

## 自我没却の心理学的意義

御法川誠次郎

### 目次

- 一、はじめに
- 二、広池の目指した自我没却とは？
  - (一)、自我没却の抱えている問題点
  - (二)、自我概念の変遷
  - (三)、実践的立場と理論的立場の混在
  - (四)、本能について
  - (五)、自我没却のねらいは解脱・悟り
  - (六)、自我とエゴイズム
- 三、人はなぜ自我をもつのか？
  - (一)、囚われとエゴイズム
  - (二)、エゴイズムを作り出す源
  - (三)、投影とエゴイズム
- 四、自己実現と悟り
  - (一)、自我への対し方—ゲシュタルト・セラピーの人間観
  - (二)、人格の層
  - (三)、トップドッグとアンダードッグ
  - (四)、葛藤を引き受ける
  - (五)、主体的決断の必要性
- 五、普通道徳から最高道徳へ
  - (一)、対立のメカニズム
  - (二)、文明はトップドッグを強化する
  - (三)、対立を超える生き方としての自我没却

## 一、はじめに

法学博士広池千九郎は、法制史の研究、歴史の研究、宗教の研究など幅広い分野の独自の研究から、人が社会的に認められ成功したり、安心で平和な社会を作りあげる大きな要因が道徳であることを明らかにした。だが、広池は、今まで世間一般で行われてきた道徳の必要性を述べているわけではない。広池は「道徳には形式的と精神的との両方面がある」(『新版道徳科学の論文』以下「論文」と略記 ①二四頁)という。形式的方面というのは、その国または民族の歴史によりつくられた習慣・礼儀などを指す。これらに適合する行為であれば道徳的であると人々から賞賛され、その人は成功する可能性が高い。しかし、たとえ成功してもそれが一時的であったり、病氣にかかったり、円満な幸福を得られないことがある。これは、その道徳的行為には精神面に欠陥があるからだという。道徳的な行為をしても、あまりにも心が小さいとか、偏っていると、正直すぎるとか、頑固であるという人は、幸福が得られない。広池は、それまで形式だけから考えられがちであった道徳の精神面を強調した。そして、世間一般でおこなわれている道徳を分析し、その精神面の基礎が人間の自己保存の本能にあるという。

それに対し、広池が提唱する道徳は、いわゆる聖人の生き方に学んだものである。広池は聖人の事跡や教訓に一貫するものとして慈悲の心があることを発見した。その慈悲の心に基づく生き方を、広池は最高道徳として、世間一般の道徳(普通道徳)と区別した。その質の高い道徳を行うことによって、人は高い品性をつくり、結果として安心・平和・幸福を得られることを明らかにした。最高道徳の実質・内容を学問的に明らかにし、普通道徳との比較をしたのがモラロジー(道徳科学)である。モラロジーでは、聖人の示した最高道徳の内容を、自我

没却の原理、神の原理(慈悲実現の原理)、義務先行の原理、伝統の原理、人心開発救済の原理という五つの原理によってその実質を明らかにし、最高道徳の実行を促している。

ところで、広池がモラロジーを提唱したのは今から七〇年以上も前であった。広池は昭和の初期に、近代のめざましい学問の進歩と科学技術の発展に伴い、道徳も発展していかなければバランスがとれず、人間性を軽んじた科学偏重の社会となり、人間を豊かにするはずの科学によってかえって不幸な結果になってしまふことを訴えた(『論文』①一七頁)。その後、日本は第二次世界大戦を経て、民主主義社会へと根本的な転換をした。世界的にも、人権を尊重しようとする流れは高まり、イデオロギーの対立を超えて世界平和を求めようようになってきた。人間性を尊重する考えは一段と進み、人類愛に基づく活動は活発になり、それまで当たり前で意識すらできていなかった人々の心の中に巣くっている差別心が徐々に明らかになってきて、弱者といわれる人が生きやすい社会、すべての人が尊重される差別のない社会へと向かっているようである。これは、広池のいう道徳が多少なりとも進歩してきたことを意味しているのだろう。だが他方では、学校でのいじめは陰湿さを増し、いじめによる殺人、いじめから逃れるための自殺、子どもに対する残酷な殺人事件、無差別殺人事件などが目立ってきている。これらの諸事件の本質はさまざまに考えられようが、一つには文明の発展に伴う、精神面のフォロワーが欠けていることは間違いないのではなからうか? つまり、子どもとか、社会の落ちこぼれと言われる人たちの苦しみが増大しているのではないだろうか。そして、そのような状況を生み出していることこそ、文明の発展の裏側に潜む陰の部分といえよう。現在こそ、広池の訴えていたように、文明の光と陰が明らかになってきているのではないだろうか。ここでは、人々の心の中に埋もれている文明の陰の部分はどうしたら癒せるのかを、最高道徳の自我没却の原理を手がかりに考察してみたい。

## 二、広池の目指した自我没却とは？

### (一)、自我没却の抱えている問題点

最高道徳の五つの原理の最初に示されるのが自我没却の原理である。人間が生まれながらにして持っている自我(利己心)を没却して慈悲心に生まれ変わることによって、高い品性をつくり、結果として個人の安心・幸福、そして世界の永遠の平和を実現させようというのが自我没却の原理のねらいである。ところが、モラロジーの社会教育の現場から、自我を没却すると個性がなくなる、萎縮してしまう、と伸び伸びとした生き方や活動が出来なくなると感じている人たちがいると報告されている。広池のねらいを考えると、大きな誤解が生じているようである。ここでは、何故にそのような誤解が生まれるのかという考察を通して、広池のねらいとした自我没却の真意を探ってみることにする。

広池の考えが誤解して受け取られているのには、いくつかの原因が考えられる。一つは時代のずれである。時代の変化は、人々の意識を変化させ、説得の仕方にも影響を与えている。戦前の日本の社会では、「上から教える」というスタイルが当然のことであったが、現在は「共に学ぶ」という学習態度に慣れている。そのため、上から教えるというスタイルで伝えられると、その内容ではなく、伝え方に反感を感じる人も多くなってきている。同様に、マイナスを消さなければいけない、克服しなければいけないと教えると、萎縮してしまう人が増えている。叱咤激励する言葉によって、「なにくそ」と意欲を高める人が多かった古えの時代と、意気消沈してしまう人が多い現代とは、同じ言葉でも、結果が正反対になってしまうこともある。

また、時代の変化は、言葉の意味すらも変えている。学問の発展につれて、当時使われていた言葉が、現在では同じ意味では使われなくなったものもある。広池の著作になれている人は、時代のずれを翻訳して読み込んでいるが、現代の感覚で接してみると違和感を感じる言葉・内容が多々ある。

もう一つの原因が、広池自身の中にあると考える。広池は最高道徳を行えば幸せになることを誰にでも知ってほしいと考えていた。そのため、最高道徳の実質・内容を科学的に明らかにした。他方、知識として知っているだけでは、その人の幸せにはつながらないことも知っていた。つまり、最高道徳を実行する人が増え、より幸せになる人が増えてほしかったのである。そのため、最高道徳を実行するモデルをつくること、誰でも実行できる方法を示すことをも考えていた。つまり、広池の中に、学者としての立場と、実践者・指導者としての立場が共存していたのである。それぞれの立場からの発言が、時には違った言葉になることもある。広池の二つの立場の違いを理解していないと、誤解を生む危険性がある。以下、これらの点について、自我没却に関する問題点として詳細に検討していこう。

