

# 精神的因果律

——構成要素とダイナミックス<sup>(1)</sup>——

ウォルター・タップス  
訳 竹内 啓 二

## 目次

はじめに

一、精神と肉体の関係

(一) 道徳的因果律は精神的因果律である

(二) 二元論と行動主義を越えて

二、殺す心と癒す心

(一) 精神生理学的革命

(二) 「ストレスによる死」と仕事の意味

(三) 精神の再発見

三、精神的因果律——東洋と西洋

四、道徳の実行——構成要素とダイナミックス

(一) 実行の重要性

(一) 自己反省

(二) 注意

(三) 思考から実行へ

五、自己認識と行為

(一) 精神的因果律の目的と目標

(二) 思考と行為の基盤としての自己認識

(三) 精神的因果律の構成要素

(四) 自発的行動の基本的ダイナミックス

……我々の精神作用と行為は相合して真の安心立命と道德的因果律の存在に対する確信をもたらす。……これは私がつとに自ら経験して認めたところも、多くの人々を指導して得たところの結果も同一であり、疑問の余地はないのである。要するに、このことに関する心理学的・生理学的研究から得られた結果はすべて人間の活動における道德的因果律の存在を示している。<sup>(2)</sup>

ついに今日人間の精神作用及び行為の因果律は、聖人の教説のごとくに、この人間社会に実存することを確知することができました。……最高道德の実行とその結果との関係につきての学問的決定は現時における世界道德教育の一大改革を促し、延<sup>ひ</sup>いて世界人類の精神的大革命を来たすほどの価値ある事件なれば、当該問題の決定はまさに世界人類の休戚<sup>きふせき</sup>に関する重要な国家的及び社会的問題の解決に対する管<sup>かん</sup>鍵<sup>けん</sup>であるといふべきであります。<sup>(3)</sup>

### はじめに

現代、我々は、医学、エレクトロニクス、航空宇宙産業、コミュニケーションなどの領域において、「科学技術の奇跡」に囲まれている。その結果、ますます我々は、自分の思考、希望、人生をそれらの外的力にゆだねるようになってきている。個人の精神は少ししか力がなく、たいしたことはできないと考えるようになってきている。自分の人生や運命、毎日、各瞬間の自分の思考や行動について、語るべきことはあまりないと考えている。我々はただ、目の前の仕事、日々のスケジュール、様々なグループ、職場、家庭、一般社会からの、その時、その時の要請に「応じている」にすぎないと感じている。実際、我々は、我々の精神は、何か特別なもの、あるいは、健康、幸

福、繁栄などの我々の最大関心事を作り出すための有効な道具であるという考えをめつたに持たない。

ある意味で、このような態度は、我々の人生を快適なものとする。なぜなら、我々は、自分の行なうことや行なわないことについて、すべての責任をとる必要を感じないで、安易な道をとることができるからである。しかし、広池千九郎は、このような態度を大胆に否定して、『法句経』から次のような引用をしている。「私たちの現在の状態はすべて私たちの思想に基づいており、且つ思想から造られたものである。<sup>(4)</sup>」この主張には、自己の責任からの逃避的態度は見られない。『道德科学の論文』の各所において、広池は、自己の運命に責任があるのは、自分自身であると述べている。その理由は明白である。我々の思考、精神作用をコントロールでき、またしなければならぬのは我々自身であるからである。

精神的因果律の考え方、すなわち、我々の精神作用が、我々の人生のすべての様相を作り出すという考え方は、大変古いものであり、東洋と西洋の哲学の核心にある考え方である。現代と過去の偉大な思想家たちにとって、精神的因果律は、永遠の真理、不変の宇宙法則であった。しかし、それは、繰り返し発見され、再解釈されるべき真理である。広池千九郎の偉大な業績の一つは、どのように精神作用が、我々のすべての行動、思考、存在の基盤として働いているかについて、広く、深い、全体的な考察を提示したことにある。さらに、興味深いことは、現代の識者も古代の真理を同じような言葉で主張していることである。最近になって、この古代の真理についての新しい証拠が発見され、新しい理解の仕方が提示されるようになった。本稿の目的は、広池の提示した道德的因果律の原理を再検討し、そのモラロジーにおける重要性を明らかにし、現代的視点からそれに対する理解を新たにすることである。

## 一、精神と肉体の関係

### (一) 道徳的因果律は精神的因果律である

以下の論述を分かりやすくするために、広池千九郎の『道徳科学の論文』で用いられている二つの用語について説明しておこう。第一に、広池が「精神作用」(ふつう“mental activity”と英訳される)という言葉で意味していることは、人間の脳の一般的な、類別されない働きのことであり、神経心理学の“mentation”に相当する。

脳の一般的な働きでさえ、特定の識別される心がまえ(attitudes)によって方向づけられ、影響を受けるといふ科学的によく知られた事実を認めることによって、この用語をいっそう明確なものとすることができであろう。それゆえ、“mental activity”に相当する「精神作用」といふ言葉よりも、“mental attitudes”に相当する「心がまえ」を用いることにする。「心がまえ」とは、脳科学において、一般的に「予備的な」、「先立つ」状態、(すなわち、特定の精神作用と行為に先立つ状態)と考えられている。それは、特定の思考が生み出される心の「わく組み」や心の状態である。

第二に、広池は、「道徳的因果律」と「精神的因果律」という用語を交互に用いている。一貫性をもたせるために、言葉の用法を明確にし、一つの言葉を選んで用いる方がよいであろう。広池は、「道徳的因果律」とは、精神的因果律であると言わんとしていると私は考える。また、「精神的因果律」という言葉は、広池が用いている古代の資料においても一般的な言葉である。「精神的因果律」という言葉は、一般的な意味と用法をもっているが、道徳的因果律は、精神作用もしくは心がまえによって生じる結果にかかわっている。おそらく、広池が、精神作用の「道徳的」であることを重視したのは、次のような理由のためであろう。すなわち、最高の心がまえの基盤は、

偉大な諸聖人の道徳的教えと実行にあるからであり、また、広池は、普通の心がまえと普通道徳の実行によってもたらされる結果と、最高の心がまえと行為によってもたらされる結果の根本的な違いを強調したからである。

広池の主張や諸聖人の教え、さらに、我々の常識からしても、最高道徳の実行は、我々に異なった、よりすばらしい現実をもたらすことは明白である。しかし、その実行の源泉であり、その誠実さを決める決定的なもの、「心がまえ」である。(聖書は「よき業」のみでは十分ではないと警告している。)神経心理学的、哲学的観点からしても、行為は思考に続いて起こるのであるから、最高道徳の実行は、心の内的状態を外在化することより成っている。精神状態から肉体的行動が生まれる。広池は、「モラロジーにおいては、その動機及び目的はもちろんですべてある一つの行為を完了する期間における精神の連続的作用がみな善でなければならぬ」といっているのであります」と述べている。

それゆえ、精神作用——一般的な心づかいと特定の心がまえ——は肉体的行動の源泉であるので、最高道徳の実行は、精神作用に導かれる道徳的行為である。それが意味することは明白である。すなわち、もし、我々が心がまえを変え、改善しなければ、我々の精神的、肉体的、経済的状态、魂のあり方は変わらないということである。

### (二) 二元論と行動主義を超えて

広池の精神的因果律の原理の基盤である見解もしくは前提は、直接的な精神と肉体の相互作用が存在するというものである。もっと広い観点に立って述べると、精神的因果律は、自己の肉体だけでなく、すべてのものに影響を与えるので、精神と肉体は、思考し、行動する人間において統合されていることが重要である。精神と肉体

が統合されている人は、思考や行動とその結果に対する真の主体者として理解され、判断されるであろう。精神と肉体を統合することによってのみ、各人は自己の思考、行動、そして、人生と運命の結果に対して責任をもっていると言ふことができる。

