのもの一つになり、対象を内から感じることであると言う。

「つまり分析は動かないものに働きかけるが、他方直観は動きの内に、または同じことになるが、持続の内に身を置く。これが直観と分析との間に引かれたまことに鮮明な境界線である。」⁽¹⁶⁾

例えば芸術家が対象を表現する際に、自らその対象を内から感じとって対象と一体化するのが直観の働きである。「芸術家は記号によって物を見ることを拒否する。実を言えば、記号によって物を見ることは物を見ないことであり、物の個性を打消すことであるが、これに反して物そのものを見るのが芸術家である。物そのものを見ることは、その内部に入りこんでその対象独自の生命と共感することである。」⁽¹⁷⁾

「直観」と言い、対象と一体化すると言うと、何か非合理的・神秘的な活動のように聞こえるがそうではない。そもそも人間の意識が膨大な年月をかけて世界や宇宙の中で生成してきたものであることを考えれば、人間の視覚という働き一つをとってみても、そこには意識と世界との二元論的な対立よりも、むしろ両者の連続的の一体化が強く反映されているであろう。そのような意味で、ベルクソンの「直観」と森田の「なりきる」態度はともに、対象世界との一体化を強く志向する精神のあり方を示すものと理解することができるだろう。⁽¹⁸⁾

〔4〕意識における「過去」と「現在」

ベルクソンが意識の流れとして捉えたことは既に幾度となく述べた。それでは流れとしての意識をさらに分析していくと、それはどのような様相を呈するのだろうか。すなわち意識における「過去」と「現在」という時間的特質はどのような特徴をもっているのだろうか。そしてその意識における時間的特質は、神経症の人の場合、どのような偏向を示しているのか。

神経症の人々は必要以上に過去にこだわり未来におびえる人々であると言われる。その結果、当面自分がなすべき行動が疎かになり、現在を十全に生きられなくなる。そこで森田療法家たちは「今・ここ」ということを患者に強調し、当面において自らが直面している生活の現実集中していくように指導する。森田が「なりきる」ことを強調するのは、患者が現実面に直面している「今・ここ」においてであり、人間のあらゆる生命活動が常に「今・ここ」で展開されるという自明の前提に立脚している。

しかしながらここで問題となるのは、「今・ここ」と言っても、人間の意識はそもそも原理的に過去や未来と隔絶しては存在しえない時間的特質をもつということである。人間は他の動物と異なり、過去を反省し未来を予想しながら現在を生きる存在である。森田療法において「今・ここ」を生きることが強調されるがあっても、人間にとって過去や未来と全く隔絶した断片的瞬間の「今」や「現在」などありえないのである。言葉を換えれば、「今・ここ」で「なりきる」態度をとっていくことは、全く過去を忘却し未来を一切慮らない

ような、刹那的行動の連続ではないということである。森田療法で「今・ここ」を大切に生きることや、「なりきる」ことを強調することは、確かに神経症者に対して、生活における当面の知覚や行動などに注意を向けていくことを強調するという面をもつ。しかしながらこのことは、神経症の人々に過去や未来を忘れて、瞬間的な生を生きingことを奨励するものでは決してない。

ここで意識における過去と現在という時間的特質を明らかにするために、ベルクソン哲学を参照してみよう。ベルクソンによれば、「物質」の特徴は、過去を記憶せず、ただ不断にこれを反復するという存在のあり方を示す点にある。物質は過去を自らにとり込みながら現在を展開するということがなく、物質の場合、過去と在のあり方はあくまでも「相互外在的」であり、「空間的な並存」の状態である。

「物質が過去を記憶しないとすれば、それは物質が過去をたえず反復するからであり、必然の支配下に、それぞれ先立つものと等価でそこから導出されうるような諸瞬間の系列をくりひろげるからである。」⁽¹⁹⁾