### (二)、自我概念の変遷

広池はモラロジーで自我没却を説く際に「自我」「自己保存の本能」「利己的本能」という用語を使用している。だが、すでに『モラロジー研究』第三七号で岩佐が指摘しているように、それらの用語の広池の使用には混乱が見られる。「自我」を説明する際に使用される「自己保存の本能」と「利己的本能」の混乱をみてみよう。

①「自我(Egoism)とは人間の自己保存の本能のことです」(『新科学モラロジー及び最高道徳の特質』以下『特質』と略記 一六三頁)

②「自我と申すは、利己的本能のことです」(『論文』①第二版自序文三〇頁)

自我の説明に二種類ある。一つは「自己保存の本能」といい、もう一つは「利己の本能」と述べている。これだけを取り上げると、広池は書き間違えたのではないかとすら考えられるが、この用語の使い方の裏には、次の立場がある。

①自己保存の本能と利己の本能は同じ

「自己保存の本能即ち利己の本能」(『論文』①七八、七九頁など) という記述。

②自己保存の本能と利己の本能は違う

「自己保存の本能は、たえずその境域を越えて利己の本能に進み」(『論文』第二版自序文)①一〇頁など) という記述。

ここで簡単に説明すると、自己保存の本能とは文字どおり自分の生存に必要なことをしようとする働きである。それに対し、利己の本能とは利己的な現れを示す。広池は、自分の生命を守り、種族の存続を図るために自己保存の本能が必要であることを認める一方で、それがすぐに利己的な傾向を示すことに警鐘を鳴らしているのである。例えば、肉食動物は、自分が満腹の時にはどんなに美味しそうな餌(小動物)が目の前を通っても捕らえない。人間だけが、蓄えることを知り、自分たちの現在必要なもの以上を求めるのである。人間は、知的発達を遂げたことよって利己的な傾向をもつようになったのである。その利己的な傾向は、日常のさまざまな場面で顔を出している。食事をするときも、美味しいものが出てくると、満腹でもさらに食べようとする。自分の生命を維持する以上の食欲は利己的なものだ。つまり、人は自己保存の本能での行動をしても、すぐに利己の本能の行動になってしまうというのである。

さてそこで、広池の著作から前記の二種類の記述を取り出し、比べてみよう。すると、『論文』(昭和三年)、『特質』(昭和五年)における記述は前者の①、それに対し『孝道の科学的研究』(昭和五年)、『論文』第二版の自序文(昭和九年)、『講習会テキスト』(昭和一〇年)、『国民精神総動員』(昭和十二年)、『内容の概略』(昭和十二年)などの記述が後者の②になる。ただし、『特質』には両方の記述がみられる。つまり、昭和五年には両方の記述がみられるのだが、その前後においては別れており、時代的に明確に区別できるのである。

このことから、広池は、初期には、没却すべき自我を「自己保存の本能」すなわち人間の心の働き全てと考えていたと思われる。しかし、混然とした時期を経て、晩年には「自我の内容は利己の本能であり、自己保存の本能はそれ自体は善でも悪でもない」という見解に落ち着いたと考えられる。

それでは何故に、これだけの概念の変更が生じていながら、晩年に『論文』や『特質』を書き改めなかったかという疑問が生じる。

### (三) 実践的立場と理論的立場の混在

私は、広池がこの概念の変更を大幅とは感じていなかったからだと思う。広池にとって「自我」概念を使用する本質的立場はすでに『論文』に示されており、ずっと一貫している。ここでは、その本質的立場を踏まえて概念の変更がなぜ生じたのかを考察しよう。

「自我の没却とは、自己の不完全なる先天的及び後天的原因に基づくところの自己の精神を棄却して、神(本体)の本性すなわち自然の法則に適合するように改心することを用いるのです。すなわち宗教語をもっていえば、自己の解脱にあたり、もしくは自己の救済されることに当たるのです」(『論文』⑦一九二頁)。

1) ここで表現されている「自己の不完全なる先天的及び後天的原因に基づくところの自己の精神」を、当初は

「自己保存の本能」と言い、その後「利己の本能」と厳密に言うようになったと考えられる。つまり、言葉は「自己保存の本能」から「利己の本能」へと変わったが、指している内容には変化がないのである。広池は、人は放っておけば利己的な傾向のほうが強くなり、利己主義の人間が多くなってしまふという認識の上で、そのような人間がどうしたら「神意同化」していけるかを説いた。その際、神意同化を妨げる「不完全なる精神」を説明するために「自己保存の本能」とか「利己の本能」という言葉を使ったのである。

(2) 没却する内容として「自己保存の本能」、つまり自分の「心のすべて」という言い方をするのは、実践的立場からの発想である。理論的には、自分の心の中の「利己的部分」(利己の本能)だけを没却すればいい。しかし、自分を変えようとするとき、「一部だけ変えればいいんだ」と安易に考えていては自分を変える可能性は低い。今までの自分を全部捨てて新しく生まれ変わるんだ、と全力で挑戦して始めてある程度の成果が期待できる。ここに、理論的立場と実践的立場の言葉の使い方の違いが示されている。広池は、大正時代に自分の心を改めるために自分の生命をかけた努力をしてきた。その心改めの努力の重さが、実践的立場でモラロジーの著書を書かせていたのではないだろうか。

昭和五年に公刊された『特質』には、両者の立場が混在しているが、その引用から理論的立場と実践的立場が、一人の人間の中では決して矛盾していないことを読みとってほしい。

「すべて人間として全部自己保存の本能を没却すれば生存することは出来ませぬ。(中略)我々人間は自己の一切の本能を没却して我が精神を空虚に致し、その中に自然の法則即ち神の心、換言すれば聖人の御教えたる最高道徳を入れて立てかえを為さねばならぬのであります。かように立てかえを致しますれば、自己保存の本能即ち飲食本能、生殖本能、群居本能(中略)などの中に自らその生存に不用な部分即ち利己主義は滅盡せ

られ(後略)」「特質」一六六頁)

確かに、一切の本能を没却してしまえば人は生きていけなくなってしまふが、一切の本能を没却して自分の精神を無にして慈悲の心を入れなければ、心の立てかえはできないのである。実践的には、一切の本能を没却するのだ。一切の本能を没却した結果、利己的なものだけがなくなった新しい人格に生まれ変わることができるのである。

(3) 以上のことから、広池は当初、没却すべき自我を実践的な立場に立って「自己保存の本能」(自分のすべて)としていたが、より多くの人に(未だモラロジーを実践しようとしていない人にも)誤解なく受け入れられるように、理論的矛盾のない「利己の本能」という言葉で記述するようになったのではないだろうか。その分岐点が昭和五年頃になっていると考える。

#### (四) 本能について

さて次に、何故に広池は「自己保存の本能」「利己の本能」「道徳的本能」といった概念を使用したか、そしてそれは現代ではどのように受け止められるのか、時代のフィルターを通して考えてみよう。

