

W. E. ウルフ著

藤 野 博 訳

どうしたら幸福になれるか

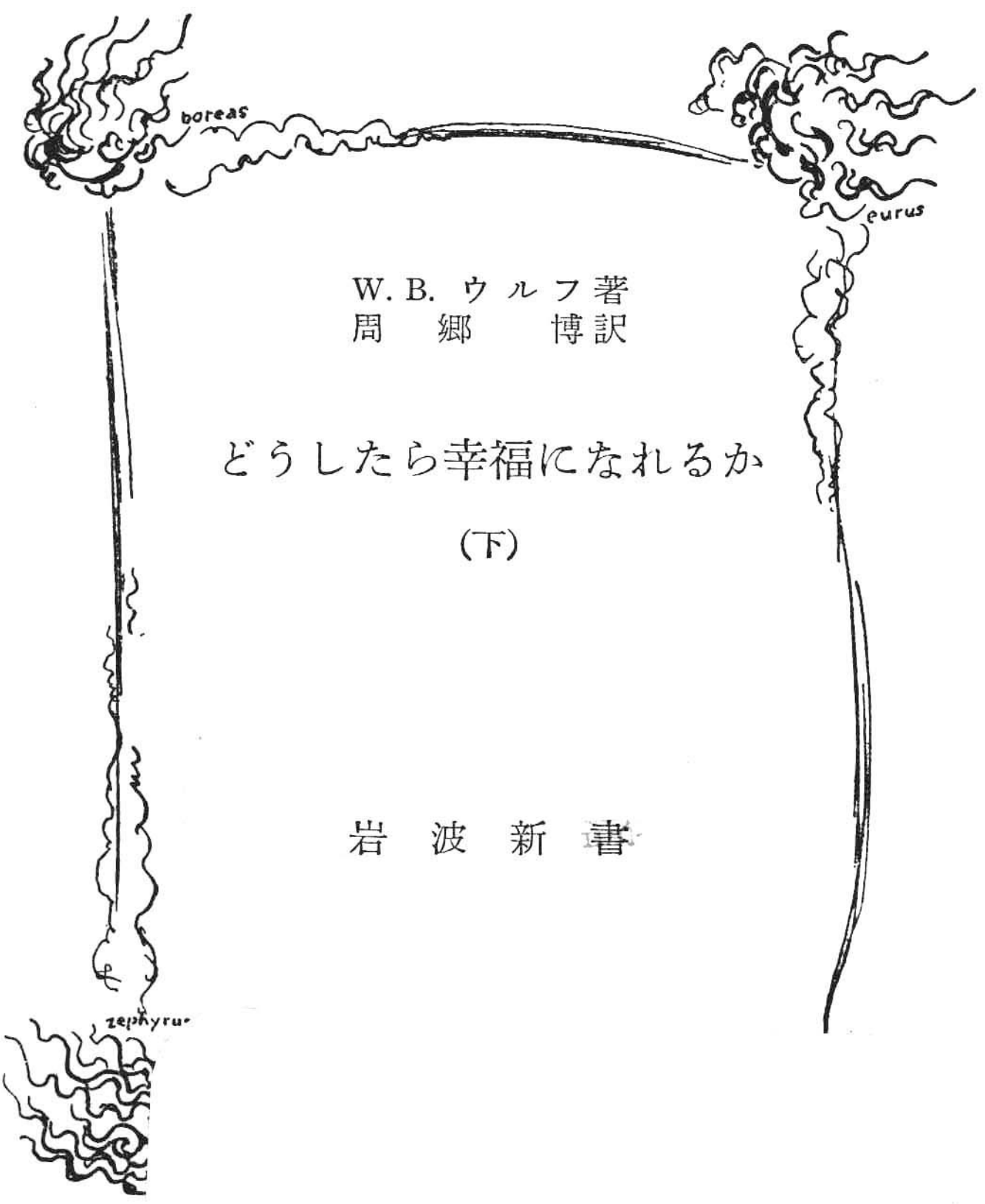
(F)



