

不安と逆説志向と落ち着き－最近のロゴセラピー発展史の一断面

安 井 猛*

Anxiety, Paradoxical Intention And Hope – A Phase Of The Process Of Recent
Development In Logotherapy

Takeshi Yasui

As is well known, Viktor Frankl focused very much on the spirit-dynamics against the psycho-dynamics in Logotherapy and that exactly characterized his logotherapeutical methods. Critics, however, proposed to integrate the psycho-dynamics into his psychotherapy using some forms of depth psychology as well as the Enneagram. The author of this article supports the critics' proposals without abandoning the original framework of Frankl's Logotherapy.

Key Words : anxiety neurosis, paradoxical intention, typologies of anxiety, depth psychology, Enneagram

はじめに 精神力学と心理力学と？

ドイツ・ロゴセラピー&実存分析協会（DGLE）の学問的顧問、ヨルク・リーマイヤーはフランクルによって創出されたロゴセラピーと彼に弟子たちによるロゴセラピーの、人間生活における5つの分野における展開を描写した。⁽¹⁾

- (1) エリザベト・ルーカスによる家族療法におけるロゴセラピーのさらなる展開
- (2) ウーヴェ・ベッシュマイヤーによる人格形成におけるロゴセラピーのさらなる展開
- (3) ワルター・バックマンとアンナマリア・ピルヒャーフリートリッヒによる労働世界と経済におけるロゴセラピーの展開
- (4) 教育学者たちによる教育分野におけるロゴセラピーのさらなる展開
- (5) アルフリート・レングレによる人格実存分析におけるロゴセラピーの展開

リーマイヤーはこのリストの最後に挙げられたレングレによる展開を古典的なロゴセラピーからの「分裂」とみなした。レングレの実存分析においては、フランクルのロゴセラピーにおけるのとは異なって、意味、精神、人間学といった概念は前景にでてこないといわれる。さらにレングレによると、フランクル自身は確かに「意味」「意味の探求」「意味を見つけること」「意味の可能性」などを語りはしたが、決してこれらの概念の詳細に立ち入らなかったという。リーマイヤーによると、レングレは「意味把握の方法」と「意味を見つけることの諸段階」を展開

2010年9月15日受理
*尚綱学院大学 教授

することによってこのようなフランクフルトを超えることを意図した。この方法は彼において「4つのW」という名のもとで頻出する。それは知覚すること (Wahrnehmen)、価値づけること (Werten)、選ぶこと (Wählen)、作用すること (Wirken) のWである。リーマイヤーによると、レンゲレとフランクフルトのもう1つの顕著な違いは、精神力学がフランクフルトのロゴセラピーに特徴的であるに対し、レンゲレの実存分析においては心理力学が前景に立つ。リーマイヤーはこのようなことを理由として、フランクフルトのロゴセラピーとそのレンゲレによるさらなる発展はむしろ「分裂」と理解されるべきだとした。それに対して、リーマイヤーは上記の(1)から(4)に挙げられる展開においてはすべてフランクフルトの古典的なロゴセラピーの枠内での、そしてそれを基盤とした展開が問題であるとした。この展開を推進する者たちは心理力学にも注目しなければならないことを異口同音に指摘している。その限り、リーマイヤーは彼らに注目するのである。

リーマイヤーによるこのようなロゴセラピーの現状に関する理解はその将来を論ずるための1つの手がかりになると考えられる。そこでこの論文の著者はリーマイヤーに接続しながら、フランクフルト以後のロゴセラピー展開史の一断面を取り出し、それを不安神経症の治療との関連において描写しようとする。彼はこれを行う際、現在ドイツ語圏におけるロゴセラピーをリードする1人、ヴォルフラム・クルツによる不安神経症理解を取り上げる。⁽²⁾ 彼によると、心理療法は精神力学、すなわち人生の意味の探求とその発見という問題のみならず、人間の心理力学、すなわち心の歪みや引きつりや障害の問題も正当に評価しなければならない。いわゆる実存的空虚あるいは精神の欲求不満のみならず、幼少期以来の混乱した人間関係、環境、生き方および考え方の影響により身につけた習慣とそれに制約された心理的な働きを正当に扱わなければならない。クルツはこのような理由から、彼のロゴセラピー&実存分析のシステムの第1部をなす「人間の本質 - ロゴセラピーの人間学」ではフリッツ・リーマンの『不安の基本形式』、第3部「神経症の人間 - 危機介入におけるロゴセラピー」の不安論の個所でC・G・ユング、この2人の深層心理学者に触れている。この論文の著者はまず第1にクルツ／フランクフルトによる不安神経症とその逆説志向による治療、および逆説志向の含む人間学を描写する。第2に、チューリッヒのユング研究所の教授およびチューリッヒ大学の心理学教授フェレーナ・カストの不安神経症論とリーマンのすでに言及された「不安の基本形式」、最後にベッシーマイヤーがロゴセラピーのコンセプトに結びつけたエニアグラムを論ずる。そのことによって固くロゴセラピーの枠内にとどまりながら、心理力学を正当に評価することが可能であることを示したいと思う。

1章 クルツ／フランクフルトの不安神経症の治療

クルツは不安神経症を論ずるにあたって、この概念の実存哲学的規定を行う。⁽³⁾ それをまず簡単に見ておこう。クルツは不安を次のように定義づける。「不安は締めつけの苦しい、漠然とした感情である。その中で人は無力であり、未知のもの、掴むことのできないものに譲渡されていて、しかも助けられることも、出口を見つけることもできない」これは広く行き渡っている定義づけである。不安は外的あるいは内的な脅かしがある場合に起こる。例えば、事故や病気、酸素欠乏、冠不全など。このような不安を現実的不安といい、それに対する反応はパニック、逃避、しかしまた怒りと攻撃である。クルツは実存的不安も語る。それは人間が存在する