(1) 二〇世紀初めの社会心理学・社会学に多大な影響を与えた学説のひとつに、『論文』にも引用されているが、マクドゥーガルの「本能説」がある。人間の行動を本能から説明しようとしたものであるが、現在では否定されている。そもそも「本能」とは、動物の行動を直接的に規定するもの(種固有の定型的な行動パターン)を示した。その概念を人に当てはめたのだが、人の場合には行動を直接に規定するものを本能とは言えない。人の行動には、本能的な衝動も働いているが、後天的な学習がより大きな影響を与えている。本能と行動が直接

的に結び付いていないので、同じ行動であっても違った本能に衝き動かされていることもあり得る。そこで、人間の行動を本能に当てはめて解釈しようとする諸説が出てくる。動物実験のように人間を実験台にすることはできないため、諸説は各々の観察以上の証明方法をもたない。乱立した諸説に科学的決着はつけられなかった。そこに、「本能説」が挫折する原因があった。(本能概念それ自体が否定されたわけではない)

(2) 広池は「本能」という言葉を使ってはいるが、「本能説」における使い方は違ふ。広池の場合は、人間の大きな傾向性を「本能」という言葉で表現している。言い換えれば人間の「本性」を明かにしようとしたものと言えよう。つまり、広池が展開したのは「人間の本性論」であり、それを当時盛んだった「本能」という言葉で表現しようとしたのである。<sup>1)</sup>

(3) 広池の「本性論(本能論)」のインパクトの強さは、我々の心の中に「利己的な傾向」が存在し、それが日常生活のトラブル、種々の社会問題、さらには文明レベルの諸問題の根源になっていることを明かにしたところにある。その後、フロイトの精神分析などの影響を受けて、社会問題の原因を心理分析によって解明しようとする試みがなされていることを考えると、広池の研究は先駆的なものだったといえよう。

(注1)

「本能と申すは日本語の天性、本性、内部刺激など云々と同一でありまして、人間の肉体的及び精神的生活に於ける其己の保存、発達及び満足を要求する所の人間固有の本性を指す名であります」(「特質」七九―八〇頁)

(四) 自我没却のねらいは解脱・悟り

広池が「自我没却」でもっとも訴えたかったことは、「利己的本能を去って天地の全法則に従へ」(「道徳科学及び最高道徳の実質並びに内容の概略」以下「内容の概略」と略記 一五頁)ということであった。それを他の言葉で表わすと、「祓禊(身滌)、濟度、解脱、開悟、灌頂、洗礼」(「内容の概略」一五頁、「論文」追加文六五)④(四三二頁)ということである。この立場は「論文」の時から一貫している(「論文」⑦一九二頁)。ここでは、自我没却は「神に近づく原理」(「内容の概略」三五頁)であり、解脱が目標であることを確認しておきたい。

最初に述べたように、解脱・悟りを目標にした自我没却であるが、現在の社会教育の現場では「自我を没却すると個性がなくなる、萎縮してしまふ」と、伸び伸びとした生き方や活動が出来ないという誤解を生んでいる。悟りを得るといふ、高い目標に向かっていく内容なのに、積極的なポジティブ思考ではないと考えられているようである。その誤解の一因は、自我没却という言葉のイメージにあるのではないだろうか。自我没却という言葉は、悪いものをなくすというニュアンスを感じさせる。つまり、マイナス消去法と受け取られるのだ。積極的に自分を高めていこうとするポジティブ思考の原理なのに、マイナス消去法のように消極的なイメージに受け取られるところに最大の問題がある。これは、自我没却という用語のもつマイナス面と言えよう。

(六) 自我とエゴイズム

さてすでに述べたように、広池の「自我」の概念規定は成功しているとは言えないが、人が成長したり、人間関係や仕事などにおいて妨げになる要因が人の心の中にあることは間違いない。広池は「自我没却」で、「第一に利己的本能を去り、第二に天地の法則即ち神意に同化する事」(「内容の概略」一五頁)と二つのねらいを述べてい

る。悟りを妨げる「利己的本能」(自我)を克服することが第一のねらいであるが、それは第二の「神意同化」をもたらしための第一ステップだからである。何度も言うが、「没却」という言葉から、消極的なイメージをもつ人もいるが、「悟り」を得るためという積極的な性格を見逃してはならない。

悟りという点から考えると、広池の「自我」は、仏教用語での「大我—小我」の小我の意味に近いのではないかとと思う。小我とは「自分一人にとらわれた狭い我。利己的な立場の主体性」(『大辞林』)というように、囚われた人間主体をいう。似たニュアンスの言葉に、自分のことしか考えない「エゴイズム」がある。しかしエゴイズムは「考え」であり、存在としての小我の現われの一つがエゴイズムになる。広池がエゴイズムという言葉を用いるには使いながらも全面的に使用しなかったのは、考えを改めるというレベルではなく、人間性そのものの「更生」を訴えたかったからではなからうか。つまり、第一と第二のねらいを一言で表わそうとしたのではなからうか。

しかし現代では、精神分析に端を発する心の科学が発展した影響があり、自我という言葉では広池の意図した内容が伝わりづらい。つまり、大正・昭和の初期頃までは、自我を小我と同じ意味で使っていたのかもしれない。しかし、現代では自我という言葉は、「①〈誓〉自分。自己。個体の主体をつかさどる主体としての私。②〈心〉(自分自身に関する主体としての意識の総体。自我意識。(4)精神分析で、イド・超自我とともに人格を構成する心的領域)」「大辞林」と使われており、自我という語に「利己心」の意味を持たせるのは、誤解を生みやすくさせているだけであろう。そこで、自我という言葉を用いて「エゴイズムに言い替える提案がなされている。岩佐が『モラロジ—研究』第三七号と第四二号で「エゴイズムへの言い替え」を展開している。広池は、第一と第二のねらいを一言で表わす言葉に苦勞し、「自我没却」にたどり着いたと考えられるが、現在においては適切な言葉が見つからない。そのため、無駄な誤解を避けるということと、「悟り」への可能性を開くという点から、まず自我没却の第

一(利己的本能を去る)の意味が伝わる言葉に言い替えたほうがよいと考える。「自我没却」のすべての意味を言い表せないのだという限定のもとで、筆者も「自我」の代わりに「エゴイズム」を使用することに賛成する。

### 三、人はなぜ自我をもつのか？

#### (一)、囚われとエゴイズム

さて、次にエゴイズムについての考察に移ろう。ここでは、心理療法の現場的視点からモラロジ—で問題にしているエゴイズムについて考えてみよう。

エゴイズムが表現されるにはレベルの差があるが、モラロジ—で問題にするのは、悟りを得ようとしながらかえって悟りから遠ざかってしまう善良な人のエゴイズムである。つまり、本人が気づかないうちに密かにエゴイズムに汚染されていて、他人からは分かるけれども本人は気づかないというレベルと、他人から見ても分からないけど実はエゴイズムだったというほど微細なレベルの心づかいを問題にしているのである。