岩波新書

4860

岩波書店



W. B. ウルフ 著
周 郷 博 訳

どうしたら幸福になれるか
(下)

岩 波 新 書

周郷 博

1907年千葉県に生まれる
1933年東京大学文学部教育学科卒業
専攻—教育学
現在—お茶の水女子大学教授，東京
大学講師
著書—「教師の良心と責任」
訳書—レスター・スミス「教育入門」
ディアナ・レヴィン「ソ連の教育」
(以上2点岩波新書)
H.リード「平和のための教育」

どうしたら幸福になれるか(下) (全二冊) 岩波新書(青版) 409

1961年2月20日 第1刷発行 ©
1978年11月10日 第19刷発行

¥ 320

訳 者 周 郷 博

発 行 者 緑 川 亨

〒101 東京都千代田区一ツ橋 2-5-5
発 行 所 株式 岩 波 書 店
電話 03-265-4111
振替 東京 6-26240

印刷・理想社 製本・永井製本

落丁本・乱丁本はお取替いたします

目次

VI 訓練について……………一

——夢とユーモアと哲学——

人は「選んで」経験をする(三) どのように、われわれはわれわれの経験を「つくる」のか(四) プロクルステスと統覚の機制(八) 訓練の方式(二二) 記憶のはたらき(二六) 幼少時の記憶の重要さ(二九) 夢について(三三) ウィットとユーモアについて(三〇) 冗談の心的力学(三二) スポーツの価値(三六) 基本的な哲学について(三九) 神秘主義、運命主義、快樂主義(四三)

VII 誤った目標について……………四

——さまざまな、ほんとうでない「みせかけ」——

どんなふうにして家族は精神的成熟を妨げているのか(五三) 家族の外へ出して子供を教育すること(五七) 個人主義の効用(五八) 労働逃避(六一)

性の「みせかけ」(六五) 麻酔中毒者のこと(六九) 飲酒の心理(七三) 現実逃避の代価(七五)

VIII 失敗の類型 八

——ノイローゼについて——

ノイローゼ患者の十戒(八六) ノイローゼの型(二〇〇) フロイド派精神分析の誤り(二〇三) アドラーと生命的な見かた(二〇五) 神経症的な行動の基本的な仕組み(二〇八) 逃避の手法(二三) 現実からの逃避(二八) 分裂人——ノイローゼ患者の虚構(二二) フイクション 自殺(二四) ノイローゼの高くつく代価(二六) ノイローゼはどうしたら治るか?(二三) どんな人がノイローゼ患者の治癒にあたらなければならないのか?(三五)

IX 協力の類型 一三

——愛と結婚——

まずい結婚の二、三の原因(二四) 無知は結婚悲劇の原因である(二八) 結婚もしごとである(二五) 性は社会的なものだ(二五) 避妊の大切な役割(二五) かなしむべき男女両性の競争(二五) 性道德のはじまり(二六)

X 幸福な成熟一九三

——感情移入のこつ——

- 旧来の心理学とシジジオロジー〔社会相対性心理学〕(二七) アンドロトロピズム 男性志向型
ガイネトロピズム と女性志向型(二九) 性的魅力と危険な年齢(二七) 男女両性間の競争の
 悲劇(二七) ロマンチックのペテン―恋に眼がくらむこと(二七) ひとめ 一目ぼ
 れの余波(二八) ロマンチックな愛と成熟した愛(二八) 実際の忠言
 (二八)
- 友情の「力学」(二九) 友人になるために(三〇) プレゼント 贈りものをするのも芸
 術だ(三〇) 社会的な視界を拡げるために(三〇) 余技の抜きさしならぬ
 必要(三〇) 「あれか…これか」と「あれとこれと…そうして」と(三〇)
 論争のし方(三五) 生きることが延期することについて(三八) どうした
 ら上品に年をとることができるか(三〇) 余暇と逆境の使いかた(三五)
 まとめの一言(三〇)