一方、「精神」は、過去をはらみつつ未来へと絶え間なく湧き出ていく。人間の意識は時々刻々変化し流れているが、その際、過去の経験は現在に深く浸透し、未来は現在から不断につむぎ出されていく。このように過去をはらみ、未来に侵食しながら切れ目なく流動するのが我々の意識であり、意識の「持続」(durée)と呼ばれる特質である。

「たとえどんなに単純であっても、瞬間瞬間に変化しないような精神状態はない。なぜなら記憶をもたない意識はないからであり、現在の感情に過去の瞬間の想起が加わらなければ状態が連続することはありえないからである。持続はここに成り立つ。内的持続とは、現在の中に過去を延長する記憶の連続的生命である。」⁽²⁰⁾

我々の意識の流れは、物を空間的に並置したようなものでは決してない。現在の「今」の意識にも、実は過去の経験が深く入り込み、未来に向かって方向づけられている。ベルクソンはメロディーを例に挙げて、意識の特質を浮かび上がらせる。メロディーを思い出す時、我々は一つ一つの音を切り離された単独の音として思い出すのではなく、音同士が相互に融合した旋律として思い出す。一音一音の要素は互いに浸透し合い、内面的に組織化されている。精神や意識の特徴は、正にこうした相互浸透性にあり、相互外在性を特徴とする物質とは、この点で決定的に異なる。精神・意識はその存在が原理的にプロセス的な機能としてあるのであり、意識が時々刻々流れていく場合も、それは過去と断絶して瞬間的な状態を反復しているのではなく、過去の経験を深くとり込みながら展開しているのである。

このような精神の相互浸透的な特質、勝れてプロセス的な機能が機能不全となったような症状として、強迫神経症の不完全恐怖症が挙げられるだろう。もちろん不完全恐怖症も精神の不調である限り、純粹に物質と同じあり方になってしまうことは原理的にありえない。意識や精神が文字通り物質と同じ状態になることは、そもそも原理的にありえない。しかしながら不完全恐怖症という神経症は、現在の意識が流れいく過程で過去が現在へととり込まれず、過去の行動体験に自信を失って確認行動をひたすら反復するという点で、どこか物質的な様相を呈している。不完全恐怖症の人は、行動や意識の自然な流れに乗っていくことができず、執拗に確認強迫という形で反復的行為を行う。意識が本来、過去をとり込みながら展開するというプロセス的な機能であるにもかかわらず、不完全恐怖症の場合にはあたかも過去の意識状態が現在へと溶け込まないかのような状態となっている。そして苦しみながら繰り返される強迫行為は、その一つ一つがまるで相互外在的に並置されているかのようなものである。相互外在性も並存的反復も、ともにベルクソン哲学では「物質」の様相を示す特徴である。精神的存在である人間が、物質的なあり方を強いられることに苦しみを感ぜないはずがない。不完全恐怖症の苦しみは、ベルクソン流に言えば、精神的存在である人間が、物質的な様相を演じずにはいられないという馬鹿馬鹿しさにある。

不完全恐怖症の人々においても、神経症者一般に見られる自己不信があるが、不完全恐怖症の不信とは、行動の自然な流れの中で意識が過去をとり込みながら流れていくという、人間の意識の存在構造に対する不信である。したがって不完全恐怖症が治癒するということは、意識の自然な流れに対する暗黙の信頼を回復すること

とであり、意識の流れが過去をはらみつつ展開する不断の持続であるという原点を再確認することである。

以上、森田療法において強調されることの多い「今・ここ」という事象を、ベルクソン哲学で分析されている意識の原理的なあり方に即して理解するとどうなるかを述べた。「今・ここ」で「なりきる」ことが強調されることはあっても、人間の現在の意識がそもそも過去と隔絶してはあり得ないこと、又、森田療法でその都度の現在を生きることが強調されることがあっても、それは過去を後悔せず未来を計画しない瞬間的・刹那的な生を生きよということでは決してないことを確認した。「今・ここ」を大切にするとっても、人間の場合その「今」・「現在」展開している意識が、過去をはらみつつ未来へと湧き出ていくものである以上、人間が文字通り動物と同じレベルで現在を生きることなどありえない話である。