ものの総体から突出する生き物であることに由来する。実存、Ek-sistenzとは存在から外に出ていることを意味する。クルツはEk-sistenzに対してIn-sistenzもあるという。人間は存在に結びつけられた生き物でもある。人間にとって、存在から外へ出ることも、存在に結びつけられることも不安である。そして実存不安は、世界不安へ上昇し得る。世界と世界内存在としての人間は無によって脅かされているという経験、これが世界不安である。

神経症的不安の哲学的理解だが、上記の不安に対して神経症的不安の中心的な根拠はある人格の全体性の障害である。人格的全体性の障害はクルツによると、次のような時に起こる。1) 人間が罪責ある者になり、しかも罪責の意識が抑圧された時。このとき人は良心に従って生きない。2) 人が急いでただ広がりにおいて生き、彼の中心を失い、そして自分自身の外に立つ時。自分の外へ出ていくことと自分自身へ戻ると同じくらい重要である。3) 人間が極度に他者によって規定される時、人間が才能を持ちながらそれを展開することができない時。人生の主題的な中心を持つが、この中心が自分自身の中心ではない時、人は不安を持つ。

クルツはこのような彼の神経症的不安の実存哲学的理解を展開したあと、以下のようにフランクによる不安神経症の理解、およびその逆説志向による治療を描写する。

1 節 逆説志向と不安神経症の治療

まず、不安神経症という現象と、その治療のために使われる逆説志向との関わりを手短かに描写しよう。⁽⁴⁾

1. 不安神経症的反応型はクルツ／フランクによると、原理的に次のような連鎖反応である。

a) 症候、b) 不安、c) 不安に対する不安（期待不安）、d) 不運への不安（例えば、崩壊／梗塞）、e) 不安からの逃走。不安からの逃走はしかし、症候を場合によれば固定させる、あるいは強化する。このようにして悪循環は完結する。

2. クルツはフランクの実践から1つの症例をあげる。

－ 患者は11年来植物的なジストニーのゆえに治療を受けていた。それにもかかわらず彼女はますますイライラした。病像の前景には発作的な動悸があった。それと平行して不安と「崩れてしまうような感情」があった。最初の動悸と不安発作のあと、それらが再発するのではないかという不安がつきまとうようになった。不安になるとすでに患者は動悸を得ることになったという。彼女は特に通りで倒れることを恐れる、あるいは殴られることを恐怖するようになった。期待不安には観察強迫が伴った、すなわち患者は彼女の苦痛を観察した。例えば彼女は繰り返し彼女の脈拍をとった。

3. さて、クルツ／フランクによると逆説志向の目標は病理学的連鎖反応を打ち破ることである。病理学的円環プロセスは主として期待不安によって維持される。加えて、健康な自己超越を妨げる。注意すべきことに、逆説志向は期待不安の段階で使われる。その目標は、期待不安を消すことである。どうしたらこれは起こり得るのだろうか？フランクによると、人がよりによって恐れるものが実際に起こるよう願うことによってである。なぜなら恐れと願いは互いに阻止しあい、それによって自らを相互に廃棄するからである。

4. さて、これは先に引用された症例との関連で、療法的に何を意味するか？患者は毎日3回2錠のミョスケインを得、つぎのように自分自身にいうよう指示される。「心臓はもっともつと脈拍を打て。私は通りで倒れることにしよう」と。

5. 訓練として、患者は彼女のどのような不快な状況も避けられないという指示を受け取る。彼女は病院へ受け入れられたあと2週間して報告する、「非常に快適に感じます、動悸はもはや平気です。なぜならそれは実際、まったく起こらないからです。不安状態はまったく消えました。私はまったく健康です」と。

6. 患者は退院して17日経過したあと報告している、「ときどき動悸が襲うが、私は自分にいます、『もっともっと動悸してよしい』と。動悸はそのあとまた再び止みます。他方、以前はいつも状態が悪くなったのです。なぜなら私はつぎのように考えたからです、『やれやれ、何事かが私には起こっている』と。私はいつも、卒中に襲われると思いました。私は実際、何を持っているかを知らなかった。路上で私は倒れるのではないかと恐れた。いま、私はもはや不安を持たない。』

7. ここでは開示する療法ではなく、むしろ症候との病的な交わりに方向づけられた療法が問題である。そもそも症候との病的な交わりは変えられるべきなのである。

8. 逆説志向の根底にある人間学原理は自己超越である。自分を乗り越える、自分を度外視するこの能力は、人間の精神性の表現である。原理は端的につぎの定式において把握される、「私から離れろ！」

9. 方法はユーモアのきらめきを解き放つ限りにおいてだけうまくいく。不安にもかかわらず、そして不安の中にあってユーモアのきらめきを解き放つ必要がある。(それ故、逆説志向の適用はうつ状態の患者にはふさわしくない)

10. 最初、逆説志向はまったく単純に取り次がれるわけではない。困難さは的確な逆説的定式化を見つけることができるかどうかの中に宿る。他の困難は、不安表象を逆説的定式化という手段を以て出会うよう患者を動機づけることの中に存する。

11. 療法的接触は間隔を入れずに継続するべきである。肯定的な成果ができるだけ早く出るためにこれは必要である。肯定的経験は全面的に方法に適合するよう患者を動機づける。これはふたたび成果のチャンスを高める。

12. 逆説的願いはもちろん、あらかじめふさわしい時に心内部の出来事を規定していなければならない。それ故、患者は、すでに不安に占領された状況の中に立つときになって初めて逆説的願いを抱き始めるのではない。患者はむしろ、すでにその前にその願いを持っているのではない。例えば、広場恐怖症の場合、彼が通りに入る、あるいはある場所を横切るまでに、逆説的願いを持つ必要がある。

13. クルツはこの理由から自律訓練と逆説志向の結びつきは理想的だという。彼はここで自律訓練を挙げるが、もちろんそれでなければならない理由はない。世界と自然と人間への関わりの中に落ち着きを取り戻すことに貢献する技法であれば、その成立の歴史的、地理的、文化的由来は問わないだろう。たとえば気功と太極拳の身体運動の有効性はロゴセラピストによっても確認されている。すでにフランクフルは日本の禅仏教の伝統にも逆説志向が存在することを知っていた。⁽⁵⁾