その心の奥深くのエゴイズムはどのように表われるのだろうか？ 事例で考えてみよう。Aさんは、上司から常々「あいつは真面目なんだが、もうちょっと人の言うことを聞いたらな」と言われていた。Aさんは他人の期待に答えて、仕事を一生懸命やるのだが、上司や同僚がアドバイスしても時として頑なに聞こうとしないことがある。このような傾向の人は少なくないと思う。「他人の言うことを聞くと自分のプライドが傷つく」と、勝ち負けにこだわっている人が多い。しかし、Aさんの場合は、話し合いの場などでは柔軟性があり、プライドにしがみついているとは思えない。そこで、Aさんの心を探っていくと「親切で言ってくれていると頭では分かるが、攻撃されているみたいと感じることが明らかにあった。そして子どもどものころ、何かする度に兄から「ああしろ」

「こうしろ」と命令され、ケチをつけられていじめられていたことをAさんは思い出した。自分でも忘れてしまっていた、子どものころに受けた心の傷が癒されていなかったため、他人から具体的に指示されたとき、自分がまた傷つけられるのではないかという恐れ、理不尽だという思いがわき起こり、無意識のうちに過剰な反応をしていたのだ。心の傷が癒されていなかったため、自分の意識上での意図とは異なった行動をとっていたのだ。

このことから分かるように、エゴイズムというのは心の奥深くにまで根ざしているものもあり、ちょっと意識すれば簡単に克服できるなどという代物ではない。自分ではなかなか気づくことのできない、そして克服するのも難しいのがエゴイズムであり、それだからこそ徹底的に克服していけば悟りへと通じるものなのだ。

## (二) エゴイズムを作り出す源

さて、自分ではなかなか気づくことのできないエゴイズムをいったいどのようにして身につけてしまうのだろうか。その要因として次の四つが考えられる。

① 自己中心性・岩佐は、エゴイズムの本質を自己中心性（エゴセントリズム）と考えている（『モラロジー研究』第三七号、第四二二号）。自己中心性とは、ピアジェが研究した概念であるが、子どもが自分の立場からしか物事を見ることが出来ない状態を示す。現象学が明らかにしたように、人は自分の立場からしか物事を見ることはできない。そういう点で、自己中心性に陥りやすいのは人間の根源的な傾向であることは間違いない。そのため、人は自分の見え方をつねに他の人と照らし合わせて吟味してないと、自己絶対化を起こす危険性がある。自分の立場からしか見えていないことを正当化し、絶対化しようとするときエゴイズムが生じる。

② 模倣…「創造は模倣から」という言葉もあるが、人がやっているのはほとんど模倣である。学ぶは真似るからきている。子どもは親の真似をし、大人の真似をし、友達の子の真似をして自分の行動を作りあげていく。エゴイズムに囚われているごく普通の親や大人の後ろ姿に学んだ子どもたちが、知らぬ間にエゴイズムを身につけるのは当然であろう。親の怨念ともいべき恨みつらみや未消化なものを、いつしか子どもが引き継いでしまっていることが臨床場面から明かにされている。（アダルト・チルドレンの研究など）

③ 反復（仕返し）…教育の現場では「いじめ」が問題になっているが、いじめっ子はどのようにしていじめ方を学んだのだろうか？ いじめっ子はその前にいじめられっ子だったのである。親に、大人に、教師に、または年上の子に、友達にいじめられていたのである。人に愛された者は人を愛し、人にいじめられた者は人をいじめめる。模倣と近い動きであるが、仕返しの場合には心の傷を負っている点異なる。模倣は、それが模倣だと気づいても気づかなくても、自分の意志で修正していきける。真似るのも、真似ないのも、本人の自由意思の範疇だからである。しかし、心の傷を伴っているメカニズムは自由意思の範疇を超えている。だから、たとえ自分が他人をいじめていると気づいていても、意識の上ではいじめを止めようと思っても、なかなか止めることが出来ない。意識のレベルで「悪いことだ」と考え、抑えようとするほど、問題はかえって複雑になる。現象を止めようとするのではなく、本人の心の傷を癒すことが鍵なのである。

④ 投影…人は心の中の葛藤を外の出来事として見ようとする。疲れているから休みたいと思っている自分の気持ちを抑えている人は、サボっている人を見たり、だから仕事をしている人を見ると腹が立つ。自分の願望を識のレベルでの嫉妬心が、正当な理由づけの下で「批判」や「攻撃」という形で発現される。また、子どもの時に感じていながら表現できなかった父親への反発を、大人になってから上司に向けてみたり、身近な女性の



友人や妻に母親像を求めたり、男性に父親の役割を求めたりすることがある。これらが投影といわれる心の働きである。自分の心の中の満たされないもの、幼いときに負った心の傷が、正当性という仮面を付けて他人を批判・攻撃したり、相手を振り回す動きとして顔を出してくるのである。

これら四つの心のメカニズムによって、自分では気がつかない内いつしかエゴイズムを身につけてしまっている。それこそ、成長すること自体が、エゴイズムを身につけていくことなのかも知れない。そのため、エゴイズムが発現されることは悪いことだと一方的に考えたと苦しくなる。自分の意志の力で克服していけるエゴイズムだけではないから、エゴイズムを持つている自分を責め続けることになるからだ。生きている限り誰でもエゴイズムをもっている。一生自分を責め続ける生き方を選ぶのではなく、エゴイズムが発現されるから、自分の心の中を探るチャンスが生じるということに目を向けたいものである。

### ③、投影とエゴイズム

普通の状況では、エゴイズムが発現されていると本人が自覚した場合には、自分の行動（心）を修正しようとする意志が働く。そこで修正できれば問題はない。しかし、修正できない場合もある。つまり、自分でエゴイズムに陥っていることを自覚できない場合、あるいは自覚できたとしても自分の行動（心）を自分の意識の力だけではいかんともしがたい場合がある。ここでは、その修正できない場合について、つまり、自分の思うようにならない自分の心について掘り下げてみよう。

同じものを見ていても、人によって見え方が違うという経験をしたことがあると思う。これは、各々の人の心のあり方が違うから、人によって見えているものが違うのである。人は自分の関心のままにものを見、聞いている。

例えば、騒音の激しい路上で話しをしていたとしよう。騒音は気になるが、相手の声を聞くことはできるはずだ。だが、その時に、テープレコーダーで録音していたらどうなるだろうか。再生してみると、相手の声が雑音にかき消されて聞き取れないことに愕然とすることだろう。テープレコーダーと同じように、人の耳にも雑音と聞きたい相手の声とが混じって入ってきていたはずである。それなのに、雑音をカットして、相手の声だけを聞いているのが、機械と人間が違うところである。つまり、人は自分が聞きたい音だけを聞いているのだ。意識していないレベルで、何を聞か選びとっているのである。

考えてみれば、私たちの周りには限りないほどの情報刺激がある。それを全部受け入れていたら、からだが多たないのではないだろうか。自分に必要だと思ふ情報、関心のある情報だけを選びとっているから、快適に過ごしているのである。その選び方が違う人と一緒にいると、同じものを見ているはずなのにまるで違ったものを見ているかのような感じすらうけるのである。

そして、それぞれの人特有の見え方に、その人の心のあり方が示されている。例をあげよう。「私はBさんに嫌われて困っている」という人がいた。その人の見え方は、Bさんが私に対して冷たい、私を避けているということである。そう見えるのでBさんは私を嫌っているのに違いないと考えたのだ。ところが、その人の心を探ると、「Bさんが私を嫌っているのではなく、私がBさんを嫌っている」ということが多い。人を嫌ってはいけなと思っていますので、Bさんを嫌っている自分を認められない。すると無意識のうちに反転させて「Bさんが私を嫌っているので困る」と、困る原因を自分ではなく他人のせいすり替えてしまう。