もし、精神と肉体が直接的に結び付いていないならば、精神的因果律というものがありえるだろうか。フランスの哲学者、デカルト以後、精神と肉体は、ある程度の相互作用があるとしても、分離されたものとする二元論に立って考える傾向があった。その結果、さまざまな見方をもつ人が出てきた。ある思想家たちは、精神の役割に焦点をあてて、「唯心論」を主張した。また、別の思想家たちは、精神を否定し、人間を遺伝や環境に反応する物質的な組織にすぎないと考えた（例えば行動主義心理学）。

デカルト的な立場の典型的な例を西洋医学に見ることが出来る。古い健康観は精神と肉体は別々のものであり、互いに直接的な影響を与えないという立場に立っていた。肉体は機械のようなものと見られていた。病気は機械の故障の結果であると考えられた。医師は機械を修理する熟練工のようなものと見られていた。医学とそれに関連する学問は、生物学に影響を受け、病気の肉体的側面のみ注意到を向けていた。このような態度の結果、医学と医療はさまざまな生物学的現象のみを重視し、人間のさまざまな心理学的、心理社会的側面を軽視していた。精神医学においてさえ、精神的な病気が生物学的な原因から生じるといふ考え方によって、長い間、さまざまな精神の病いに対して、向精神薬やその他の「生物学的」治療法が主としてとられてきた。

広池千九郎が、当時においては「新しい」科学と呼んでいる、この科学的方法是「古い」科学に属している。すなわち、それらは、ニュートンの機械論的物理学に基づいた、世界、宇宙、実在に対する見方である。この实在観は、当時の新しい科学とその関連領域に対して影響を与えた。なぜなら、「科学者たちが、「生物

学や物理学における」機械論的アプローチの成功を心理学にもたらそうとしたであろうことは当然であった」からである。しかし、この試みが心理学において成功しなかったばかりではなく、物理学者たち自身が「機械論的」説明に問題をいだくようになった。「機械論的原理は、日常経験のニュートンのレベルについて説明するのに有効であったが、変化する諸要素間の関係について、単なる機械論的因果関係という観点では、容易に説明できないのである。」<sup>(7)</sup>

それゆえ、厳格な行動主義者は、デカルト的な精神と肉体の二元論を主張して、実験「対象」の完全な「客観的」観察を望んだが、「心理学においても、物理学においても、観察者と対象の区別は簡単につけることはできないのである。デカルトの二元論は、究極的に精神と物質の区別に基づいているので、「現代物理学では、この二元論はもはや支持されていない」物質は非物質化されたのである。」<sup>(8)</sup>興味深いことに、広池千九郎は、二元論的、還元主義的、機械論的だと規定され、批判される「古い科学」の研究法に関して、カール・プリブラムと全く同じ立場に立っている。広池は次のように述べている。

「動物の行動を観察して人間の心理を類推する研究に言及して」その結果として、従来の内省法を棄てて全く人間の心理を動物心理学的行動研究によって明らかにせんとする主義が起こったのです。……ワトソンは「行動主義者は初発の対象（刺激）と終局の対象（反応）とを観察することで満足する。」<sup>(9)</sup>というておりますが、かかる方法によりて我々人間の複雑なる精神現象が説明し得らるると考へるのは妄誕に近しいわねばなりません。……今、行動主義者にして単に刺激と反応とのみをもつて研究の目的とするならば首肯すべき点がありますが、それによって人間全体の活動（精神的ならびに肉体的）を説明し得ると考へるのは自己の権外に出ずるものといわねばなりません。」<sup>(10)</sup>

当時、広池が入手できた限られた情報の中から、重大な欠陥をもっている「行動主義的革命」と呼ばれた潮流に関するこのような見解は、当時の新しい心理学に対する広池の驚くべき洞察力を示している。五十年以上もたつてから、著名な国際的心理学者、ガール・プリブラムは同じ結論に達している。プリブラムの論文から引用しよう。

行動主義の旗印のもとに行なわれた観察や実験は哲学的探究によって喚起された問題に本当に対応できるのか。真の意味で、科学としての心理学は、行動主義を越えて、隠されたプロセス「と行動主義者が呼ぶ」にまで到達している。通常、このような隠されたプロセスは「精神的」なものと呼ばれてきたが、この名称を捨てるよい理由はない。視覚や聴覚などの我々の知覚は精神的な働きである。感情と動機づけは、精神的であり、意図や判断も精神的であり、行為でさえも精神的である。

「古い」科学に心理学を一致せよとする五十年以上の試みの後で、行動主義革命は終わった。そして、人間の精神生活を理解する努力の中から、心理学者は、人間性心理学やトランスパーソナル心理学を発達させてきた。興味深いことに、心理学は広池が精神物理的並行説として理解し、受け入れていたことと類似した（より洗練されたものであるが）精神と物質の精神生理学へとほとんど回帰した。広池は次のように述べている。

今日には心身の関係に対する学説としては、並行論が比較的穩当なるものとせらるるようになったようでありませぬ。

「心身並行説は」結局心身の作用は心もしくは身体の一方Aに或る作用が起きる時には他の一方のBにも同時にこれに伴うてAの作用と同一なる種類の作用が起こるといふのであつて、心理的過程と物理的過程とは結

合しておると申すのです。

精神物理的並行説は、さらに洗練された精神—身体理論に取つて代わられたけれども、広池の述べていることと、次の引用に示すような、現代の精神生理学的研究の基盤にある原理との驚くべき類似性に注目したい。

生理的狀態のすべての変化は精神的、感情的、意識的、無意識的狀態の特定の変化が伴っている。そして、逆に、意識的、無意識的な精神狀態のすべての変化には生理的狀態の変化が伴っている。

それゆえ、広池は、現在広まっている精神と肉體の相互作用という考え方を鋭く予想していたと思われる。そして、彼の洞察は、当時広まっていたデカルト的偏見と初期の段階にあつた行動主義の限界を超えていたのである。

## 二、殺す心と癒す心

### (一) 精神生理学的革命

精神と肉體の相互作用に関する広池の考え方の意義は、その考えが発表されてからの五十年間に、それを立証するための出来事がどれだけ起こつたかが分からないと十分に理解できない。精神と肉體が相互に関係しているのかどうか、どの程度に関係しているのか（どのように関係しているかは、まだ分かっていないが）、に関する問題を最終的に解決した、精神生理学的（精神と身體の）革命であつたと言つても過言ではない。

広池が、解剖学、生理学、生物学、性、遺伝などについて研究していた頃、人体の解剖学や神経系について教えたり、書いたりしていた人たちは、どのように肉體が働いているかについて、一つのドグマを作りあげていた。

精神と、精神の肉体に対する影響については、あまり論じられなかった。脳はシステムと考えられていた。つまり、中枢神経系は脳と脊髄からなり、動作、言語、思考などの、「意識的」機能に対する自発的コントロール源であるとされてきた。しかし、実際は、肉体の機能の小さな一部分を説明しているにすぎないのである。これとは別に、内臓神経系、あるいは自律神経系と呼ばれる神経系があるが、これらは意志から独立している（つまり「自律的」ということ）わけではないのに、独立したものであると定義された。自律神経系が意志から「独立」したものであると定義することは、意志とは無関係なもの、すなわち意志によって直接影響を及ぼすことはできない、あるいはコントロールすることはできないもの、ということである。一方では、情緒（これも主として自律神経系により統御されている）は、自律的機能に対し何らかの影響を与え得るものと理解され、またそのように承認されていた（それゆえ、自律神経系の一部である興奮神経系を「交感」[sympathetic]神経系と呼ぶ理由はここにある）が、脳の自発的・認知的過程は、自律神経系に直接的影響を与えることはできない、と考えられていた。

しかし、過去二十年間において、この考えは打ち破られた。世界中で行なわれた研究が、人間は肉体のほとんどのシステムや働きをコントロールし、影響を与えることができることを示した。例えば、私がスタンフォード大学で脳の研究に従事していた頃、脳研究の歴史においてはじめて、人間は脳の状態や過程を意識的に自覚し、自発的なコントロールを加える能力をもっていることが、科学的に証明された。<sup>17</sup>