2 節. 逆説志向の人間学とロゴセラピー

さて、クルツは逆説志向とロゴセラピーとはどのような関連があるのかを問うた。⁽⁶⁾ なぜなら逆説志向は不安あるいは強迫神経症と関わるのであって、それは一層狭い意味におけるロゴセラピー、すなわち人生の意味の探求およびその発見のための療法とは関係がないように思わ

れるからである。それは意味探求また意味発見あるいは意味実現の道具としては考えられていない。逆説志向においては、相対的に単純な、そして多くの場合強迫および不安神経症的現象をなくするための有効な方法が問題である。クルツはしかし、それにもかかわらず逆説志向が意味に集中した療法として理解される場合、それはロゴセラピーへの内的な近さを持つといえるとする。彼によると、人が逆説志向の元来の意図を取り出そうとする限り、そのロゴセラピーへの関連は確定されうる。

1. 逆説志向の助けを借りて癒された人々はクルツによると、彼らの生活の否定的な次元から逃げる、あるいはそれに突進し、まさしく彼らの病気を通して彼らの生活の否定的な側面と強烈に関わるよう強制された人々である。例えば、弁護士がいる。彼は可能な失敗の恐ろしい結果を視野に収めるゆえにもはや眠れない。自分が職業的、社会的に破滅すると感じている。彼が潜在的に弱くもあり得ること、間違いを犯すこと、間違いが起こりえることと折り合いをつけられない。それゆえ彼は彼の弱さ、間違いやすさと間違い得ることと関わるよう呪われている。ある音楽家はバクテリア、伝染病、皮膚と性病に脅かされていると感ずる。彼はバクテリア、伝染病などと関係したくない。しかしまさにそれゆえそれらと永久にかかわらなければならぬ。このようなことであるからこの間違った行動様式が訂正される方法だけが逆説的なのではない。これらの病気の人間の状況そのものが逆説的なのである。そしてセラピーとの関連において、病気の逆説的な状況と逆説的な療法的介入は対応することになる。

2. さて、クルツによると上記の音楽家や上記の弁護士だけが人生の否定的なものを避けようとしているわけではない。彼らは傾向的にはすべての人間の中に萌芽的にある人間存在の1つの形式を映すにすぎない。平均的人間は彼の生き方を強さに方向づけ、自らを強い人間として描写することを好む。弱いものと戦い、自分の弱さを見せたがらない。平均的人間は完全なものに方向づけられており、脆く、断片的である自分を見せたくない。悪いことに教育システムは人間のこの病的態度を強めるために最善を尽くす。このようなことであるから、人間的存在の根本制約としての人生の否定的な側面と折り合いをつけることが問題となる。

勿論、人生の否定的な側面といっても、様々な側面の間を区別しなければならない。避ける、もしくは変えられる否定的な面があり、人間の人間学的側面の本質特徴を描写する否定的側面がある。

人類の大きな問題、例えば飢え、生命圏の毒、北半球と南半球の葛藤、軍備妄想、心理的・精神的悲惨化、社会的不正義は避け得る、もしくは少なくとも軽減できる否定的な側面である。それらは責任ある理性使用の制約のもとで解決可能である。これに関して折り合いをつけようとすることは妄想だろう。

他方、人間であることはしかしまた、有限であること、死に譲渡されていること、断片的であること、いわば問いとして構成されていることを意味する。何処から私は来るか？何処へ行くか？私は誰か？私は何を為すべきか？私は何を望むことを許されるか？私は何を知ることができるか？人間はこれらの実存的に緊急な問いにいつもただ不確かな答えを得るにすぎない。これは不可避免的に人間存在の状況に属する。信仰の答え、まったく一般的に諸宗教の答え、哲学者の答え。人間的存在にはその根本特徴として我々の洞察力の限界も属する。いつも改めて克服されなければならない個々人の、自分のための存在も属する。人間と共なる被造物からの疎外、人間の自然全体からの疎外、人間の存在根拠からの疎外。クルツによると、諸宗教はこの根拠を「神」という暗号で表現する。それは人間が自分自身から疎外されないためである。

すべてこれらのことは人間存在に属する。

このように、クルツは逆説志向の助けを借りて癒された人々において以上述べたような人間存在の否定的な側面が前景にでていたことを確認する。

3. しかしまたクルツはすべての人間の課題も語る。それは苦痛に満ちた人間存在の根本制約を引き受け、それと折り合いをつけることである。そうすることは人間的成熟の本質的側面である。人間的生活の影の側面と折り合いをつけたがらないことは人間の発達にとって危険でないわけではない。この側面を否定する人はそれを知覚しようとせず、それから逃げるので、逆に不可避的にそれと関わらざるを得ない。それは彼にとって危険になる。

4. クルツによると人生をその有限性と死に脅かされていることにおいて、両義性、疎外と断片性において受け取ることができる人は逆に人生をその美しさ、その輝き、その秘密において知覚することもできる。人生の否定的な根本制約を受け取ることのできる者は自由を味わう。彼は自分を、人生をその明るい側面から把握するよう自由にされた人間として体験する。振動する人生、楽しみに満ちた人生、精神に満ちた人生、感じられる人生、満たされた人生を体験する。このようにしてクルツは「逆説志向の背景には健康な人間にとっても心理形成的予防の意味で意味深くあり得る人生の哲学が隠されている」⁽⁷⁾とする。彼はこの哲学を展開し、それが人生の意味の探求へ直結することを確認できるという。

5. 意味に方向づけられて生きることは、クルツ／フランクフルによると全く単純に人生が「成功する」ことを意味する。それでは人生はどのような時成功するのだろうか？それはクルツ／フランクフルによると、人間が自己超越を基盤として他人の人生に、それが展開できるような自由な空間を与えるとき成功する。これは意味の実現の客観的な側面である。成功した人生の感覚は意味を与える同じ人間において喜びとして出来事となるが、これは意味実現の主観的な側面である。成功した人生は上に論じられた人間の実存の消極的な根本制約との勇気ある折り合いである。