また、「Cさんが嫌い。顔も見たくない」というDさんに嫌いな理由をあげていってもらおうと、眉間にしわを寄せて大声でしゃべっていたのが次第に元気がなくなつた。そして、「自分だ。自分の中の嫌いな部分をCさんが見

せてくれていたんだ」と気づいた。

これらが投影である。自分の心の状況を、外の世界の出来事として映し出し、自分の心の中の葛藤を見ようとしない心の働きである。人は、「あいつはダメだ」「あいつが悪い」と、他人を切り捨てたり、善悪をはっきりさせて悪者をつくりがちである。しかし広池が述べているように、相手を「高慢・我慢もしくは不親切な人と断ずるのは、その実かえって自己に高慢心・我慢心の存在することを示している」(「論文」⑦(一〇二頁))。つまり、今見えているものは自分の心の「投影」なのである。自分が見ているものを、自分の心の中に問うとき(自己反省)、自分の心づかいに気づき、心を高めていく可能性が生じるのである。

広池は、自分が見聞きするものすべてを自分と無関係なものとはしなかった。因縁、運命、徳という言葉を使い、すべてを自分の引き受けるべき責任と考えた。そうして自分の心を高めるためのチャンスにした。他の人の「悪」が見えるのは、自分の中に「悪」があるからであり、その自分の心に気づくチャンスを与えられたと感謝して受け止めたのである。自分が見聞きしたこの世の中のものすべては、囚われに満ちた自分の心に気づかせてくれる神の恵みなのである。広池は、無意識のレベルでの心の動きに注目し、自分の心を更生(改心)してこようとしたのだ。これが、広池の行おうとしていた「自我没却」なのだ。

この努力は、現在心理臨床の場面や個人の成長を図るワークショップなどで行われている心的メカニズムを思い起こさせる。そこでは、囚われている自分の心に気づき、その原因である心の傷を癒し、囚われのない柔軟な生き方ができるようにとさまざまな援助がなされている。まるで、広池が行なってきたことを発展させているかのようである。

#### ④、自己実現と悟り

現在の治療的ならびに教育的ワークショップなどを行なう立場では、人は成長へと向かう存在だという。その人間が、本来の力を発揮できないのは、心の傷を負っているから、もしくは間違った教育(自己像づくり)を受けているからだ。人が成長するというのは、本来の自分を取り戻すことであり、自分を抑えて外側の理想に合わせることでない。マスローは「自己実現」という概念で、本来の自分を取り戻した人たちがどれだけ生き生きとし、人々から尊敬されているかを明らかにした。本来の自分を取り戻した人は、自分を大切にするように周りの人を大切にする。その特徴として、とらわれのなき、柔軟な心があげられている。

カウンセリングの祖ともいべきロジャーズは、人は成長へ向かう存在であるからその人の力を発揮できるような援助をすることが大切だと考えた。囚われがなくなれば「十分に機能する」人になる。その特徴は、①自分の経験に開かれているので柔軟性と創造性がある、②生き生きと瞬間瞬間を豊かに生きている、③自分への信頼があり同時に他人と最大の調和を保つ、などがあげられている。

自己実現で説く人間性とモラロジーの目指す品性の完成には共通点が多い。どちらも形成された人間性について、どんなことが生じても囚われることなくあるがままに受け入れ、すべてを生かしていく生き方を指摘している。しかし、そこへ到達するために提示されている方法には大きな違いを見せる。

自己実現の生き方は、理想とか価値を外側に認めてそこに近づいていこうとするのではない。自分を信頼し、自分を高めていくことによって、自分に開かれ、他人に開かれた人間性が培われるという。外側にある価値観に自分を当てはめていくのではなく、自分らしさを追及していった結果、建設的で、創造的で、自分を大切にし、他者を大切にし、社会を大切にできる人間ができるというのである。

それに対し、モラロジーでは聖人の示した生き方をモデルにする、つまり自分の外側にある理想に向かって進んでいく。具体的には、「悟り」への道を、神（自然の法則）への服従によって開こうとする。自我没却の方法は、①伝統もしくは準伝統に服従し、②人心の開発もしくは救済をなすこと（論文）③一九三頁）である。外（神）の価値に従うことによって、自分を無にしていく生き方であり、自己実現とは全く違う。

だがここで注目したいのは、服従するためには自分のすべてをなげうつ覚悟が必要だということである。自分に損や害がない場面で他人の言うことに従うのは簡単である。だが、結果がどうなるか分らない、もしくは自分の考えでは不利になるとしか思えないアドバイスに従うことはなかなかできない。信頼している人の言葉でも聞けないというのが利己心である。自分の利害に囚われているのである。そんな自分や自分の立場への囚われを超えて伝統に服従しようとするのは、責任は自分が引き受けるといふ覚悟を伴った、主体的な決断なくしてはできない。それこそ「結果は神に任せよう。でも、どんな結果になっても責任は自分で引き受けよう」という心境であろう。

多分、この自己責任性の心は前述の自己実現で述べた場合と同じであろう。この自己責任性のレベルをどれだけ深めていけるかが、「悟り」の深まりにつながるのだと思う。親鸞が仏にすべてをゆだねる他力を説いた所以であろう。親鸞の他力は、すべてを人任せにして自分は何もしないのとは違う。結果はどうなろうと、たとえ地獄に墮ちるようなことがあっても、私は決して後悔はしない。私は全面的に信じて進んでいくという固い決意の現れとしての他力なのである。自分への信頼に基づく「自己実現」と、自分を空しくしていく「自我没却」、さらに言うと、自分を追及していった結果自分を超える「自己実現」と、自分を超えたものに服従（同一化）していくことによって自分を超える「自我没却」という全く異なった方法が、両者とも自己を超える心に到達し、その特

徴として自己責任性、主体的決断性を示すのは興味深いことである。次には、不思議な共通性を見せる自己実現の立場と自我没却のあり方を実践的な側面から考察することにしよう。

#### 四、自我への対し方——ゲシュタルト・セラピーの人間観

心理療法の癒しの技術に大きな影響を与えたゲシュタルト・セラピー（Gestalt Therapy）の人間観にふれてみよう。ゲシュタルト・セラピーは、一九五〇年代に精神分析家フリッツ・パールズによって開発された心理療法であり、人間性の研究で有名なエサレン研究所において人間性心理学のマスロー、カウンセリングの祖といわれるカール・ロジャーズらが中心となって「人に対する伝統的なかかわり方を再考する」運動を進めていた中の一つでもあった。ゲシュタルト・セラピーはその後、多くの人々によって研究が進められ、発展し、その考え及び癒し方は現在のさまざまな心理療法に多大な影響を与えている。ここでは、人はどうして悩み、葛藤を持つのか、その葛藤にどう対処するのかを中心に見てみよう。