身体に対する精神の影響については、膨大な証拠の蓄積がある。<sup>18</sup>（センサーを使って）モニターし得る生理的過程であれば、いかなるものであれ、我々の意識の一部となし得、精神的過程の影響を与え得るものと考えられる。他方、精神的変化は身体的過程によって大いに影響される。これは、「グリーンの法則」とか「精神生理学的仮説」

と呼ばれている。

おそらく主要な点を明らかにするためには、次の革命的結論を述べるだけで十分であろう。普通の人が、特殊な装置と訓練技術を用いるなら、これまで自発的でない、あるいは自律的と考えられてきた機能や過程に対し、意図的・意志的・直接的・意識的・自発的コントロールを加えることができるようになる。

しかし、大きな謎が残っている。すなわち、天然痘、コレラ、発疹チフス、ジフテリアなどの伝染病やその他の病気を世界中からほとんど絶滅させることができたのに、病院が患者で一杯だということである。なぜなのか。なぜ人は病気になるのか。医学は、過去一五〇年の間に、疾病パターンが根本的に変化し、細菌性疾患からストレス性変性疾患や退行性疾患に変化してきている事実を指摘している。ストレス学説の権威であるハンス・セリエ(Hans Selye)博士は、「細菌が身体中あるいは外界に常時存在しているにもかかわらず、ストレス状態になければ発病しないとすれば、病気の原因は細菌であろうか、あるいはストレスであろうか」と述べ、ストレスが原因であると言っている。<sup>19</sup>

私は、両方だと考える。しかし重要なことは、疾病パターンの変化が、明確に心身相関的疾患へと向かってきていることである。この心身相関的疾患には、心臓病(アメリカで大問題となっている)、本態性高血圧(日本で大問題になっている)、それからもちろん、様々な形態のガンなどがある。つまり、これらの疾患においては、ライフ・スタイル、精神作用、それにパーソナリティ(人格)などが重要な原因であると指摘されている。すべての病気のほぼ八十五パーセントは、「心身相関的疾患」に入ると推定されている。

しかし、もし心が「殺人者」となり得るなら——つまり、もし我々の心が我々自身を殺し得るといふのなら——心は「治療者」となり得ない理由はない。つまり、心を健康作りのための基本的道具として用い得ない理由

はない。私は、病気の主たる原因は、細菌ではなく、ストレス、情緒、精神作用、それにライフ・スタイルであると考える。つまり、自分の健康に対する責任は自分自身にある。私の言いたいことは、我々は所詮、外界の犠牲にすぎないという言い方は、安易すぎるということである。そうではなく、我々はむしろ、自分自身の思想と行動を通じて我々自身の現実を作り出しているのである。このように、我々はストレスに満ちた世界に住んでいるが、我々に対するその影響の大きさは、我々自身が決定している。もちろん、たとえ我々が活動的で楽しい人生を送っていたとしても、決してストレスなしに生活できるわけではない。事実、多くのストレスは、有益であり、喜ばしいものである。しかし、時として高い自己期待を実現しようしたり、「良い生活」を追求しているうちに、自分自身にどれほど無理を強いているかを忘れてしまう。ストレスをデイストレス、つまりマイナスのストレスにしてしまう危険性が常にある。では、どうしてそういうことが起こるのか。

## (二) 「ストレスによる死」と仕事の意味

精神的因果律の否定的側面は、今日、日本において重大な問題となつてきているトピックについて述べることによつて、容易に示すことができる。それは、心がまえとストレスとの関係、心がまえの精神と肉体に対する影響にかかわっている。特に、私は過労死について私の考えを述べたい。精神的因果律のすべての側面が重要であるが、このトピックは、日本の多くの人々にとって意義深いと思われる。

私は、日本人は戦争の荒廃の後、国の再建のために長時間熱心に働き、その経済的達成によつて全世界を驚かしたが、逆説的に、成長の速度を落とし、成功を享受することができないという事実を述べた記事や報告を非常にしばしば読む。多くの日本人は、「一生懸命に働くことは、決して誰も傷つけない」と言うのが好きであるかの

ように思える。しかし、過労からくる突然死に対する増大する全国的な関心は、このような言葉をきっぱりと否定するかのようと思われる。過労によつて損害を受けるだけでなく、死んでしまうかもしれないのである。

新聞記事などによると、過労死は、時々「突然死」と呼ばれ、働きすぎの直接的な結果であると考えられている。私の読んだものから得た過労死のイメージは——私の知っているところでは、過労死についての調査や研究がないことからすると、それについて正確な理解はまだできていない——動物に起こりうるようなことというものである。例えば、カモシカが食肉動物に追いかけられると、パニック状態になって、疲れきるまで全速力で走り、ある場合にはその心臓は肉体的努力と恐怖が組み合わさつて、実際に破裂してしまう。これを「突発死」とか「交感神経系による死」と呼ぶ<sup>(20)</sup>。

新聞に報告されている次のような過労死の事例は、それと同じように思える。六十歳の老人、藤井のぼる氏は、心臓麻痺で亡くなり、神戸の労働基準監査事務所は、彼の死は過労によると決定したため、未亡人は労働者の補償保険に基づき、生存者給付金を受ける資格を得た。彼は神戸のフェリーのターミナルの従業員として、一日おきに二十四時間交代で働いていた。ある日、自分の勤務時間が終わつてから、彼と交代する人は病気になる、八時間さらに働かざるをえなくなった。一週間後、彼は心臓麻痺で亡くなった。

仕事に関連する死や疾病の補償要求の過程について、現在、当局は犠牲者の死や病気の前の一週間の仕事のスケジュールを調査すると聞いている。しかし、かつては一日前のスケジュールしか調査しなかった、ということである。私からすれば、これは馬鹿げたことである。というのは、人間の死は、追いかけられたカモシカの心不全のような単純なものではなく、複雑な要因によるものだからである。

例えば、我々は、特定のストレスの多い出来事が深刻な病気を確実にもたらすと統計的に分析できることを知

っている。そして、危険な要因は最大限のストレスがあつた時から二年前までさかのぼって求めることができることも知っている。<sup>(21)</sup>一方で、過労が決定的な要因かどうかを決めるにあたって、少なくとも一日や一週間ではなく、過去二年間にわたって調べることははるかに道理にかなつていふと思う。他方において、(自発的であるか否かにかかわらず)人々が働きすぎる時、どれだけ危険性があるかを知る必要があることは明白である。しかし、どれだけ仕事がついついかを知ることよりも重要なことは、仕事や人生に対する心がまえがどうであるかということである。

私は熱心に働くことそれ自体はストレスによる死の主要原因であるとは思わない。真の原因は、無力感であり、絶望、抑鬱などのそれに関連する精神状態である。それゆえ、ストレスによる死は、主として心がまえや精神的因果律に関連する問題である。このような見方の道しるべとなるのは、仕事を始める前に疲れを感じる人の数であり、「仕事の前に精神的疲労を感じる人は、過去十二年間に三百パーセントの増加率を示している」という事実である。<sup>(22)</sup>しかし、同時に、企業そのものは超過勤務を奨励しているし、要求さえしている。「多くの企業で、超過勤務はあまりにも日常的になつて、定期的な月収の一部と考えられるようになっていふ」<sup>(23)</sup>

それでは、仕事の環境は何を支えるべきなのか。労働者もつていふ態度、期待、希望などを支えるべきである。この考え方がずつと前に書かれた広池の見方といかに近いかを発見して私は驚いた。ハーツバーグは次のように言う。「積極的な仕事の態度をもたらす要因は、仕事を通して個人の自己実現の欲求を満たすというものである。・・・それは、人間の究極的目標であり、自己の固有の潜在能力によつて、現実の制限の中で、創造的で独自の個人として自己を実現することである。人間がこの目標からそれる時、ユングが言うように、彼は『手足の不自由な動物』になる」<sup>(24)</sup>