6. 療法家が不安神経症患者に与える部分的に強烈な指示は哲学的背景を隠すかもしれないが、この背景はクルツによると決定的である。「私はいま、ただひたすらできるだけ多くの伝染病に罹ろうとだけ思う」「私の全人生は可能な限り無秩序でなくてはならない」「私の周りが汚ければ汚いほどよいのだ。」「私は何にでも同意する。完全な悪魔になれ。」「昨日私は30人殺した。今日はまだ10人しか殺していない。今日のノルマを首尾よくこなすため、急いで先に進もう」患者は自分にこのようなことをいうよう指示される。それは彼らが自分の影の側面と接触するためである。これはクライアントが全体的人間を回復するために不可欠であり、クルツによると具体的な哲学である。

以上のように、クルツは逆説志向という不安治療の技法とロゴセラピーの意味への意志、意志の自由、意味の探究という原則はフランクフルにおいて一致しているという結論を引き出した。この結論を留意し、その意義を確認することは重要である。フランクフル自身は逆説志向がすでに人類の文化史の中に散りばめられていたことを確認したこと鑑みるなら、それはロゴセラピーの人間学が、それゆえロゴセラピーという心理療法に対応する療法の形がすでに事実上、その分だけ普遍的に人間生活の中にいきわたっていたことを証明することにもなる。特に重要なことは、逆説志向が人生の改変不可能な、従って折り合う他のない「否定面」と改変可能な、従って改変する事が人間の責任性の領域にある「否定面」を区別していることである。前者においては態度価値が、後者においては創造価値が問題になっている。特にこの両価値の実現が

逆説志向による全体的人間の回復の内実をなすのである。

2章 ロゴセラピーと深層心理学

1節 フェレーナ・カストと「不安の意味」

クルツは彼の不安神経論の結論部分で逆説志向においてもロゴセラピーにおいても闇を含む全体的人間の回復が問題になることに言及した。そうしたあと、彼はカール・グスタフ・ユング（1875～1961）を引用し、深層心理学をロゴセラピーに接続させた。すなわちクルツはユングが69歳の時ほとんど瀕死の心臓発作から回復したときのことを報告した。ユングはこの経験のあと一連のヴィジョンを得て非常に生産的な活動段階に入ったが、彼はこの時期のインスピレーションを次のように纏める。「私はそれを存在に対してイエスをいうこと、存在するものへ異論を唱えることなしに無制約的な然りをいうこととして定式化できるだろう。存在の諸制約を、私がそれを見、それを理解するままに受け取ること。そして私自身の存在を私がまさにあるがままに受け取ること」⁽⁸⁾クルツによると、ここでもまた逆説志向の人間学的原理は把握されている。それはすなわち、人生をそれがまさにあるがままに、無制約的に受け取ること、人生の光と闇の両側面を受け取ることである。このようにクルツは一方で فرانクルに忠実に、しかし同時にフランクルに対して一歩進めてユングに接近した。このことはユング派の心理療法家たち自身が人生の意味の解釈をめぐるってロゴセラピーに接近することと呼応して興味深い。例えば、フェレーナ・カスト（1943～）はリーマイヤーに個人的に、彼女がロゴセラピーを評価し、「いつか実存主義の諸方向はふたたび一層大きな役割を果たすだろう」⁽⁹⁾といったという。

カストはさらにユングによる深層心理学についての論述⁽¹⁰⁾の中で個別化のプロセスと人生の意味および意味の体験について語る。「個別化はプロセスであり、そして最終的には目標でもある。目標は全体的になること－それは我々の決して到達しないユートピアであり、我々は精々途上にある、そしていつも再びこの道の上に立ち止り続ける。しかし、プロセスは人生の継続を意味で満たす」個別化のプロセスの目標は「全体的になること」である。目標は決して人生行路の途上にある人間の中に入ってきてその中に消失することのないものであり、その意味では人間にとって超越的である。そして、この全体的、普遍の人間は個々の制限された人間に触れることによって彼の「人生の継続を意味で満たす」。カストはここで意味という概念を使うことに注目しよう。彼女はスピリチュアリティについても語る。それは人間がその都度それである精神の形である。それは「冷静であり、身体とも結びついていて、意味への憧れとして、生の充実への、生き生きとしていることへの憧れとして理解される」とする。カストはまた、「一体性の経験への、意味の経験への憧れ」を「生きられたスピリチュアリティ」と呼ぶ。ここで一体性というのはすでに言及された光の側面と闇の側面の一体性、全体的になること、意味と同義である。それ故、困難な人生の経験は不快で満たすものとして体験されるが、「それはしかし、その意味へ向けて、その挑戦的可能性へ向けて問われる」という。カストはさらにまた「無意識」を「資源」とし、無意識との結合について次のように書く、それは「自己認識をもたらし、自己配慮を可能にし、日常の問題との対決において新しい視点をもたらす。－これらすべてのことを意味の経験の展望のもとにもたらす」無意識との結合は「すべてのことを意味の経験の展望のもとにもたらす」このようにカストにおいて無意識は意味の経験を可能

にさせるものと考えられている。彼女は個別化のプロセスは超越的全体からくる人生の意味を体験し、それを理解するプロセスだとした。このような考え方は、ロゴセラピーに異質のものではない、否、それと軌を一にする。このようにして、ロゴセラピーと深層心理学が意味の経験において結びつくとしたら、ロゴセラピーは深層心理学から一体何をj得ることができるだろうか？。我々はこの問いに対する答えをカストの著書『不安の意味について』⁽¹¹⁾から引き出そうと思う。