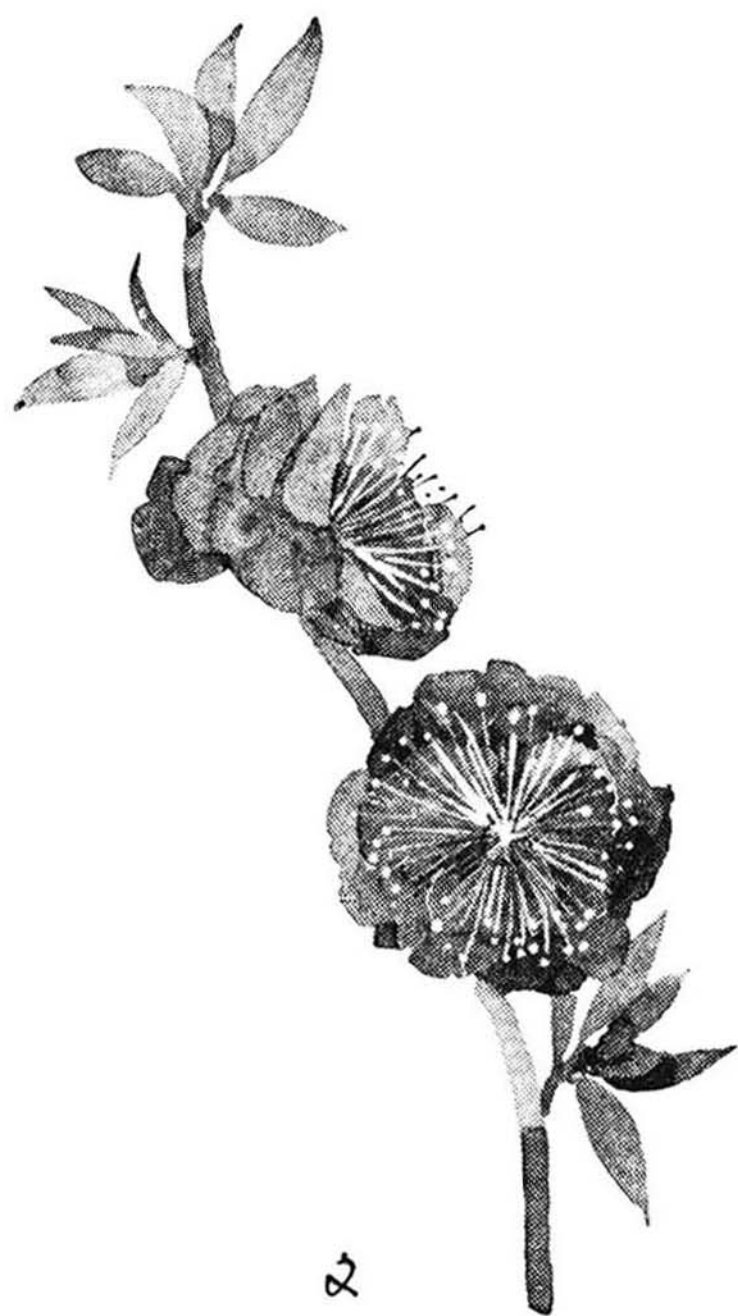
訳者あとがき.....三五

カ
ッ
ト
堀
文
子

VI

訓練について

—夢とユーモアと哲学—



人は「選んで」経験をする

各人の心が選り分け^える力をもっている——この事情を説明するのに、とくべつ心理学的な工夫をこらす必要はない。ほかの人間行動の説明のばあいのように、生理学の信頼しうる科学的な原理を、心理学的な思考にあてはめてみさえすれば、このことは十分によくわかるのだ。食物の摂取と消化という生理学的な事実は、心理学の実験にたいへんうまく照応するものなのだ。食物を食べる目的は、個人個人の人生の目標みたいなもので、「生きるということ」にある。食物は、われわれが生きてゐるために使っている燃料だ。それとちょうどおなじように、心理学的なことでは、われわれはわれわれの人生の心的な型をきずき上げるために、いろいろな経験をさがし求めるのだ。われわれが食べる食物が全部われわれの身体に同化されるわけではないように、生涯のうちに遭遇するすべての経験がわれわれの心的な型をつくりあげるのに価値のあるものとはかぎらない。われわれは食べる前に、ためしに一口味わってみなければならぬ。ためてみるのには、見る、さわる、においを嗅ぐ、気分を感じとる、といった感覚を使わなくてはならない。だから、われわれの経験は、これらの大事な感覚器官と組んで、有毒な食物、すなわち同化できぬ食物を食べずにすますという助けをしてくれているのである。一口食べて