#### (一)、人格の層

たいいていの人はありのままの自分としては生きていない。自分が本当にやりたいことを控えて、他人の期待に応えようとし、役割を演じている。他人の目を気にせず、自分らしく生きることができない姿は、自分を偽って生きていると言えよう。「偽りの自己」を演ずる裏側には、ありのままの自分を認められず、ダメな自分から逃れようとしている姿がある。自信がないのに有能な仕事人間を演じたり、嫌われたくないのでよい人を演じたり、家庭に喜びを感じていないのによい妻、よい夫、よい親、よい子を演じたりする。その根底には、ありのままの

自分に対する根深い不満やコンプレックスがある。そんな自分を嫌悪し、ダメな自分を見ないようにし、自分から逃れようとしている姿なのだ。

子どもは、親に愛されるために親の期待に応えようとする。ところが、人の期待に応えようとする努力は、本来の自分になるのではなく、偽りの自分を演じることになるから、一時的な喜びは得ても、続けていると自分らしさを失わせていく。そんな偽りの自分を演じていると、「このままではしんどい」「生きていけない」という警告のメッセージが、慢性的イライラや人間関係のトラブル、からだの不調、過食、その他さまざまな心身の病となって現われてくる。これが病的恐怖の層である。

病的恐怖の層は、偽りの自分を演じていることに気づき、偽りの自分を打ち破り、ありのままの自分を取り戻すためのチャンスをもたらす。病的な層を見ていくと、トップドッグ（タテマエ）とアンダードッグ（ホンネ）の葛藤がある。「……すべき」というタテマエが強いと、「本当は……したくない」という影の部分であるホンネも強くなっていき、対立・抗争が大きくなる。

## (二) トップドッグとアンダードッグ

トップドッグとアンダードッグは上下関係になっている。片方が上に立ち、他方を押さえつけている。トップドッグは、「立派になれ」「理想に向かって走れ」と叱咤する。そして、「しないとうろくな人間にならない」「しないとみじめになるぞ」「将来はない」と脅す。そのトップドッグの基準は外側にある。例えば、親、教師、世間の目である。世間から気に入られるように「偽りの自分」を強化するから、期待に応えようとしないうアンダードッグを抑え込もうとする。

それに対し、アンダードッグは外から押しつけられることへの反発である。本当はこうしたいという気持ちがある。歪められるので、駄々っ子のように反対する。だが、トップドッグが強烈だと、アンダードッグは表立っては反抗できない。表立って反発できないと、陰湿に足を引っばるようになる。「そんなこと言ったって、できるはずがない」「やればいんだろ」「明日やるよ」と従っているように見せかけながら、いつのまにか行動しないようにするのだ。その陰湿化の度が増すと、「こんな努力しているのにうまくいかない」という状態に陥らせる。合格するのは間違いないと言われていたのに、試験の当日に体調を崩して受験に失敗した。練習では上手くいくのに、本番ではいつも失敗してしまう。などと、本人の気づいていないところで、押さえつけられていたアンダードッグが期待を裏切る行動を見事にとらせる。

また時には、アンダードッグとトップドッグの位置がひっくり返ることがある。いわゆる居直り、開き直りである。その際、それまでの抑圧がひどいと、ひっくり返ったとき自暴自棄に陥り、破壊的な行動をする。

程度の差こそあれ、人はトップドッグとアンダードッグの対立を抱えている。「そんなことをしたら笑われてしまう」「あいつに負けるな」「皆はどうしているんだろう」と、トップドッグは世間の目を気にして、自分がどうしたいのかに目を向けない。外の基準に合わせていると、本当はやりたくないのに外に合わせて振る舞う苦しさや味わう。それになどえその行動を誉められても嬉しくない。「誉められたのは本当の自分ではない。もし、本当の自分を出したら嫌われるに違いない」と、心の底で感じているからだ。さらには、「本当はこんなことしたくない」と本来の自分が叫び出す。トップドッグを強化してこの空しさと苦しさを乗り越えようとしても、悪循環に陥るだけだ。

この葛藤を解決するには、トップドッグとアンダードッグを対等に対決させるしかない。そして、それは自分

の生き方すべてを問い直す試みなのである。

### (三)、葛藤を引き受ける

トップドッグとアンダードッグの葛藤を見るのは、本人にとっては非常につらいことである。そのつらさを避けるため、無意識の働きで巧妙な逃げ方をしているのがふつうである。そこで、その逃げている現実をつぶさにみていくことが葛藤に迫る手がかりになる。多くの人は、自分の心の中の葛藤を見ないで済むように、自分の心の中の受け入れたくないものを外の世界に投影して、自分とは無関係のものとしている。自分のアンダードッグを他の人に投影するのだ。こうすれば、自分の心の中にはトップドッグしかないので葛藤がないことになる。

例えば、私は立派で間違いなどしないのに、周りの人が私の足を引っ張るので困るという状況が往々にして起きるのはなぜかを考えてみよう。真面目に仕事をしない愚図な部下、いつも自信がなくドジばかりしている恋人、悪ふざけばかりして親の言うことを聞かない子どもなどは、実は自分のアンダードッグを演じてくれている姿だ。その人たちに対して、優秀で、真面目で、自信満々で、間違いのない正義の人といったトップドッグの塊のようなのが自分である。トップドッグとしての自分は、アンダードッグである周りの人たちを責めたてる。周りの人々たちを責めたてているのが現実の場面であるが、それは実は自分の心の中の葛藤を対人関係をスクリーンにして映し出しているにすぎない。表面の仮面をとると、優秀でなければならぬ、真面目にしなければならぬ、いづも堂々としていなければならぬ、間違いを犯してはならないというトップドッグに煽られている自分がいる。そして、心の中では本当はそんなに優秀でもなく、おどおどしてドジもするし、間違いもする自分だということも知っている。だが、ダメな自分を、強烈なトップドッグの前では出せなくて苦しんでいるのだ。責めたて

られる周りの人たちは自分のアンダードッグ、そして責めるのは自分のトップドッグ、自分の心の中の葛藤を周りの人に手伝ってもらって表現しているのが現実の世界だ。だから、環境が変わって、周りの配役がいなくなっても、すぐにアンダードッグを演じる次の人をついつの間にか探し出してくるのだ。

この関係を解消するためには、自分の心の中の葛藤を探っていくしかない。相手を責めたくなくなるのはなぜか、相手のマイナスのように思える面が見えてくるのはなぜなのかを自分の問題として探っていくと、自分の心の中の葛藤が見えてくる。その対立の源を探っていくとき、「こつしなけばいけない」とこだわっている自分のトップドッグが具体的にどんなものであったかが分かってくる。自分では柔軟な価値観をもっていたつもりでも、排他的で、頑なであることが多い。そのトップドッグに対して、存在していることすら意識できなかったのがアンダードッグだ。正義、正論を振りかざすトップドッグに反論できないため、抵抗を感じていることすら意識できないように潜んでいるかも知れない。しかし、抑えられていなければならないほど、肝心なところで陰湿な抵抗を試みるのである。たとえアンダードッグの存在に気がついていないにしても、トップドッグがあれば、必ずアンダードッグはある。その両方ともが私たちの心の中にあるのだから、その両方の気持ちをしっかりと見つめて、対立させることが葛藤を解決するためには必要だ。ゲシュタルト・セラピーでは、両方の気持ちを明らかにするためのテクニックを使い、対立させる援助を行う。そして、トップドッグとアンダードッグを徹底的に対立させることができたとき、その両方の気持ちを尊重し、統合した新たな気持ちが生まれてくるのだ。