カストはクルツ／フランクと同様、不安の概念への実存哲学的接近を行う。人間の不安は最終的には彼が死すべき存在であることからくる。そして死は人間にとって「多分最大の脅威」である。カストによると、人間は免れ得ない有限性と対決する時、生きる意志は成長し、創造性は強く挑戦される。不安と向かい合う時、何をj変えなければならないかを理解する。人間に支えを与えるものへ近づき、彼の感情と結びつき、人間関係はふたたび満足のいくものとなる。不安は逃げなければならないなものか、なにか否定的なものではない。人間はそれとの関わり方を工夫しながら積極的に生活を形成する動機を得ることができる。

不安は人間から何を欲し、彼から何を閉ざし、彼に何を開示するのか？カストにとって、これらの問いに答えることは不安を克服する形式を描くことでもある。彼女によると、どの社会もどのように不安と交わるかについての文化的伝統を持つ。不安にかかわる芸術と文学は社会全体へ働きかける。不安とどうかかわるかを考えることは単に個人的なことではなく社会的なことでもある。不安にさせるものに直面して落ち着くことは要求される。我々は死すべきものでありながらも敢えて生きる。我々は一生の間、大事な事柄を危険あるいは脅威に晒し、このことを受け入れる。不安にもかかわらず、否定的側面を持つ人生の中へ入っていく。手放すべきものを手放す。落ち着きは不確かさを省みつつも諦めないことである。カストによると、落ち着きは「勇敢さ」の1つの形式である。希望は最悪の事を顧慮しつつ、最善の解決に信頼する。落ち着きは人生を信頼することに由来する。共に生きる人間から信頼される。人生において困難と脅威に出会うにもかかわらず、解決も見つけられる。信頼は増す。人生において不安があるだけではない。喜びがある。興味がある。感動がある。これらの肯定的な情緒はいつも過小評価されるが、自己価値の感情を安定化させるために重要である。

上に落ち着きと希望は結びつくことを見たが、カストはエルンスト・ブロッホを引用する、「希望は不安を溺死させる」希望とはブロッホにとっていっそう良いものへ向かって自分を企画することである。ブロッホにとって人類の白昼夢はすでにいつもいっそう良い人生への企画、満たされた瞬間の願望像である。それは具体的な人生を信頼で満たす。この白昼夢はブロッホによれば、いまとここに関わらなければならない。ありそうなことのないものについての突破経験を行い、ありそうもないことを知ることである。カストによると、人はこのような希望を学ばなければならない。この希望へ意識的に決断しなければならない。人はそれを欲しなければならない。単にあるものを受け入れるのではなく、あり得るだろうものを見ること。しかしこれは、不安を見、そしてそれが我々に何を隠しているかを問わなければ、うまくいかない。それは「逆説」である。「不安を真剣に受け取り、それが我々に何を閉ざすかを見るなら、まさにこの態度は希望のイメージと希望の情緒を開く」。自らを希望へと開くことは1つの仕事であり、緊張を意味する。それはしかし、不安によって自分を制限させず、不安に逆らって生活を形成することを意味する。そこからして、すべての困難にも拘らず信頼の根本感情が成長する。不安にさせるものに直面しながら、そのような根本感情をもち、落ち着いて生きることが

できる。

フェレーナ・カストはこのように不安に直面しながらなお可能な人生への信頼と勇敢と落ち着きと希望を語る。この意味で彼女はクルツ／フランクと同じ意味での「逆説」を語る。彼女はこの逆説を理解させる技法として不安の夢解釈⁽¹²⁾を行う。言及された本の最終章は「不安のシンボル」と題されるが、これは心理療法の方法と意義に鑑みてロゴセラピーにおける逆説志向に対応すると考えられる。カストは不安の夢解釈を次のような構成で論じている。「不安の夢」「脅かすものと夢－自我」「不安を上昇させる場面」「宗教的不安シンボル」「不安との交わり」「悪夢」「不安からの道しるべとしての童話」ここではそれを詳論できないが、ロゴセラピーと実存分析が深層心理学的夢解釈から学ぶことは多くあるだろう。

2節 フリッツ・リーマンと「不安の基本形式」

リーマン（1902～1979）はフロイトの精神分析の薫陶を受けた後、彼独自の心理療法を切り開いた療法の臨床家である。彼はミュンヘン心理学および心理療法研究所（今日の精神分析および心理療法のためのアカデミー）の設立者のひとりであり、その主著『不安の基本形式』⁽¹³⁾という人間の人格類型論に関する本は今日においてもドイツ語圏の国々ではベストセラーに数えられ、クルツもすでに見たように彼のロゴセラピーのシステムにおいてリーマンに1つの地位を与えた。クルツはロゴセラピーの中心的内容は精神力学であるが、ロゴセラピーが精神の自己表現の場所として心身の次元も問題にする限り、正しく深層心理学を位置づけながらそれをロゴセラピーのシステムの一領域としなければならないとした。この点でフランクのロゴセラピーは補足の必要があると考え、精神力学の存在論的構造を明らかにするために精神力学の規制原理としてリーマンの「不安の基本形式」を援用した。

リーマン⁽¹⁴⁾は地球が自転しながら太陽の周りをまわることに注目し、このことが人間の人格を構成する二重の両極関係の存在を基礎づけ、この関係の在り様に積極的に、または消極的に影響するという。地球の自転はそれが求心力を有することを示し、公転は地球が遠心力を持つことを示す。人間は一方では地球の求心力に対応して「一度限りの個になる」能力を発達させるよう要求される。他方、地球の遠心力に対応して世界、人生そして人間仲間に信頼し、彼らに自らを開く能力を伸長するよう要求される。リーマンはこの2つの要求は相互に矛盾するけれども、矛盾しながら相補的に調和へと統一されるべきものであるとする。彼はまた、人間は一方では地球の求心力、あるいは重力に対応して「持続する」能力を発達させることを要求されるとする。他方、人間はリーマンに従うと、地球の遠心力に対応して「変わる」能力をつけるよう要求される。このように人間の人格が個として「自足する」ことと「変わる」ことはリーマンによると矛盾するけれども、1人の同一の人格において不可分であり、相互に補完することになっている。この矛盾する両極の相互補完的自己同一はリーマンの心理療法を存在論的に基礎づける。これが押さえるべき要点の一つ。