みたら腐っているようにおいがした、とすれば、われわれはそれを口に入れるのさえやめてしまう。経験によって、そんなことをすれば苦しんだり病気になったりするということを教えられているからだ。心的な生活においても、われわれはこの見る、さわる、においを嗅ぐという感覚にあたるような仕掛けをつくりあげている。あらゆる経験を、前もってたしかめ検討してみるのが目的で、それが同化して自分の生活のスタイルをつくりあげていくのに適したものかどうかをみるのである。このような仕掛けをわれわれは「統覚の機制」と呼ぶ。これは、われわれの行動の型に同化しえないあらゆる経験を避けるためにわれわれが身につける心的な物^{もの}差^さなのである。

ごちそうにビフテキがでたとしてみよ。諸君の感覚と諸君の経験は、これが適切な食物であることを諸君に教えている。諸君が次ぎにやることは、この材料「ビフテキ」を食べ、噛みくだき消化することによって、この場合にはこれをアミノ酸と呼ぶあの最小単位にしてしまうことだ。アミノ酸は牛肉と呼んでいる蛋白化合物をつくりあげている単位である。人体の蛋白も牛肉とおなじ蛋白を含んでいるのだが、牛肉は、それとはやや違った比率で蛋白を含んでいる。だから、同化の過程で、牛肉の蛋白を噛みくだいてアミノ酸に分解し、人体の蛋白をつくるのに必要なだけのアミノ酸を摂るようにする。これが同化と呼ぶものなのである。

諸君が何か新しい経験に出会ったときには、心のなかで、おなじような心的な同化作用が起

る。諸君の最初の行為は、その経験が諸君の型に合ったものかどうかを、諸君の心の統覚の機制によってたしかめることによって、前もって見、かつ決定するということだ。その経験がわるいものではないらしいとなったら、諸君はその経験を「噛みくだき」、諸君の生きた型に合った部分だけを取り入れて、残りは棄ててしまふ。ちょうど、牛肉の蛋白のアミノ酸の残滓物は、その後には小便や大便として排泄されるように――。

どのように、われわれはわれわれの経験を「つくる」のか

このような、われわれの経験を前もって値踏みし試してみるということ――これは、われわれの生涯にわたって、無言のうちに、自分でも気づかぬままに、ずっとおこなわれていることなのである。危険な事態が起ったときには、この訓練のおかげで、われわれは十分に用意ができていくわけだ。もちろん、どんな事態になってもそれを有利に生かしていつている男や女がいるし、かと思うと、いつでも「ぶつぶつ腹をたてて」いたり「運がわる」かったりする男や女もいるのを知っているはずだ。これは、運命とか宿命とかいう問題ではない。無意識に統覚の機制を働かせて、いろいろな経験のなかからどれを選ぶか、という絶えざる訓練の問題なのである。へわれわれは、われわれの経験から学ぶのではない。われわれは、それらの経験をわれ

われの生活のスタイルに合ったものにつくりなおすのである。

われわれは経験から学ぶのではない、というこの考えかたは、あまりに革命的にみえるかも知れない。が、そんなに革命的なものではないということをおわかってもらうために、一、三の例を引いてそのわけを知ってもらうことにしよう。いつでも幸運にめぐまれている人々は、たいてい幸福な人々で、この問題について、もう何も教えてもらう必要はない。というのは、彼らの統覚の機制は、正常な人間の協力の原理のうえに立ったものにちがいないからである。が、いつでも不幸な目にあい、「思わしい結果にならない」人々は、人間を理解する場合における一つの問題だ。そういうケースについてよくしらべてみることにしよう。