人間には他の動物と異なる独自の生き方、独自の位相があるのであって、森田療法において「今・ここ」が強調される際にも、そのような人間的な様相は必然的に前提されているのである。そして高度に人間的な営為であることを感じさせる森田療法の技法が「あるがまま」であると私は思う。知性と言語を武器とする人間にとって、その生命活動をより強くしていくための一つの発条として、森田療法の「あるがまま」によって示される生き方があると私は考えている。そこで最後に、森田療法の鍵をなすとされる「あるがまま」という概念を中心に、人間ならではの可能な、人間固有の生き方というものを考えてみたいと思う。知性によって苦しむ神経症の人々にとって、生きること知性を最大限寄与させる技法としての「あるがまま」は、大きな意味をもって来るであろう。

〔5〕流れとしての生命

森田とベルクソンをつなぐ概念として「流動性」をとり上げ、ベルクソン哲学に即して、不断の流動である人間の意識の特徴を明らかにした。そして「流動性」が指し示す身近な具体例としては、意識の他に「生命」が挙げられるだろう。ベルクソンによれば、膨大な時間をかけて創造的に進化してきた生命も又、連続性・動性・相互浸透性などの特質をもつ流れの典型なのである。

周知の通りベルクソン哲学は、西洋哲学の中で「生の哲学」として位置づけられている。ベルクソンは人間の知性や直観を、宇宙の生命進化の過程の中でとらえる視点をもっている。人間の知性とは、莫大な時間をかけた生命進化の発展のプロセスで現れたものであり、その意味で知性とは元来、生命によってつくられたものなのである。ベルクソンの『創造的進化』に見られる人間観は、人間の意識や知性が、世界や宇宙の中で生成してきた機能であるという視点であり、意識は生をより効果的にするためのものとして、どこまでも行動のためにあるという視点である。人間の知性が、生命という「全体」における「部分」の位置を占めるのであって、「部分」が「全体」にとって代わるというのは錯覚にすぎない。そうであれば我々人間にとっての課題は、部分としての知性が、いかにして全体としての生命に貢献しうるかということであろう。

一方、森田正馬は「生の欲望」という概念を自らの療法の中心的概念として提唱し、生来この欲望を強く持っているのが神経症であると考えた。森田の「生の欲望」とは、人間が生きようとする生物的・本能的な自己保存欲から、社会の中で自分の能力をよりよく発揮したいという欲望までをも含んだ、広範囲にわたる概念である。そして森田は「生の欲望」の高次の段階として「大我」というものを位置づけ、それを自分一個の直接的な欲望を超えて他者や社会のために活動する人間のあり方としている。⁽²¹⁾ 森田によれば、神経症者にとって必要な生き方とは、「その生命の自然発動によって本来もっている生の欲望を発揮させ、これに乗りきるように」していくことであるとされる。⁽²²⁾ ここには人間は活動しているのが本性だとする森田の人間観が反映している。そして森田の言う「大我」としての生き方、つまり「生の欲望」を高次のレベルで実現した生き方は、徒に自分一個の感情や気分が左右されない、いわゆる大人の態度としての「あるがまま」という生き方になるであろう。

森田療法の「あるがまま」とは、その言葉をめぐって誤解が生じやすい概念であると指摘されている通り、人間の側の一切の努力を放擲して、生じた一切の事象をただ受容するというような消極的な態度ではない。日常起こりうる全ての事象に対して、起こったがままに何の努力もせずに放置しておくという人生態度ではない。そうした誤解を防遏するために、森田療法では「行動本位」という概念が多用されるのである。