本稿では、私が研究したことについて、さらに詳しく述べる余地はない。そこで、ストレスによる死あるいは過労死の本当の原因だと私が考えることについて簡単に述べたいと思う。私の仮説的主張は過労死は働きすぎによる死ではなく、無力感による死であるというものである。無力感事態をコントロールできない時にしばしばもたらされる心理学的状態である。事態について我々が何もできない時、何も変えることができない時——すなわち、状況に対する我々の自発的反応とは関係なく事態が生じる時にもたらされる。何をしても罰から逃れられない状況に動物が置かれた時(例えば電気ショック)、動物がいかにすばやく無力感の徴候——無気力、「放棄」、抑鬱、消すことのできない精神的ショック——をあらわすかを示す動物実験に関する多くの文献がある。

もちろん、そのような実験を人間に対して行なうことはできないが、自覚された無力感などのような心理的状态が致命的であることを証明する多くの事例がある。この分野における有名な研究者、マーティン・セリグマン(Martin Seligman)は次のように言う。「動物も人間も自分の行為が空しく、希望がないと知った時、死にやすくなる」<sup>(25)</sup>。それゆえ、死の直接的原因は、何か他のもの、例えば、心不全であったとしても、抑鬱や無力感、絶望、従属感(状況におとなしく従う、あきらめ)などが、それに先立つ支配的な気分である。私にはこれこそ過労死の背景にある真の原因であるように思える。

また、私はこの現象は次のようなことを示さない限り増大し続けると思う。すなわち、(一)人々が自分の置かれていふ状況に対する態度を変えることを学び、ある時点で放棄した自分の仕事や生活を自発的にコントロールするために必要なことなら何でもすること。(二)日本社会自体と労働者と雇用者は過労死の原因と結果に関してよく理解し、教育を受け、広池によつてよく理解され、説かれた高い理想に向かつて、仕事の意味と性質を高めていくという、難しいが必要な課題に取り組んでいくこと。



モラロジー研究所の職員は、幸いなことに、人生の意味と仕事の意味が一体となった職場環境で生活し、働くことができる。広池が、仕事の概念の説明において、実現可能であるし、実現すべきだと考えていたように、職場が人心開発救済の場となる時、人間が究極的に求める、生命、超越、繁栄といった目標は調和的に実現され、職場は死の場ではなく、まさに新しい生命の場となる。

### (三) 精神の再発見

現代のストレッサー——ストレスを引き起こす原因——によって、我々の身体に生じていることは、原始人の身体に生じたことと全く同じである。血圧が上がり、心臓の鼓動が早まるなど、すべて同じ身体的反応が起こり、戦いが行なわれているのである。しかし、原始人の場合と違っている点に注意したい。今やストレッサーは、「外部」に明白な危険として現実存在しているのではなく、我々の内部に存在しているのである。ストレッサーについて考えただけでも、毎回同じ反応が慢性的に生じる。そして、我々は、戦うことも逃げることもできない。我々はそこに止どまり耐えていかななくてはならない。戦いは続いているが、この場合、我々自身の精神が我々自身の身体と戦っているのである。

このようなことは、現代に特有な問題であろう。病気のバターンの変化とストレス性疾患の増大は、しばしば「文明病」と呼ばれてきた。これは現代の技術社会の現実の一部である。しかし、我々は、自分の身体を自己調整する方法を学べば——特に、精神作用の重要性を理解し、合理的なライフ・スタイルを採用するならば——このような現実にあっても犠牲者となることなく、生活していくことができる。我々は仕事やストレスや目標の調整の仕方以上のことを知らねばならない。また、機械になろうとする代わりに、人間にならなくてはならない。

我々の脳は、本当に素晴らしい器官である。脳の基本的な機能は、意志と協同して、我々の生を存続させる方向に調整していくことにある。我々が、意図はよいのだが、戦術がよくないために自分を殺してしまうような方向へ、自分の意志を方向づけていくような場合には、脳は意志を無視して、我々の注意を引くために、「何等かの症状を呈することが簡単にできる。病気の症状が人毎に違っている主な理由は、人それぞれに「弱いところ」が違っていて、そのところにストレスや病気が生じてくるからである。一番大切なことは、ダイエットや運動や健康法を含めた、精神作用、動機、目的、目標、ライフ・スタイルの自己調整の習得である。

我々は、広池が精神と精神的因果律を強調したことの正しさを証明する膨大な証拠によって、真の精神・身体革命のまっただ中<sup>(26)</sup>にいる。現代医学と治療学においてはじめて、複雑な精神的過程が身体の生理的活動を変化させるために、引き合いに出されつつある。我々はもはや「精神作用」を問題にすることに對してひげめを感じる必要もなく、また、「心身の相互作用」が存在するかどうかについて疑問を抱く必要もない。人間が、様々な生理学的機能に對して直接的な脳の随意的コントロールを習得し得るといふ証拠は、圧倒的多数にのぼっている。精神と身体は、二元論的存在ではなく一体なのである。実際、問題の立て方としては、もはや、「人は直接的な精神的コントロールを行なうことができるか」という形ではなく、むしろ、「人が行ない得るコントロールの現実的限界はどこか」という形になってきた。多くの分野——痛みのコントロールも含め——において、一体どこに限界があるのかということは、いまだつきとめられていない。我々にどこまで可能なのかということは、いまだ探求中の課題なのである。重要な点は、いまや我々は新たに発見された(再発見されたといふべきか)手段あるいは道具を手に入れているということである。つまり、責任、行為、手当、それに治療の基本的源泉として、各患者・各個人は精神と脳をもっているのである。

様々な仕方、我々は自分自身を犠牲にしてきた。人間関係においても、仕事においても、日常生活においても、精神的・身体的健康においても、このように言える。我々は、あまりにも多くの権威を、外的な力——この中には、我々を不幸にしたり、身体の具合を悪くする力も含まれている——に与えてきた。外的世界において積極的に振舞い、成功していたとしても、おそらく内的世界に対しては、消極的すぎたり怠惰であることが多いであろう。我々は自分の身体や精神に対する責任——我々の全体的幸福、つまり、身体的・精神的・情緒的・経済的・魂の健康に対する責任——を軽減してくれるものをあたりかまわず探求しているかのようなのである。我々は一体何を待ち望んでいるのだろうか。

精神的因果律を真に受け入れ、信じることによって、また、日常生活における、この潜在的で奇跡的な人間精神の活用に対する責任をもつことよって、我々は人生を変革していくことができる。人間精神の可能性を理解することによって生じる突然の飛躍において、精神生理学は精神・身体的充足、健康、幸福における全く新たな豊かさへと扉を開くのである。

### 三、精神的因果律——東洋と西洋

精神的因果律の存在は現代科学によって人間の実際の潜在力として立証されつつある。広池は、精神的因果律の存在を疑うことなく信じていたと思われる。<sup>(27)</sup>キリスト教と仏教はモラロジーの重要な源泉であるので、『道徳科学の論文』に、この二つの宗教の資料から精神的因果律を裏付ける引用がなされているのは、驚くに値しない。

仏陀——「私たちの現在の状態はすべて私たちが過去に考えたことの結果である。私たちの現在の状態はすべて私たちの思想に基づいており、且つ思想から造られたものである。<sup>(28)</sup>」このことから、我々は、自分の思考、言

葉、行為にいかにも注意しなければならないかが分かる。この業（カルマ）の道徳的働きは、イエスなどの偉大な教師によっても教えられている。イエスは「あなた方がさばくそのさばきで自分もさばかれ、あなた方の量るそのはかりで、自分にも量り与えられるであろう」（マタイによる福音書第七章二節）と言ひ、聖パウロは、「神は侮られるような方ではない。人は自分のまいたものを、刈り取ることになる」（ガラテヤ人への手紙第六章七節）と言っている。<sup>(29)</sup>それゆえ、「キリスト教の古典的文献においては、結果に訴えるときにも原因、結果という科学的な言葉でなされないのが普通で、むしろはるかに通俗的で理解しやすい賞罰という考えで扱われているが、その本質的な意味は同じである。」<sup>(29)</sup>広池は次のように結んでいる。