もう1つの要点は、リーマンが人間存在が含むこの2重の、矛盾するものの相互補完的両極性に注目しながら不安の4つの根本形式を語るということである。（1）一度限りの個性を獲得することは、他者との関係を破り、関係の中において享受していた庇護を失うことであり、孤立することでもある。不安はここでは庇護の喪失と孤立への不安である。（2）他方、人間への、世界への献身は自己を放棄し、他者へ、共同体へ依存することである。不安はここでは個としての自己の喪失と依存への不安である。（3）変わることは継続、安定、定住を放棄す

ることを余儀なくされることである。不安はここではそれまで自明のこととしていた継続、安定、定住を放棄しなければならないことへの不安である。(4) 他方、古いものを維持し、それを継続しようとするのは、新しいことを敢行できないこと、不確かなものへ向かって計画できないこと。不安はここでは「新しいもの」「不確かなもの」を放棄しなければならないことへの不安である。

リーマンによると重要なことはこれらの不安の形と程度は、人間の心身の素質、子ども時代の環境、あるいは社会的ルールによって規定されるとはいえ、ある程度自分自身によって形成されたのであり、その意味では変えられ得るのであって、単に宿命として受け取られるべきものではない。この指摘はリーマンを援用するロゴセラピストにとっても重要である。なぜなら、ロゴセラピストにとって人間が人格障害においても決して失われることのない精神の自由と責任を顧慮することは重要であるからである。リーマンはこのような考えを前提としたうえで、4つの不安の根本形態をシゾイド的、うつ的、強迫的、そしてヒステリックな人格の障害形態として描写した。彼もまたカスト／ユングと同じように、これらの形態はただそれだけで完結したものとして存在するのではない。それらは不可避免的にそれ自身の中に健全な人間像を含み、健全な人間像の部分的側面として理解されるべきものとした。この考え方はまた避けがたくフランクルの「精神科医の信仰告白」を想起させる。彼は「人間が精神病に罹患し、その症候を示したのちにもなお彼の完全な精神的人格を維持することを信ずる」というものである。リーマンの『不安の基本形式』がロゴセラピストにとって役立つのは、リーマンがこのようにフランクルと共通性を持ったうえで、不安の深層心理学的な考察ができたことにあった。ロゴセラピーの古典的形態においては不安の深層心理学的考察は未発達のままだった。ロゴセラピストにとってリーマンが意義を獲得するのは、彼がこの点の弱点を補い、精神力学のほかに心理力学をも一層豊かに展開することを必要不可欠としたからだった。

この論文の著者はここでリーマンの不安の原因学および現象学を再現するかわりに、リーマンがすでに言及された本の末尾で行っている「全体的人間像」についての短い説明⁽¹⁵⁾を取り挙げよう。これはクルツ／フランクルが逆説志向による不安神経症の克服は1つの完全な人間像を含むといったことに対応すると思われるからである。

リーマンはそこで改めて不安の指示的性格に注意を促す。不安は我々が何らかの間違った態度の中にある、あるいは人生の要求の1つから逃げて、敢えて発達の歩みをしないことを指示する。人間の実存はリーマンによると、この指示を受け、その都度の発達段階を超えて「新しい自由、新しい秩序と責任へ向けて成長すること」はできる。不安は人間の実存にその積極的、創造的な側面を示し、変化への刺激になる。このようにいったあと、リーマンは宇宙的な力動的諸力、つまり自己になることと他者に自らを開くこと、変わることと継続することという2重の両極性と、それを構成する4つの極に言及する。人間はそれらの極とその働きに参与しているのだが、それらの極はそれら相互の矛盾と対立にも拘らず、堅固な秩序によって生き生きとした均衡の中に保たれている。この均衡はリーマンによると、決して静止、あるいは安息を意味するのでも、決して混沌に墮するのでもない。宇宙的運動の刺激の1つを過度に強調する、あるいは脱落させることは我々の太陽系を危険にさらす、あるいは破壊するだろう。人間についてもリーマンはいう、「基本的刺激の1つの、いかなる一面化あるいはいかなる脱落も、我々の内的秩序を危険に陥らせ、そして我々を病気にすることができる」と。

このようにしてリーマンは宇宙的諸力へ参与する限りにおいての人間の存在と、他方、共同

的人間的な環境によって刻印を受けるかぎりでの人間の存在、すなわち人間における「二重の側面」を語る。超時間的な、超人格的な秩序と法則そして全体的人間的なものへ参加する人間、彼の超時間的、永遠の側面。これが一つ。他方、時間的に制約された存在として人間は個人的な伝記と固有の特徴、一面性と制限を得ている。そもそも人間として、人間的なものの部分として、我々はリーマンによると自分の内に完全性と無欠性の予感を持つ。そしてそれはリーマンによると、過去とその中で獲得した諸制限を超えて我々を高めることができる。それは彼によると、我々が人間としての我々に共通なものを熟考することにおいて可能になる。その共通なものはリーマンによると、時間、文化そして人種に結びつけられておらず、「人間的なものそれ自身」を意味する。このようにして不安についての考察はリーマンにおいて完全性と無欠性の十全な意識を持つ人間の出現の予感へと導く。「そのような人間が存在するなら、我々は彼に疑いなく最高度の成熟と人間性を承認しなければならないだろう。しかし、我々が彼にただ制限された仕方においてだけでも近づくことができるなら、ともかく十全な人間性と成熟を目標表象として持つことは本質的なことであるように思われる」不安神経症においても、そしてその療法においても「十全な人間性と成熟」を「目標表象として持つ」という点においてリーマンの心理療法は、彼がフロイトの精神分析から出発しているにも拘らず、カスト／ユングによる、そしてクルツ／フランクルによる心理療法に通じている。リーマンがロゴセラピーのさらなる展開において注目すべき療法家であると見なされる所以である⁽¹⁶⁾。