又、「あるがまま」とは、単に動物的に不安を回避しようとするような反射的・機械的な行動でももちろんない。くり返して言えば「あるがまま」とは高度に人間的な営みであるということである。不安を「ある」ままに受容し尚かつその都度の生活目的になりきり、徹していこうとする態度には、不安を人間性の一部として了解しようとする、人間だからこそ可能な、メタレベルの知的な了解が介在している。

「あるがまま」という人生態度の根底には、不安や恐怖があっても、びくびくはらはらのまま、場合によっては苦しくて泣きわめきたくとも、今・現在を生きていくという覚悟のようなものが横たわっている。だから「森田療法にとって、もっともふつうの治癒の状態というのは、治療によって根本的によくなったとも感じないが、とにかく、いつの間にか、以前でできなかったことが自由にできているという自己の発見といった、むしろ落ち着いた、沈んだ心的構造である」⁽²³⁾ (傍点は引用者)ということになる。

「あるがまま」とは、小賢しく不安を回避しようとするような皮相的な態度でもないし、不安を不安とも思わないようなあつけらんとした態度でもない。(そのような態度には不安が「ある」とは言えないのだから、不安を「ある」ままにする「あるがまま」ということが成り立たない。)又、「あるがまま」とは、自分の不安を何か別の事柄に集中することで紛らわしたり、あるいは気晴らしをしたり、ということとも違う。確かに神経症が治癒するという事の中には、何かに熱中して気がついたら結果的に不安を忘れていたというような側面があることも事実であり、「よくなることは忘れることである」と言えるような側面がある。しかし神経症が治癒した人々を、より長期的な時間軸においてとらえた場合、これらの人々は自分の不安内容を完全に忘れ去ってしまっているわけではない。彼らは文字通り、不安を「ある」ままにしながら、とにかくも日常生活を送っていくのである。

「あるがまま」という態度には、不安や精神的葛藤をも人間性の一部として包括しようとする、高度に人間的な了解、メタレベルの知的了解が介在しているのであり、人間が生きていく営みには、直接的にただ不安を回避しようとする行動の側面ばかりでなく、不安を「ある」ままに認めつつ、現在の生活目的に徹していくという面があることを「あるがまま」は説くのである。その意味で「あるがまま」の態度とは、他の動物には見られない、勝れて人間的で知的な不安了解に裏打ちされているのである。

ベルクソンは人間の知性を、生命によってつくられたものと位置づけた。そうであればその知性が生きる力を枯渇させるようなことがあってはならないだろう。神経症の人々においては、人間にとって本来生きる力をより効果的に開花させるはずの知性が自虐的に空転し、生きる力は対象世界と交流せず自閉的にうず巻いている。ベルクソンは生命を内からとらえる能力として「直観」を挙げたのであったが、一方で人間は生命進化の流れの中で獲得した知性を捨てることはできないし、文字通り動物的な生を生きることはできない。ここで確認しておきたいのは、「直観」と「知性」という違いはあれ、人間の意識や精神は、元来自らの生命力を促進するためのものであるという出自を忘れてはならないということである。そして高度に人間的で知的な了解に裏打ちされている森田療法の「あるがまま」という態度は、ともすれば負の側面と見られがちな不安や葛藤を自らのうちに含みながら展開される生命活動として、より強い生の活動となるであろう。

もちろん「あるがまま」という概念は言葉であり、知性の産物である。前述した通り、言葉や概念は事物を固定化しようと図り、「あるがまま」という概念を声高に叫ぶことは、「あるがまま」という言葉にとらわれる危険性をはらんでいる。しかし「あるがまま」は、苦悩存在といわれる人間にとって、生命活動を推進していく一つの発条の役割を果たしうるだろう。言葉を駆使しつつも言葉にとらわれず、知性を使用しながらも知性によって生命力を枯渇させない。言葉と知性を使用せずにはいられない我々人間にとって可能な生き方とは、