以上世界の諸聖人はいずれも人間の精神作用及び行為に対して自然の因果律の存在することを教訓されており、しこうして世界の諸賢人はこれを裏書きし、且つ最近の自然科学・精神科学及び人類の歴史またこれを証明しております。<sup>(30)</sup>

さて、広池が主張するように、あらゆる人、あらゆる時代にも働いている精神的因果律が存在するならば、現代においても、その現れを見ることができはるはずである。<sup>(31)</sup>精神的因果律の古代的源泉は、東洋ばかりではなく西洋にも求められる。その例を述べることによって、私はこの問題に関する東洋と西洋の思想の共通性を強調したい。私の行なう比較は、最初は表面的なものにみえるかもしれないが、重要なことにかかわっている。なぜなら、私は、東洋と西洋における精神的因果律の思想には、根本的な違いはないという印象をもっているからである。また、私は主としてアメリカの例を取り上げるが、その哲学的、政治的源泉にはユダヤ・キリスト教の伝統があることを忘れてはならない。モラロジーを研究している人は、広池が述べた精神的因果律が、多くのアメリカ人に信じられ、それに従った実践がなされているということに驚くであろう。

広池は、家系の永続、子孫の繁栄などの、よい精神作用の実行の長期的な効果を強調しようとしたことは明らかであるが、短期的な効果も得られると強く感じていたことも明白である。それゆえ、不適切な心がまえによって悪い結果を生じさせた人は、おそらく数年の間に、正直な自己反省、精神の立て替え、心がまえの改善によって、積み重なった悪を「浄化」して、よい結果を生み出すこともできるにちがいない。

広池は、私たちの生き方を「普遍的原理」や「自然の法則」に一致させ、因果律の存在を認める必要を強調している。また、因果律の存在を認めない人が多いことを嘆いている。<sup>(32)</sup> このことを西洋人の著者の次のような記述と比較してみよう。「あなたは」普遍的諸原理を認め、関連づけ、同化し、適用する習慣をもたなければならぬ」。そして、望ましい行動をやり遂げなさい。<sup>(33)</sup> あるいは、私たちの現在の状態はすべて私たちが過去に考えたことの結果であるという仏陀の言葉は、次の文と比較できる。「すべての人は、自分の心に許した支配的な思考によって、自分をつくっている。思考は・・・彼のすべての動き、行動、ふるまいを導き、支配する動機となる力を構成している。」<sup>(34)</sup>

研究方法論でさえも似ているということは注目し値する。モラロジの場合、「因果律に関する研究法は、個人の精神作用及び行為の因果律はただ顕著なる人物につきてこれを調査し・・・」<sup>(35)</sup> 彼らの人生におけるさまざまな顕著な側面から演繹して、広池は、彼らの繁栄などはその積極的な心がまえと行為によるものであると結論づけることができた。同様に、有名なアメリカ人の著者は何百人もの著名なアメリカ人にインタビューすることに何年間か費やして、彼らに共通している一つのことは積極的な心がまえであると確かめることができた。<sup>(36)</sup>

広池にとって、このよい精神的因果関係は、道徳的生活や精神的信念との関連で生じてこなければならなかったということは記憶すべき重要なことである。人間は自然の法則に従い神の意志に同化することが期待されていた。そして、神との関係において、「天が<sup>天</sup>するに<sup>天</sup>あらず」と言われている。同様に、アメリカの本では「神はつねによい神である」<sup>(37)</sup>とあり、問題があれば<sup>わが</sup>いつでも「神の導きを求める」<sup>(38)</sup>べきである。なぜなら、「人間の最も偉大な力は祈りの力である」<sup>(39)</sup>からである。また、自我没却について、他の人と問題があった時にはいつでも私たちがまず自己反省をするべきである——模範的な自己反省の例が広池の自己反省である。そして驚いたことに、ヒルとストーンの本には、「誤解によって問題がおこった時には、まず私自身を反省することから始める」<sup>(40)</sup>とある。

目標と方法論はかけ離れているだろうか。広池は「自己の運命を自覚して、その全責任を負い、且つ進んで感謝的生活の間にその運命を改善しようとして努力すること・・・」<sup>(41)</sup>を私たちに熱心に勧めている。もしこれを実行するのには、何よりもまず心の中における因果律の自覚と毎日の生活の中の最高道徳の実行をもってすれば、広池が断言しているように、私たちの人生を「人類の生存・発達・安心及び幸福享受の「宇宙の」原理に一致」させることができるであろう。<sup>(42)</sup>同時に私たちの精神的、身体的、経済的健康も保証されるであろう。

同様に、ヒルとストーンも神との祈りの関係と他の人との愛の関係において、「思考を方向づけ、感情を支配し、運命を決定していくように」と熱心に勧める。そして、「それを実行すれば、身体的、精神的、道徳的健康と幸福と成功を得ることができる」<sup>(43)</sup>モラロジが東洋の聖人に由来し、ヒルとストーンがアメリカの聖人たちに由来していることを除くと主要な違いがないとするならば、モラロジは、違った名称であるが、すでにアメリカで生きているのかもしれない。

#### 四、道德の實行——構成要素とダイナミックス

##### (一) 實行の重要性

最高の自己、最高の考え方、感じ方、行動の仕方から生まれる精神的因果律を示す最もよい例は何であろうか。「かの聖人の教訓、教説及びその實行せられたるところの最高道德 (Supreme morality) なるものは、まさにこの天地自然の法則もしくは天地の公道に当たるので、人類進化の原動力であるのです。」<sup>(45)</sup> 諸聖人の教えや模範に従っていこうとする人は、最高道德を着実に實行しなければならぬ。そして、結局、「かかる精神作用と行為との累積の結果が、自己の進化を遂ぐる原理になるのであります。」<sup>(46)</sup>

「實行」の重要性に注目しない道德や道德性発達の理論は十分ではない。そして、實行なしに、「道德的態度」について述べることや、「道德を学ぶこと」や最高道德を学ぶこと、さらに道德的、精神的因果律について考えることさえ無意味である。なぜなら、シェークスピアが述べているように、「思考はその効果が試されるまでの夢にすぎない」<sup>(47)</sup> からである。

ここにおいて、我々はプラトンの『対話』における、メノ (Menon) の根源的な質問である「徳とは何か」、「それは教えられるか」に連れもどされる。私は、徳を知識と定義するコールバークの立場には同意できない。むしろ、古代の言語において徳の意味は、「一般に卓越を意味していると強調するピアジェ<sup>(48)</sup>や広池<sup>(49)</sup>に賛成する。広池は virtue を意味する「徳」と、「徳を行なうこと」を意味する「道德」という日本語を使っている。徳と徳を行なうことのどちらかを欠いても意味がなくなる。品性の完成に向かう進歩は徳の実践なしには得られない。なぜなら、「道德生活の結果が更にその人の徳を進むる」<sup>(50)</sup> からである。明らかに、行動 (實行) なしに結果はないのである。

る。

この見解においては、ソクラテスと東洋の思想はあまりかけ離れていない。というのは、ソクラテスも知恵と徳は一体であると考え、知識と行動は互いに一致しなければならないと教えていたからである。しかし、私は知識とは、本来、抽象的なものではないと再び強調したい。それは、行動によって得る情報なのである。それゆえ、我々は、ゆつくりと、誠実な實行、率直な自己反省、自己批判、正しい行動を通して、自己完成、救済、解脱の方向へと進んで行くのである。