3節 ウーヴェ・ベッシェマイヤーとエニアグラム

エニアグラムはイスラム圏のスフィズムの伝統に属する神秘家たちによって集められ、伝えられた人間の人格類型論である。それは口伝によって連綿と保存され、20世紀初頭、アメリカの作家、G・E・グルジエフ（1872～1949）がそれを欧米世界にもたらした。エニアグラムは日本にも輸入され、それを学ぶ人々の数は増えつつある。それは個人の生活においても仕事場でも用いられる。この人格類型論においては、改革したがる人、助けたがる人、成功を追う人、ロマンチックな人、観察する人、慎重な人、幸せを求める人、強さを求める人そして平和を求める人という9つの人格類型が論じられる。各類型の人格は一定の傾向を持ち、それは彼らの人格構造の核を形成する。それぞれの人間は何らかのテーマを抱えており、どのようにそれを扱うかが描写される。人格構造の消極面と積極面を観察し、どのような人格形成の可能性が与えられているかを見つけ出す。このプロセスの中で自分自身に対する関係、そして他人に対するそれを整えることができる。同時に、各類型には限界があることを認識し、類型を超えた根源的人間を探求する。この論文の著者はそのロゴセラピストとしての活動の中でエニアグラムの深層心理学的価値を評価し、クライアントがエニアグラムを使った場合どのような回復を辿るかを観察している。その際、カリフォルニア・バークレイの直感の探求と訓練のためのセンターにおいてエニアグラムを教えるヘレン・パルマーからの惹益を受け、エニアグラムが深層心理学的に人生の基本原則を明らかにし、ロゴセラピーとともに相乗効果を発揮することを確認している。

ウーヴェ・ベッシェマイヤー（1939～）⁽¹⁷⁾ はエニアグラムをロゴセラピー的人格形成プログラムとして採用している。すでに言及されたリーマイヤーはベッシェマイヤーが彼の活動の中にエニアグラムを導入したことを「ロゴセラピーを豊かにし、拡大するもの」として歓迎した。リーマイヤーはいう、「内的世界の知識と無意識への接近は元来のロゴセラピーの著しい

豊富化を描写する。なぜならフランクルの教説は主として外の世界に向けられ、そして無意識は元来のロゴセラピーにおいてはほとんど役割を果たさないからである。(『無意識の神』という本にも拘らず)⁽¹⁸⁾と。リーマイヤーによると、フランクルは確かに自己距離化と自己超越という概念を、自由と責任と並んで、精神の最も本質的な働きであるという認識を心理療法にもたらした。これはフランクルの功績ではあるが、「内的世界の知識と無意識への接近」が問題になるところでは、いまだ課題を残した。確かに、フランクルは『無意識の神』の中でフロイトやユングと同じように無意識の領域を承認したが、それが含む豊かさを汲み尽くす道はいまだに示すことができなかつた。このような批判はリーマイヤーのみならず、クルツを始め少なからぬ数のフランクルの弟子たちによって表明されている。そこでベッシュマイヤーはフランクルの心理療法の枠内にとどまりながら、ロゴセラピーが実はエニアグラムの提供する「内的世界の知識と無意識への接近」から益を得ることを示したのである。彼はエニアグラムをロゴセラピーの観点から解釈し、彼の「価値に焦点を当てた人格形成論」のために使った。リーマイヤーはこの功績を評価し、ベッシュマイヤーをフランクル以後のロゴセラピーのさらなる展開の担い手としたのだった。

リーマイヤーはベッシュマイヤーのエニアグラム解釈の一端を示すものとして、ベッシュマイヤーの第5の人格類型、「観察する人」の描写を取り上げている。この論文の著者もリーマイヤーに倣い、この類型を通してエニアグラム的一端を紹介しよう。「観察する人」は他者と世界から距離をとる。彼はまた感情から距離をとる。例えば、愛すること、攻撃することに伴う強烈な感情を自分から分離する。彼はもっぱら考えることを得意とする。これは観察者の消極的側面である。この消極的側面は見方を変えれば、他人をそのあるがままにさせておくことができる、感情をコントロールできる、客観的になれるという積極的側面として現れることはできる。しかし、それはどこまでも消極的側面を背景としており、この意味でそれを引きずらざるを得ない。元来、「観察する人」は切ることでできない他者との関係を切ろうとする、あるいは感情が不可分に人間の人格と生活に属しているにも拘わらず、感情を人格と生活から捨象しようとするのであるから「観察する人」の生き方にはいたる所で無理が露呈する。それは不可避免的に「観察する人」の不安としてあらわれる。

ベッシュマイヤー⁽¹⁹⁾は、この不安の中には根源的で完全な、そして均衡のとれた存在でありたいという「観察する人」の中に確かに働く憧れが隠されているという。この「憧れ」はすでにみたカストの不安の中に含まれる「希望」と共通するが、ベッシュマイヤーは「観察する人」の中に密かに生き続けるこの憧れの内容を、自らを自らに開くのみならず、自らを他者と世の中と人生そのものへ開くことと解釈し、それを「人格性のさらなる展開への道」というタイトルのもとで展開する。ベッシュマイヤーはその際、「観察する人」が観察すること以外の価値もあることに気づく方法を提示する。価値の葛藤を克服する道筋を示すことはロゴセラピーの得意とするところである。「観察する人」は限界を持ちながらも、単なる類型から根源的姿、真の自己へいたることができる。この意味で自らの唯一性と代替え不可能性を認識できる。同時に、各類型を特徴づける主要テーマあるいは価値は一面的であり、価値の視野を狭めることがわかる。それ故、根源的人間存在を実現することには必ず、諸価値が相互に関連するというところへの洞察も属することがわかる。

勿論、ロゴセラピーとエニアグラムは2つの異なった伝統であるから、それぞれのシステムは固有性と独立性を保持しなければならない。それ故、それぞれの伝統に連なる者たちの接触は、