ジョン・B君は家具工場で働いていた。彼は、工場の作業の事故で怪我をして右腕がまるつきり片輪になってしまった、といい張ったので、私はこの男に気をつけてみるようになったのだ。備い主の責任か、それとも作業員の不注意かということが問題になった。この男は、ふつうの知能検査を受けさせられたが、その工場の作業員の平均よりは知能指数はかなり上位だった。しらべてみると、この事故は、そのためにジョン・B君が数週間にわたって休まなければならなかったいくつかの小さな事故が積みかさなって最終的に起ったものだということがわかった。じっさい彼は四ヵ月に十二も事故を起していた。工場は、できるかぎりの最新の安全装置をそなえていたし、ジョン・B君は、怪我をするまでのあいだは最良の作業員だとされ

ていたのだった。

精神医学的にしらべてみたところ、彼は生涯をかけて芸術家になりたいと思っていた、ということがわかった。がっちりした父の圧力と、家計の責任の大部分を負う必要とのために、彼は、芸術的なしごとになんり有望な才能をみせたのに、半年ほどで学校を退学せざるを得なくなったのだった。そうして父が職人頭をしているその工場で無理やりにしごとにつかせられたのだった。ジョン・B君は子供のころから父が嫌いだったし、その工場は、彼にたいする父の権力の象徴だった。現実には、生活のためにいやおうなしに彼を働かせた。が、彼の統覚の機制は、そのような境遇を最善なものにしようということにはなしに、彼が屈辱的で耐えられないと思っっているそのしごとから逃げだす方法を見つけるといふ方向に向って働いていたのだ。

彼がよい職人でそのしごとに上達することは眼にみえていた。といつても、父といつしよにその工場で働くのが嫌だという彼の気持はそんなことで軽減はしなかった。彼は事故が起ることを「無意識的に」待ち望んでいたのだ。だから、作業上にいちども事故を起したためしのないというこの工場に何か間違いが起ったとすれば、血を流したり片輪になったりするの、てつきりこのジョン・B君にきまっていたのだ。この男の目標は、いつてみれば「職人をやめて芸術家になることで惨忍な父を出し抜いてやりたい」ということだったと思われる。現実には、彼のその目標を達成させてはくれなかった。そうしてその代りに、父の権力がかくれもないハ

ンディキャップになっているその工場で、彼はほとんど作業不可能な状況になったわけである。彼の付随的な目標は「この耐えられない境遇から逃げださなければならぬ」ということになってしまっていたのである。

この目的を成し遂げるのに、彼は自分の不始末によって自分を傷つけるほかに道がないと思った。彼は無意識のうちに事故をさがし求めていた。そうして怪我をしたときに、彼は自分と父親に「ごらんの通りだ——ぼくは場違いなところにいるのだ、ぼくはこの工場から出ていかなくてはならない。」ときっぱりいつているのだ。片腕を完全に使えなくするほど自分を傷つけるなどということはあり得ないことのように思われるだろうが、心理学的にみれば、こんなことはけっして珍らしいことではない。ある意味では、ジョン・B君の事故は「軽い自殺」に近いもので、自殺とおなじ心理的な意味をもっている。よく整頓されている工場にはそうやたらに事故は起らない。その事故も、一人だけに起るわけではない。その人が無意識にそういう事故で怪我をしようと機会をねらっていないかぎりには——。社会に対してではなく自分自身にたいして、このようなかたちの無視という罪を犯すのに、ジョン・B君は、ふつうの用心深さと注意を怠りさえすればよかったのである。

プロクルステスと統覚の機制

道はばの狭い峠の頂上につくられた山小屋のなかに住んでいたプロクルステスという巨人についての、有名なギリシャの古い神話がある。この巨人は、すべての旅人を呼びいれていっしょに夕食をとり、その晩はその小屋に泊らせた。プロクルステスはこのお客さんたちのために悪名の高いベッドをひとつもっていた。もし旅人がそのベッドより短いと、この巨人はその旅人をちょうどベッドに合うくらいまで引きのばしてしまい、おおくの場合、旅人のいのちを奪ってしまった。もし旅人がベッドにくらべて長過ぎると、プロクルステスは彼の刀でその足を切断してしまった。