この観点からすると、道德は「現在における自分の精神作用及びそれに基づく行為の結果」<sup>(51)</sup> である。道德について考えることと、道德を實行することとの間に何の隔たりもない。それどころか、それらは因果的に関係している。そして、そこにこそ、「何人にも自己自身に「最高」道德を實行する必要」<sup>(52)</sup> があるのである。ここで我々が論じているのは、「卓越していることを知ること」や「卓越していることを行なうこと」のみではなく、「卓越した人になること」である。学習とは實行から学ぶことである。<sup>(53)</sup> そして、経験や實行から学んだことは、我々に教えるだけでなく、我々を変える。實行から学ぶこと、(日本語でいう修行) は単に理性的、教育的ではなく、存在論的でもある。しかし、学習の方法はどのようなものか。自己認識と行動の基盤にある脳の働きやダイナミックスはいかなるものか。

##### (二) 自己反省

自己反省は、現実を望ましいものに変えるための鍵である。それは、精神的因果律における一つの結果を別の結果に変えるための鍵である。自己反省は記憶に依存している。記憶とは過去の出来事を保存する脳の能力であ

る。内省や自己反省とは、現在の瞬間において、自己の過去の行為、また、その行為を生んだ意図を受けとめ、自我を離れ、それらを誠実に評価しようと試みる過程である。これは、現象学的方法により、行為とその結果にすべての注意を集中することである。つまり、行為やその結果から一歩しりぞき、それらがあるがままに眺めるのである。そこに我々は学ぶべきことがあるのを知る。我々の過ちを知り、別のやり方を知る。

### (三) 注意

ウィリアム・ジェイムズは、「意志の最も基本的な働きは、とらえにくい対象に注意を集中し、精神の前面でしっかりと対象をとらえることである」と述べている。注意は、外界と内面の双方において、我々が注目したいとか、考えてみたい事柄を自発的に選択する独特な能力と関係している。つまり、注意とは、脳が現在の事柄をイメージする活動であり、我々がまさに今ここで行なっていることである。注意は現在に関係しており、選択的性質を有している。つまり、我々は自己に作用して来るあらゆる刺激に等しく反応しているわけではない。焦点をしばって、選択的に反応しているのである。我々は環境に翻弄されているわけではない。つまり、脳への入力それ自体、脳的作用と制御のもとにあるのである。また、注意には、記憶と同様、内面に焦点を合わせたり、外界に焦点を合わせたりする二つの働きがある。

ここでウィリアム・ジェイムズの「注意をとらえるものが行為を決定する」という言葉を想い起こすことは有用であろう。これは、精神的因果律という意味での、因果関係をさしている。すなわち、特定の行為は、特定の意図と我々の注意の仕方の結果である。ジェイムズが述べているように、「注意は、天分によるものであろうと、あるいは、意志の努力によるものであろうと、我々が一つのことに集中する時間が長ければ長いほど、一層つま

くそれを統御できるようになる。散漫になりがちな注意を、自発的に何度も何度も新たに呼び戻す能力が、判断性格、意志の基盤を形成するのである。<sup>(56)</sup>この一貫した、誠実な注意と意図こそ、私が道徳の「実行」という言葉で意味していることである。そして、これから明らかなことは、思考は、我々の意図の外的発現として行動を必要とするということである。

行動するか否か、普通道徳を選ぶか、最高道徳を選ぶかという選択権は、各瞬間ごとに、我々がもっている。我々は自己反省をすることもなく、注意を単小な事柄に向け、悪意や混乱した意図をもって行為することも可能であるが、その結果は不道徳的あるいは普通道徳的行動しかもたらさない。あるいはまた、我々は偉大な聖人が実現し、教示したように、虚心に自己を反省し、注意を真理に集中させ、正しい意図を持つと努力することも可能である。何度となく失敗することもあろうが、より高い自己を基準として行為しようと試みることによって、正しい行為を実現することができる。

このような理由から、「理論」(つまり、精神的因果律の原理)が「実行」に移され、よい意図が実現されるなら、我々をとりまく現実の外的世界の構造は変化していく、と私は信じる。外的世界の構造をよい方向へ変化させていくことによって、それがまた一つの教訓となり、正しい行為に関する新たな情報として再び内面化されることになる。健康の増進、繁栄、幸福の増大などのように、外的世界においてより良い方向への変化が起こっていることを理解することにより、我々の内的世界も変化していく。我々は正しいことを行なう一層強い自信をもつようになる。我々の意図の形成にあたって、一層断固たるものとなり、未来に向けていかに行動するかについて確信をもつようになる。

このようなわけで、現代の脳研究は、基本的には以下に述べる事柄が、最高道徳的行為をもたらし、精神的因

果律に従って我々の信念を活用させることになるという広池千九郎の主張を確認している。(1)記憶という能力を活用した徹底的な自己反省、(2)注意の機能を活用し、我々が理解しうる最高の真理につねに焦点を合わせること、(3)意図の機能を通じて、あらかじめ我々の精神に正しい行為を起しやすくしておいた上で、最高道徳の実践に関するプランを構成するために、意志を活用することである。このようにするなら、我々は一瞬一瞬において、最高道徳的生活を考え、実践することができるようになる。こうして、我々は、実生活を通して、最高道徳の諸原理の科学的妥当性を証明していくことができるのである。

#### (四) 思考から実行へ

我々の内的経験、ある瞬間にどのように我々が感じるかは、我々が自分自身とコミュニケーションしている仕方——我々が自分の脳に送っているメッセージ——によって決まるということを理解することが重要である。内的にあなたが経験すること——幸福、喜び、法悦、愛、その他あなたの望むことは、どのようになあなたが自分自身とコミュニケーションしているかということの直接的結果である。次のように言ったのは仏陀ではなかったか。「出来事ではなく、出来事の解釈が苦痛をもたらす。」この古代の真理は今日次のように言い換えられる。

あなたがどのように感じるかは、あなたの人生で起こることの結果ではなく、起こっていることに関するあなたの解釈である。あなたが選んだ人生の感じ方に基づいて、どのように感じ、行動するかを決めるのはあなたである。我々が意味づけしなければ、何も意味をもたない。ほとんどの人がこの解釈を自動的にこなしているが、この力を取りもどし、世界における我々の経験をただちに<sup>(57)</sup>変えることができる。

我々が忘れてはならない基本的なことは、広池が強く強調したこと、すなわち、我々の人生のよいこと、悪いことすべてを作り出すのは我々の精神作用である、ということである。自分の人生の主人になるためには、まず自分の思考の主人にならなければならない。モラロジーの「約束」が事実上、現代の心理学で提唱されている神経言語プログラミングの約束と同じであることがわかる。すなわち、多くの人は自分の精神状態と心の中で起こっているほとんどのことは、自分で支配できない、と考えている。しかし、実は、我々は精神作用と行動をそれまで決まっていたと信じていたより以上に支配できる。自分の憂うつや喜びの感情を作り出すのは自分自身である。我々は精神作用や身体的働きを変えることによって、ただちに自分の感情や行動を変えることができる。

人生は川のようなものである。それは動いている。そして、最良の自己の実現に向かってかじを取るために、意図的で、意識的な行動をとらなければ、川のながすがままになってしまう。二宮尊徳が理解していたように、人生は菜園のようなものと言えるだろう。もし、我々が望んでいる結果の精神的、生理的な種を蒔かなければ、雑草が自然にはえてくるだろう。もし我々が意識的に精神状態を方向づけなければ、我々の環境、日常の習慣は望ましくない、でたらめの状態を生み出すであろう。その結果は悲惨である。それゆえ、日常的に、心のドアを見張り、つねにどのように自分が物事を心に描いているかを知ることが非常に重要である。我々は、日々、菜園の雑草をとらなければならない。

我々の行動は我々の精神状態の結果であり、精神状態は短い間に変えることのできる心象と生理的機能の結果であることを忘れてはならない。アメリカの哲学者エマソンが言ったように、「すべての行動の祖先は思考である。」そのことをロビンズは次のように述べている。「もし我々が自分自身とのコミュニケーションを支配し、我々が望んでいることの視覚的、聴覚的、筋感覚的シグナルを作り出すならば、めざましい明かるい結果が絶えずもたらされるだろう。」<sup>(58)</sup>