相互の違いに対する尊敬と、開かれた対話と相互から刺激を受けあう学習でなければならないだろう。しかし、すでに上に触れたベッシェマイヤーの「人格性のさらなる展開への道」において彼が人生の中に入っていく、自分の感情との接触を再び獲得するために提唱する方法は、基本的にパルマー⁽²⁰⁾が「第5のタイプが成長するのを助けるもの」として推薦する訓練の内容と合致すると思われる。パルマーはそこで17の技法を提供している。彼女の提案する最初の2つの「気づき」の訓練は次のようである。「他者が対応を期待するとき引っ込みたいという願望に気づく、操縦としての撤退と戦略的に与えることを放棄する」「いつ分析と経験による感情が知的構成にとってかわられるか、気づく」エニアグラムの訓練によってこのような「気づき」が自分のものになる。このような「気づき」をとおしてタイプ5の人間は彼の持つ癖と傾向を超えて、存在の根源に触れ、考え、感じ、行為する人間、この意味で全体的人間となる。パルマー⁽²¹⁾は「(エニアグラムは)病的行動よりもむしろ普通のそして平均を超えた行動に従事する数少ないシステム」であり、「心理的な知恵を理解しやすいコンパクトな組み立てへ凝縮している」という。この点、エニアグラムはロゴセラピーに共通するものを持つといえる。

ここでエニアグラムの全システムを論ずることはこの論文の著者の意図の外にあるが、ロゴセラピストがカストやフリッツ・リーマンと同様、エニアグラムとも対話できることを示唆できればそれで十分だった。エニアグラムはそれを使う者の人格を1つのタイプへ当て嵌めて、身動きの取れないようにするという一部のロゴセラピストからの批判には根拠がない。また、エニアグラムが問題とする人格類型の輪郭がはっきりとしないという批判があり、クルツもその批判を共有し、エニアグラムを使うことに躊躇しているが、パルマー等は各人格類型を詳細に定義づけることに成功している。被験者がどの人格類型グループに属するかをあらかじめ知るためのコーエン・パルマー・エニアグラム質問票も開発し、その予知の精度を高めつつある⁽²²⁾。この論文の著者は2009年から2010年にかけて月1回3時間のエニアグラムのセッション、すなわち計10回30時間のセッションを12名の様々な職種の社会人の参加を得て行った。その中で参加者は彼らが類型から根源的、全体的人間へ向かう思惟の動きを理解できることを確認している。エニアグラム類型論は個々の人間の人格が類型の中に消失しない豊かさを持ち、それ以上のものであることを理解する通路を提供する。さらに、エニアグラムが人格形成論であることによって、それが人間生活の様々な領域、例えば家族療法と労働および経済の領域においても有効である。

まとめ

この論文の著者はヴォルフラム・クルツによる不安神経症と逆説志向そしてそれが含む人間学の描写に注目することによって、ロゴセラピーにおいて精神力学と深層心理学を統合することが可能であることを示した。クルツはこのこととの関連で、すでに言及されたようにリーマンとユングを評価したが、この文論の著者はベッシェマイヤーとともにエニアグラムもまた心理学的知見をロゴセラピーの中にもたらし得ることを示した。それはただ単に人間の人格の類型論を提供するのみならず、人間が類型として分かれるに先立って人間存在の根元には共通基盤として生ける何者かが存在し働くことを予想させる。フェレーナ・カストはそれを「全体的なもの」「全体的人間」と呼び、フリッツ・リーマンもそれを同じように「全体的人間」と名づけた。ベッシェマイヤーはそれを類型と区別して、そしてそれに先立つものとして「根

源」と名づけた。ヘレン・パルマーもこの「根源」を知っており、人間をそれに直面させるために類型に対応する訓練と、訓練に伴うリバウンドを防ぐための注意まで書き添えている。すべてこれらの人々はフランクルのロゴセラピーと実存分析に刺激を与えるだろう。

注

- (1) Jörg Riemeyer, Die Logotherapie Voktor Frankls und ihre Weiterentwicklungen, Bern 2007. S.301 ~ S.404.
- (2) Wolfram Kurz, Arbeitsheft, Die Angstneurotischen Störungen, ohne Datum.
- (3) Wolfram Kurz, a.a.O., S.2 ~ S.10.
- (4) Wolfram Kurz, a.a.O., S.34 ~ S.38.
- (5) Viktor Frankl, Theorie und Therapie der Neurosen. 8 Aufl., München 1999. S.35.
- (6) Wolfram Kurz, a.a.O., S.38 ~ S.49.
- (7) Wolfram Kurz, a.a.O., S.48.
- (8) Wolfram Kurz, a.a.O., S.49.
- (9) Jörg Riemeyer, a.a.O., S.155.
- (10) Verena Kast, Die Tiefenpsychologie nach C.G.Jung. S.41 ~ 42. S.98 ~ S.99.
- (11) Verena Kast, Vom Sinn der Angst. S.9 ~ S.21. S.214 ~ S.219. Freiburg/Basel/Wien 1996.
- (12) Verena Kast, Vom Sinn ..., a.a.O., S.190 ~ S.213.
- (13) Fritz Riemann, Grundformen der Angst, München/Basel 1999.
- (14) Fritz Riemann, a.a.O., S.19 ~ S.33.
- (15) Fritz Riemann, a.a.O., S.244 ~ S.259. besonders S.257 ~ S.259.
- (16) Jörg Riemeyer, a.a.O., S.324.
- (17) Uwe Böschmeyer, Vom Typ zum Original, Hamburg 2005.
- (18) Jörg Riemeyer, a.a.O., S. 333.
- (19) Uwe Böschmeyer, a.a.O., S.102.
- (20) Helen Palmer, Das Enneagramm. München 2000. S.298 ~ S.299.
- (21) Helen Palmer, a.a.O., S.26 ~ S.27.
- (22) Helen Palmer, a.a.O., S.473 ~ S.484.