そのような生き方ではないだろうか。そして「あるがまま」とは、苦悩せざるをえない人間が、苦悩しつつも生きていくという、人間固有の生き方の原点を再確認させる意味をもっている。

不安や葛藤を不快であるからといって徒に排除しようと図ることは、それだけ人間を刹那的・動物的にしてしまうことにならないだろうか。生きる力や耐性が低下しているといわれる現代の日本社会で、「あるがまま」に立脚した人生態度は益々必要になるだろうと私には思われてならない。知性を最大限、生命活動に寄与させること、これが現代に生きる我々にとって強く求められているテーマなのである。

註

- (1) Bergson の日本語による表記法は、「ベルクソン」と「ベルグソン」の2種類が一般に流布しており、かつては「ベルグソン」と表記することが多かったが、最近では「ベルクソン」と表記する傾向にある。森田による表記はベルグソンであるが、正しい表記法としてはベルクソンと、gを無声子音化して発音するようである。これについては『世界の名著 53・ベルクソン』（中央公論社）の付録のp.4を参照のこと。したがって本稿では、森田からの引用や著作名などでベルグソンという表記が使われているもの以外は、すべてベルクソンという表記で統一したい。
- (2) 『神経衰弱と強迫観念の根治法』（森田正馬著、白揚社）p.188 - 189。
- (3) 『神経質の本態と療法』（森田正馬著、白揚社）p.33 - 34。
- (4) 『恋愛の心理』（森田正馬著、白揚社）p.197。
- (5) 『森田正馬全集』第3巻 p.420。なお全集からの引用にあたっては、旧字体や旧かなづかいを新字体、新かなづかいに適宜修正した。
- (6) 西田哲学とベルクソン哲学との共通性については、例えば『現代思想としての西田幾多郎』（藤田正勝著、講談社）の「流動性の論理」p.82 - 92を参照のこと。
- (7) 前掲『世界の名著』付録 p.12。
- (8) 『ベルグソン全集』第1巻「時間と自由」（白水社）p.123。“Essai sur les données immédiates de la conscience”（Quadrige / Presses Universitaires de France）p.98。
以下、ベルクソンの著作からの引用に関しては、邦訳は白水社のベルグソン全集の頁数を、フランス語原典は puf、Quadrige 版の頁数を併記した。
- (9) 『西田幾多郎全集』第15巻（岩波書店）p.185。
- (10) 『富山国際大学紀要』第8巻所収の拙稿「森田療法と禅」を参照のこと。
- (11) 前掲『神経衰弱と強迫観念の根治法』p.120。
- (12) 『ベルグソン全集1』p.107。“Essai sur les données immédiates de la conscience” p.84。
- (13) 『ベルグソン全集』第2巻「物質と記憶」p.214。“Matière et mémoire” p.213。
- (14) 『中間者の哲学』（市川浩著、岩波書店）p.97 - 98。
- (15) 『ベルグソン全集』第4巻「創造的進化」p.6。“L'évolution créatrice” introduction p.6。
- (16) 『ベルグソン全集』第7巻「思想と動くもの」p.229 - 230。“La pensée et le mouvant” p.202。
- (17) 『ベルグソン研究』（勤草書房）「ベルグソン哲学と芸術」矢内原伊作 p.171。
- (18) ベルクソンの「直観」、森田の「なりきる」という状態、さらには西田幾多郎の「純粹経験」は、三者共に言語的分析がそれの抽象的一断面でしかないところの、「意識の原体験」という意味をもっている。そしてその原体験の場においては、意識と対象世界とは二元論的に分立しておらず一元的である。
- (19) 『ベルグソン全集2』p.248 - 49。“Matière et mémoire” p.250。
- (20) 『ベルグソン全集7』p.228。“La pensée et le mouvant” p.200 - 201。
- (21) 前掲『神経衰弱と強迫観念の根治法』p.179 - 180。
- (22) 同、p.181。
- (23) 前掲『神経質の本態と療法』p.260。