広池と古代の人々が述べたことは正しかった。我々の現実是我々の考えが作り出したものであり、我々の考えは基本的に我々の精神的態度から作られるのである。広池と諸聖人を模範とすることによって、我々はありきたりの人生で満足することは許されないし、自分の最善のあり方より以下であることや、「いつか」変えることで満足することは許されない。肉体的、精神的、経済的健康をもたらす精神の力には限りがない。自己改善は基本的に我々が本心に望んでいることについてはつきりとした考えをもち、思考や信念、脳の活用の仕方を支配することを学びながら、行動に踏み出すかどうかにかかっている。

## 五、自己認識と行為

人間の活動や行動は表面的には単純で理解しやすいと見えても非常に複雑であると考えるべきである。それゆえ、精神的因果律という考え方——我々の善悪の心づかいや行為が結果の良し悪しをつくり出すということ——は単純なことであるが、これらの心づかいをどのようにして日常生活の中で実行し、具体化するか、これらの心づかいをどのようにして行為にあらわすか、ということとは非常に難しいことである。

『道徳科学の論文』において広池は道徳的因果律の考え方は物理学の因果律と同じであると述べている。すなわち「人間の精神作用及び行為の因果律もまたその根本原理は物理学上の因果律と同一のものであって、甲の原因は甲の結果を生じ、乙の原因は乙の結果を生ずるのであります。」我々の考え方を現代化するにあたって、広池がモラロジーを自然科学と同じカテゴリーの科学として提示したいと望んでいたことを示す例としてこのことを認識することは重要である。しかし、「ニュー・サイエンス」によれば、物理学においてさえ、因果関係を簡単に

述べることははや不可能である。

もし、哲学者ホッブズのように、精神的因果関係をテーブル上のビリヤードのボールの動きのように予測できるものと想像したとしても、人間の決定と行為の驚くべき、複雑な性質を理解できないということがわかるだけだろう。また、いかなる機械的なモデルも私が道徳的因果律の二つの大きななぞと考える次のことを説明できない。すなわち(1)なせすべてのの行為が正しかったヨブが神に罰せられなければならなかったのか。(正しい行動よりも重要なことは何か。)(2)パウロの嘆きと私が呼ぶことから、すなわち、なすべきことをなぜ行わず、その代わりに、嫌悪し、なすべきでないと知っていることを行なってしまうのか。(正しい意図からいかにして正しい行為を導くのか。よいことを知っていても、なぜそれを実行しないのか。)

私は、詳細な説明を省き、私の理解している限りの精神的因果律の「構成要素」と、精神的因果律がはたらく「プロセス」——精神的因果律のダイナミックスについて列挙したい。

精神的因果律の包括的な理解は最終的には非常に複雑なものである。しかし、外部の人々にとってもモラロジーの基本概念と原理がよりいっそう理解しやすく、受け入れやすくするために、それらを再考する、ゆつくりとした体系的な試みが必要である。そして精神的因果律について研究すればするほどに——特に、現代の西洋の研究書によって——その包括的な理解はそれがモラロジーの中心的教への一つとして有効であり、適切であること痛感する。それゆえ、その包括的な理解は、モラロジーを学び、実践する人にとって、モラロジーの有効性と実用性を確かなものとするために不可欠である。

私の研究においてはいつもそうだが、私の希望は、モラロジーの理論的な基盤についてのより深い理解を得るだけでなく、それを毎日の生活においていかに適用するかという実際的理解を得ることである。精神的因果律

の構成要素について述べる前に、その目標と目的について——精神作用と行為によって我々は何をつくり出そうとしているのかについて明らかにしたい。

#### (一) 精神的因果律の目的と目標

モラロジ―を真剣に研究し、その教えを真剣に受けとると、我々はさまざまな否定的な結果を避け、自分自身の生存と発達のために、道徳——道徳的思考と行動——を実践しなければならないと考える。我々が過去に犯した過ちや罪から解放されるために道徳を實行するということは、ひとつの受け入れられる理解の仕方である。もうひとつの受け入れられるアプローチは最高道徳の實行の動機と目的は、健康、長命、開運、個人的名誉や利益を直接的に獲得することではなく、これらの恩恵は——道徳的因果律を通して——自己の品性完成によって間接的に得られる自然な結果であるということを理解することである。

しかし、忘れてはならない重要な点——すべての思考と行為の中心的動機であるべきことは、「自己の生存及び発達に関して最も必要なところの自己の品性を高むること」であるという認識である。<sup>(6)</sup>しかし、もし品性の向上が我々の思考と行為の目標であるとすれば、何を考え、何を行なうかを知る鍵は何であるのか。道徳的思考と行為を考える鍵は「自己認識」であると私は考える。そして広池がよく理解していたように、自己を知る鍵は、「自己反省」である。

自己反省のプロセスやダイナミックスについて我々はあまり話さない。おそらくそれを十分に理解したとされているのだろう。しかし、確かにそれは我々の精神作用の最も重要なもののひとつである。そして、それが非常に重要であるということを、まず心にとどめておく必要がある。なぜなら真剣な自己反省なしには、自覚 (self-

awareness) はありえない(もしくは、その逆であるかもしれない?)し、自覚なしに自分を知ること、自己改善もないからである。

広池の自己反省の考え方や原理をもっと明確に理解したいという望みに加えて、私がかたいへん知りたいことは、その東洋的な起源は何かということである。それを知りたい理由のひとつは自己認識についての東洋的アプローチは西洋人にモラロジ―を理解させるのに役に立ち、前に私が提案したように、モラロジ―が東洋と西洋の思想の重要な特徴を結合する「新しい心理学」になるために、さらにまた、西洋人が新しいレベルの自己認識に到達するのに役立つために、まさに必要なアプローチであるからである。精神作用と行為における自己認識の決定的な重要性を考えて、それについていくつかのコメントをしたい。

#### (二) 思考と行為の基盤としての自己認識

広池は古代の教えについて深く、広い理解をもっていたので、我々はそれらについて繰り返し言及するし、それらはモラロジ―において重要なものであり続けるだろうという印象を私はもってきた。それらは我々にとって個人的に重要であるのかどうかと思う。マサチューセッツであった学術会議に出席した時、私は昨年私がさしあげた『モラロジ―概説』を読んだ有名な東洋古典学の学者、ポール・デジャールダン (Paul Desjardins) と話した。彼は、古代の教えに対する言及にコメントして、広池が述べていることにただ言及するだけでなく、自分自身で古代の教え——例えばさまざまな仏教経典など——を再読し、再検討し、再研究してからそれらについて書くべきであると述べた。

ジェイコブ・ニードルマン (Jacob Needleman) が述べているように、「科学は精神を再紹介するとか……我々



が自ら研究する労をとらなかつたために自分では理解できない聖なる教えを科学は利用すると主張することはむなし<sup>(61)</sup>。」これは著者が主として対象としている西洋の人々にとってだけでなく、東洋の人々にとってもよい訓戒である。

モラロジを現代化する長期にわたる努力を行なう人は、自分たちで何が東洋的で何が西洋的であるかを明らかにする必要がある。それは両者を分離するためではなく、我々の思考を意識的に統合し、知的遺産についての理解を深めるためである。また、我々は西洋における重要な新しい動向について通じていなければならぬ。それについてジョン・ウェルウッド (John Welwood) は次のように述べている。

心理学における新しい認識が出てきている。それは人間の経験と存在の本質についてより深く考慮するために、東洋と西洋の洞察と方法を結合することにかかわっている。そのような統合的アプローチは西洋の心理学がかつて描いたことのないような完全な自己認識を与えてくれる可能性をもち、そこにおいては、心理学のすべてのデータがより容易に理解され、関係づけられる。現代の心理学は表面的には矛盾し、対立しているさまざまな思考のひもより成るパッチワークのキルトである。欠けているのは、人間とその可能性を十分に理解するための統合的要因である。自己認識はこの統合的機能をはたすであろう<sup>(62)</sup>。