ここで葛藤が解消されていくポイントを確認しておこう。

- ①自分が見聞きしていることは、すべて自分の心の状況と何らかの関係がある。
- ②自分の心の中には、大きく対立する二つの心があるが、その表面の強さに関係なく、両方あることをしっかりと

認める。

- ③その二つの心をしっかりと対立させ、隠れていた気持ちをすべて明らかにする。  
④すべてを出し切ったとき、両方を融和し統合した新たな気持ちが生まれてくる。

#### (四) 主体的決断の必要性

くどいほどに述べてきたが、自分の心の中の葛藤を見ていくのは大変な作業である。無意識にしろ、自分で蓋をして隠していた自分の心の中を、今は自分の意志の力で明らかにしていこうとするのだ。自分の心の中のことであるから、誰かに代わって調べてもらうことはできない。周りの人は本人の努力を支え、援助することはできるが、心の中を調べ、葛藤を見いだし、対立させていくことができるのは本人自身しかない。心理療法の現場で問題になるのが、誰かに助けてもらおうという「人頼り」の姿勢だ。

だが考えてみれば、私たちは人頼りの受身的な人間になるように育てられ、服従することを求められてきたのではないだろうか。例えば病気になったとき、自分の考えをもたずに医者や看護師の言うことを素直に聞く患者になるように求められていた。最近になってやっと、「インフォームド・コンセント」が強調され、患者が医師の説明を受けて自分で治療方法を選ぶという主体的決断の重要性が言われるようになってきた。患者の治癒力を増すためにも重大な意味を持つが、患者が医師から対等な人間として扱われるようになってきたことを示している。それまでは、患者は医師に絶対的に服従することを求められてきた。医師がすべての権利を握り、患者は一方的に受身に立たされ、医師の言うことに服従することが求められていた。それは、学校でも同じで、教師の言うことに素直に従うことが求められてきた。もし、生徒が自分で考え、教師と異なった考えをもつと、教師から拒否されて

きた。さらには、家庭でも同じで、親の言うことを素直に聞くことが求められてきた。これらの風土から育つのは、他人の期待に応える人間になること、自分が考えるのではなく権威者の言うことを鵜呑みにする、素直な、受身的な人間になることであろう。

つまり、葛藤を引き受けていく生き方とは、受身的・服従的人間になることを求められてきた我々が、主体的な生き方をしていこうと根本的に変換することを示しているのである。そして、自分の意思で自分の生き方を探し出す主体的な生き方に変わったとき、生きがいに満ちた、豊かな人生が開けてくるのが明らかになっている。

また、この主体的な生き方は、最高道徳を実行する際に、自分の運命を全部引き受けるといふ強い決意が前提となることを想起させる。自分の生き方、すなわち自分の人生を変えていくための第一の必要条件が自分で責任をとろうとする主体的決断を伴った生き方なのである。そして、モラロジーが創建された以降に発展してきた心理学的癒しの分野では、癒しへの意志を培う「支え」と、その強い意志を前提にして、自分の心を探る方法、傷ついた心を癒す方法を飛躍的に発展させてきた。モラロジーは確固とした哲学（理念）と、先駆者としての原初的な方法論をもっているが、それを現代に通用させるために、新たな方法を積極的に取り入れながら体系づけていくことが急務ではなからうか。

#### 五、普通道徳から最高道徳へ

##### (一) 対立のメカニズム

人間の心の中には根深く傷ついた部分があること、そしてその傷を見ず、癒そうとしないといふ、自分で望んでいない結果が生じることを見てきた。病氣、人間関係や諸々のトラブルが生じるのは、自分の心の傷が引き起

こしている面がある。S・フロイトのもとを離れた後、独自の無意識論を展開し、分析心理学を提唱したC・G・ユングは、「事故はその当事者が招いている」と述べている。事故に遭うのは単なる偶然の場合もあるが、事故に遭う人の心の奥底で何らかの「招き」が働いている場合が多いのではないだろうか。一見、仕方がないと思えることでも、その裏側では、自分の心が招いていることが多いのだ。

人は自分自身のまだ意識化されていない心の陰の部分に第三者に投影する可能性がある。自分が感情的になったり、何らかのトラブルが生じたとき、その原因を一方的に外に求めても、その解決や克服につながらない。力でその原因をねじ伏せてしまえば、その時は解決したように感じられるかも知れないが、かえって問題を大きくして後回しにするだけなのだ。それに対し、自分の心が穏やかではなくなったとき、予期せぬトラブルが発生したとき、全てを自分の責任と引き受け、自分の心の中を探っていくと、今まで気がつかなかった自分の心の奥底の傷や歪み、囚われを発見することができる。

ゲシュタルト・セラピーを始め心理療法が明かにしてきたのは、人間の心の奥深くの葛藤をしっかりと見つめ、引き受けていくとき、人は成長し、社会の歪みを修正していくことができるということである。それに対し、争いをなくそうとして無理やり妥協したり、形の上だけの協力関係を作るような努力では、心の緊張が高まり、かえって不幸になる。つまり、形を問題にし、形を整える程度の道徳や信仰では、世の中の葛藤を大きくすることはできても、解決することはできない。そのような普通道徳などでは、ゲシュタルト・セラピーというトップドッグを強化するだけであり、より深刻な葛藤を産むことが予想されるからだ。

一般的に道徳的価値は、外側から力によって支配的に押し付けられることが多い。子どもによかれと考えて道徳的な価値を伝えるのだが、支配的に教えるために子どもの心にたくさん傷を作り、その結果、悲劇を産み出している。「ここ何年かに現われたドイツ人テロリストのうち六十パーセントまでが牧師の家庭の生まれ」「魂の殺人」アリス・ミラー著、一九八〇年」というデータもある。道徳的であろうとする裏側に生じる歪みが、支配的な権力に対する反発を培い、残酷なテロリストを産み出すのであろう。言い換えれば、トップドッグを強化すればアンダードッグも強くなるのだから、道徳的しつけというトップドッグで押さえつければ、アンダードッグの反発も強くなる。その反発を表現できないほど押さえつけたら、いつしかトップドッグを崩壊するような動きとしてアンダードッグの反逆が行われるのは予想できよう。「こうしなければいけない」というトップドッグは、宗教・道徳・正義・慣習・ルールなどという形を取っているが、それらを形式的に運用するのは問題がある。

## (二) 文明はトップドッグを強化する

ここに文明の光と陰がある。文明・技術が発展し、便利な社会がつけられていくのは、形が整えられているからだ。例えば、新幹線が一〇分遅れたらニュースになるほど、それこそ秒単位の正確さが求められ、それが当たり前になっている。それに対し、発展途上国などでは、時間の感覚は非常にゆったりしている。約束しても、その気にならなければ現れない。公共の乗り物ですら、「その気になったら来るよ」と言われるほどだ。決して、現在の日本のように、正確さや形を整えることが世界の常識ではない。