われわれは、このプロクルステスが旅人を始末したのとそっくりなやり方で、われわれの経験を始末している。われわれの「統覚の機制」は、われわれのあらゆる経験をあつめているベツドのようなものだ。もしある経験がうまくわれわれの型に合わない、われわれはそれを引きのばしたり切り落したりして、もとの経験をゆがめてしまう。いいかえれば、われわれはわれわれの経験をすでに出来あがってしまった生きかたに合ったものにしてしまうのだ——それらの経験が先ゆき何かと役に立つなどということは惜し気もなく忘れてしまつて——。

自分の経験から学ぼうとしない、ということはきわめて人間的なものである。が、経験を自分の型に合ったものに引きのばしたり切りつめたりするよりも、生活のスタイルをそれらの経験に合ったものにしていくように心がけるほうが、はるかによいものなのである。ここに、プロクルステスの方式で行こうという主観方式と、新しい経験を取り入れて生活のスタイルを拡げていこうとする客観方式との違いがあるのだ。主観的な生きかたのなかでは、統覚の機制は固定してしまっている。が、客観的な生きかたのなかでは、この統覚の機制が弾力性をもっている。幸福な人間は、自分の人生の型を拡げて現実に直面しようとする。ところが、主観的な人間は、現実はいくあるべきだという前もってでき上っている考えに合わせて現実をへし曲げようとするのである。

食物の消化の働きの譬えでいえば、主観方式というのは、見たところ美しいというのでガラスでできたビーズだ、まを食べようとするのに似ている。主観的な人間の思いあがりはいへんなもので、「ガラスのビーズだまは食べられない」という常識の解釈の代りに、「ビーズだまが美しく見えるなら食べるのによいものに違いない」という一人よがりの論理を持ちだすのである。ところで、客観的な人間はこんなふうだ。マンチェスターの家庭で焼き肉とじゃがいもだけを食べて大きくなったのだが、パリへ行ってフランス料理を食べてみて、込み入っているが焼き肉とじゃがいも同様に栄養に富んだものだということがわかり、それから後に、食事の

好みにフランス料理の上品さを入れるように工夫する——こんな人のことだ。もし、この人が想像力にめぐまれた人なら、人間は焼き肉とじゃがいもばかりでなく、いろいろなものを食べて生きていけるものだということを発見し、フランス料理と同様、イタリアやハンガリーやオーストリア、あるいはスカンディナヴィアの料理までも食べてみようとするにちがいない。

いうまでもなく、ほんとうの幸福は、人間の手のとどくところにあるあらゆる興味あるしごととに、われわれの統覚の機制を拡げていくことのなかにあるわけである。統覚の機制に弾力性があれば、それだけ、経験はヴァリエティーに富み、かつ、意味のあるものになってくるだろう。臆病者は彼らの統覚の機制をちっぽけな興味——自分の活動を制限することで安全が保証されるように「みえる」ちっぽけな興味にせばめてしまう。勇気のある人——この人たちはいっばんに幸福な人なのだが——は、世の中の万般のことについて興味をもっていて、興味や鑑識、あるいは協力の範囲をひろげていけそうに思われる何か新しいことに尻込みをしない。われわれの経験から学ぶ唯一の方法は、われわれの生きかたの型を拡げることによって生きかたを新たに作りあげるためにそれらの経験を受けいれることだ。ほんとうに幸福な人は、実際上彼の生活の水平線を拡大するように新しい経験を求めている人だ。私が知っている一人の幸福な人は、七十歳になったときに、三十の年から、毎年毎年、何か新しい語学の勉強や新しい趣味にとり組んできたと自慢していた。彼は、自分が興味をもってやったことはたいへんには