時間を守るためには、かなりの努力が必要だ。「本当はこれをしたいの」という自分の気持ちや、「ちよっとトイレに行きたい」という生理的欲求すらコントロールしてかち得ているものなのだ。時間を守り、形を整えていくことによって、より合理的な動きができる。最少人数で機械を動かして物を生産していくことができる。無駄な動きが許されないから、人は機械のような正確さを求められる。そして、人間味を出せなくなってきた。こ

のさせない人間味、「今日ではしんどいから本当は働きたくない」「もっとのんびりしたい」「疲れた」などがアンダードッグだ。ふだんこれらを出せないのが、夜の酒場やカラオケで発散しようと、上司の悪口を言い、大声を上げるようなストレスを出そうとする。しかし、そんな不合理的な発散行動すらも、整えられた社会では冷たく見られるようになり、ストレスは一段と鬱積してくる。社会全体に鬱積したエネルギーは弱いところで表現される。風船を膨らませたときに、そのゴムの一部を弱くしておく、その弱いところが瘤のように膨らんでいくのと同じである。

もう少し具体的に言うと、例えば会社で面白くないことがあったとする。その夜、飲みに行くなりしてその憂さを晴らすことができれば、家に帰ったときはご機嫌であろう。ところが、憂さを晴らすに家に帰ったら、子どもがうるさくて、つい「静かにしろ！俺は疲れているんだ」と怒鳴ってしまう。自分の調子がいいときは、今日も子どもが元気で嬉しい、と一緒に遊ぶのに、気分次第で正反対の行動になってしまう。このように、八つ当たりは、弱い者に向けられる。これが人間の弱さだろう。ところが、八つ当たりされた子どもは大変だ。同じことをして、誉められて一緒に遊んでくれるときと、怒鳴られるときがあれば、一体何を信じることができらるだろう。子どもは、大きなストレスをもつようになる。そのストレスを誰かに受け止めてもらえなかったら、親と同じように、誰か自分より弱い者に八つ当たりするしかなくなってしまふ。

文明社会では、人はトップドッグを駆使しなければ生きていけなくなっている。しかし、トップドッグを強化すれば、心の奥底でアンダードッグが大きくなり、反逆のタイミングを探すようになる。もし、自分のアンダードッグの存在を認めなかったら、周りの人に自分のアンダードッグを演じさせたり、自分の葛藤・ストレスを自分より弱い人に発散してしまう。社会のルールを守ること、形を整えること、合理性を求めることは必要なこと

である。だが、その運用を、形式的にしてトップドッグを強化するようにしてしまつては、文明の陰を大きくするだけだ。つまり、いじめ、殺人という痛ましい事件を増やすだけになる。

### ③、対立を超える生き方としての自我没却

広池はこれらの問題を徹底的に認識して、形式的に運用されている普通道徳に対して、すべてを受け入れる慈悲の心で運用し、人を育てていく道徳を説いたのである。トップドッグでは、必ず自分の心の中に葛藤・対立が生じる。その自分の心の中の対立が、他人との関係でも再現される。つまり、人間関係でのトラブルを作り出す。そこで、何かトラブルが生じたとき、その源である自分の心の中の葛藤・対立を受け止めていかなければ、現象としての対立・トラブルを解消することはできない。広池は、不合理と見えるもの、悪と見えるものを排斥する愚を説いた。それは自分のトップドッグを強化するだけで、問題を大きくするだけだからだ。不合理や悪をも、自分の責任として受け止める必要性を広池は訴える。その生き方が、「いかなる人に対し、もしくはいかなる場合に処しても、必ず自己に反省する」(『論文』⑧二四四頁)というものであった。

自分の見聞きすることすべては自分の心の中が招いたと、何事が生じてもすべての責任を引き受ける主体性がないに出ている。考えてみれば、責任を他に求めるから、対立が解消されないのだ。すべてを引き受ける生き方をしたいれば、対立も超越してしまうであろう。相手を育てる心で、すべての責任を引き受けようという姿勢を広池が求めたのは、心の奥底の歪みを深く認識していたからであり、現代の心理療法が求めている生き方のモデルをすでに提唱していたのである。

また、広池は、形では伝えることのできない心づかいの価値を、実践して幸せになっている人に憧れ後ろ姿に



学んでいく、自立的・主体的な学びによって伝えていこうとした。受け身的教育から自発的学習への転換をねらっていたといえよう。外からの権威的、支配的立場を徹底的に排除し、自立的、自主的、主体的決断によって、「道徳的価値」を獲得する立場を打ち出しているのがモラロジーである。その最高道徳の立場を確定し、自分の外側にある「価値」を、自分の内側のもものとして引き受けていくための「主体的決断」を迫る原理が「自我没却の原理」なのだ。

だが、主体的に獲得する最高道徳の価値が、外（神）に存在すると受け取れるところに、モラロジーの学習が単にトップドッグの強化になってしまいう危険性がつきまとう。この危険性は何度強調してもしすぎということはない。最高道徳の提示する価値が高いからこそ、必然的に合わせ持つ危険性なのである。この危険性を克服するためには、次の二つが必要であろう。ひとつは、どんなときにも「自己に反省する」生き方を、具体的に示すモデルがたくさん現出することだ。どんな立派な生き方でも、「絵に描いた餅」では、外から強制されるものでしかない。目の前の人が示してくれているから、生きた理想になる。生きていない理想は、トップドッグでしかないのだ。一人でも多くの人が、他の人はさておいても、自分の人生を豊かにするために、「いかなる人に対し、もしくはいかなる場合に処しても、必ず自己に反省する」生き方を身につけたならば、その後には続く人にとってはトップドッグの落とし穴に陥る危険性を避けることができよう。

もう一つは、自己に反省する生き方の方法についてである。ここで取り上げたゲシュタルト・セラピーは一九五〇年代以降発展してきた。現在ではさまざまな立場の心理療法に影響を与え、技術的にさらに現在も発展している。実は、心理療法の世界は、広池がモラロジーを提唱した同時代に産ぶ声をあげたが、その当時には予想もつかなかったほどの飛躍を遂げてきた。この進歩は、心の世界を探り、心の成長を図ろうとするモラロジーにとつ

て、大きな支えになるものである。モラロジーがトップドッグの強化に終わらないための「主体的決断」を迫る原理である「自我没却」が真に機能するために、またモラロジーが現代社会でさらにその存在意味を深めるためにも、現在の心理学的癒しの方法を積極的に取り入れる必要がある。

広池の先駆的努力がその真価を発揮するために、トップドッグからの脱却の必要性を再度強調して本稿を終わりたい。

### 〈参考文献〉

- 広池千九郎『新版道徳科学の論文』広池学園出版部、昭和六〇年（初版昭和三年）
- 齊藤学『アダルト・チルドレンと家族』学陽書房、一九九六年
- 広池千九郎『新科学モラロジー及び最高道徳の特質』道徳科学研究所、昭和五年
- C・R・ロジャーズ『ロジャーズ全集』岩崎学術出版社、一九七二年
- フリッツ・パールズ『ゲシュタルト療法』ナカニシヤ出版、一九九〇年
- リッキー・リビングストン『聖なる愚か者』星雲社
- ロン・クルツ『ハコミセラピー』星和書店、一九九六年
- A・ミラー『魂の殺人』新曜社、一九八三年
- 齊藤学『「家族」という名の孤独』講談社、一九九五年