モラロジと同様に、目標は普通の精神的意識を超えてより深い何かへと進んでいくことである。要するに、落ち着いた、広い視点からの自己反省を通じて、自我の制約を超えて直接的に我々のより大きな本質へと進むことができ、この精神作用は精神的因果律において明るい結果をつくり出すためにきわめて重要であるということである。これなしには、普遍道徳のレベルや普通の精神作用、さらに「普通の因果関係」から抜け出せないであろう。しかし、この深いものに対する十分な自己認識があれば、最高道徳の実行を精神的因果関係に統合し、注

入することによって、我々は根本的な自己改善 (品性の向上) に進む (進化する) ことができるであろう。

### (三) 精神的因果律の構成要素

行動、明白な行為、ふるまい、思考、感情、知覚のある瞬間に先立って、世界における特定の行為をつくり出す精神作用の構成要素は何であろうか——身体的行為に先立ち、その原因となる精神的作用は何であろうか。もちろん、精神的な道徳的因果律の構成要素や「部分」を人為的に分析できても、最終的な原因と結果をつくり出すのは「精神全体」であるという事実を心にとどめておかなければならない。我々の「精神全体」がすべてを行なっているということを中心にとどめると、注意深い規律正しい瞑想や自己反省によって、精神作用について何を発見できるだろうか。

#### ① 心がまえ (attitude)

心がまえについて理解することは、精神的因果律を理解するために重要である。例えば、説得、すなわち、モラロジについて誰かに話すことや、『モラロジ概説』を読むようにすすめることなどは、何らかの方向へ人の「心を変える」試みである。しかし、説得において、具体的にはどのような影響を与えようとしているのだろうか。行動、信念、心がまえなどが可能性としてあげられる。(明らかに、モラロジはこれら三つのことを変えることにかかわっている。)<sup>(63)</sup>「社会心理学者の間に、「心がまえ」という言葉は、ある人、物、問題についての一般の持続的な、積極的ないし消極的感情を意味する言葉として用いるべきだという合意がある。」

有名なアメリカの心理学者、ゴードン・オルポート (Gordon Allport) は、「心がまえ」(attitude)を「現代の社会心理学における最も独特の、不可欠な概念である」と述べている。心がまえはそれが果たす重要な心理学的

はたらきと、行動を方向づけると推定されるその能力のために、そのように重要な概念となった。信念は一般的に心がまえの形成に役に立つという理由によってのみ、行動に関係していると考えられてきた。ともあれ、心がまえを変えさせるために誰かを説得する原理は、信念や行動を変えさせるために説得する原理と同じである。しかし、おそらく心がまえの本質を発見し、注意深く考察するためにあらゆる努力をばらう主要な理由は、それが原因として働くことにある。「一般の人と科学者において、行動は心がまえによって影響を受けるので、心がまえを原因とし、行動を結果と見る認識が広まっている。」「それゆえ」原因として働く力としての心がまえは非常に重要な研究の要素となる。」

オルポート自身、次のように心がまえの包括的な定義をしている。「心がまえは、それが関係するすべての対象と状況に対する個人の反応に、指示的で強い影響を及ぼすところの経験によって構成される精神的・神経的準備ができている状態である。」心がまえが原因として働く側面やその効果に関する劇的な例については、すでにストレス（特に過労死との関係で）との関連で論じた。

## ② 信念

すでに述べたことから、我々が信ずることは、事実、我々に可能なこと——何ができ、何ができないか——を決定するということは明らかである。信念は——主として、人々、物事、問題に関する情報から成っているが——直接的に我々の心がまえに影響を及ぼす。心がまえを変えるためには、信念を変えるのに影響を与える新しい情報が必要である。

## ③ 意志

奇妙なことに、心がまえを大きく取り扱っている現代の研究書は、あらゆる精神的ダイナミックスと構成要素

の中で最も中心的なものである「意志」についてはほとんど何も述べていない。これはもちろん、大きなトピックスである。しかし、逆説的に、知的、理論的方向づけではなく、実際の、実存的方向づけを与えてくれる、有用で堅実な本は多くない。我々の自覚が教えるように、意志はすべての人間活動の基盤であるということが本当だとしたら、全くこれは奇妙なことである。また、『道徳科学の論文』において、意志についての明確な言及は多くない。それゆえ、私は、モラロジーで示されている自己と精神のこの重要な側面について説明が必要であると考える。

おそらく、自分の意志を発見し、働かす最も単純な通常の方法は、断固とした行為と努力をするということであろう。肉体的、精神的努力をする時、何らかの障害に取り組み、敵対する力に打ち勝とうとする時、我々は内からはつきりとした力が湧きあがってくるのを感じる。この高次のエネルギーが「自ら進んで行なう」という意志の発現の経験を与えてくれる。意志は我々の直観、行動、感情、想像力を完全な自己実現——そして、高次の自己の実現、解脱へと導く我々の内なる建設的な力である。

## ④ 自発的行動の基本的ダイナミックス

もちろん、行動なしには何も起こらない。行動とは、精神的に準備したことを実行に移すことである。精神的因果律の働き——自発的行動のダイナミックス——は、次のような六つの連続的局面ないし段階をもっている。

- (a) 評価、動機、意図に基づく目的、目標
- (b) 熟考
- (c) 選択と決定

- (d) 確信——意志の命令
- (e) 計画と行動予定の案出
- (f) 実行の指示<sup>(67)</sup>

何が最も重要なのか。それは各人がそれぞれ答えるべきことだろう。それぞれの構成要素が互いに関係している。それぞれの働きは、より大きな働きの一部にすぎない。しかし、このことは言えるだろう。自己認識と思考はすべての行動の源であるが、「行動はすべての偉大な成功を実現する。行動は結果をもたらす。知識は、いかにすれば効果的な行動をとれるかを知っている人に用いられなければ、潜在的な力にすぎない。」<sup>(68)</sup>

今まで述べたそれぞれの構成要素とその他の構成要素について明らかにし、それが、思考と行為の過程でどのように相互に作用するかを示すことは、今後数ヶ月ないし数年の私の課題であろう。この領域について、私は研究を続けている。そして、最近読んだ文献で、特に私が関心をもっているのは、精神的因果律の相互に関連する諸側面についてなされた科学的研究である。それらはこの問題についての今後の研究に関連している。例えば、

- (一) 期待(期待された結果)、動機づけ、行為の価値の関係<sup>(69)</sup>
- (二) 精神的態度の重要さと精神的態度の現象をいかに科学的に研究するか<sup>(70)</sup>
- (三) 我々の行なうことすべてに影響を与える意識の重要な側面、例えば、意識性(awareness)や自己意識(self-awareness)。

(四) そして、我々の思考や行動を変えるために理解しなければならない人間行動の生理学的・心理学的相互関係<sup>(72)</sup>。

(五) (四)は、少なくとも、我々を支配し、奴隷にし、道徳的に最善を尽くすことを妨げる否定的な習慣や

中毒を含んでいる<sup>(73)</sup>。

私は読者からの提案を待っている。私の目標は、精神的因果律の原理を明らかにすることによって、モラロジを「現代化」するだけでない。モラロジが、すべての人々が学びたいと望むような、真の人生哲学になるために、また、最高道徳の実行が、東洋にも西洋にも受け入れられる真の生き方になるために、私の研究を役立てたいと望んでいる。将来、モラロジは、ゆっくりと着実に、全人類の人格的力、意味、自己変革の新しい源泉となるとというのが私の夢である。

### 〈注〉

(1) 『モラロジ研究』の大澤俊夫先生定年記念号のために本稿を準備した。平成二年九月二日に、研究部の谷川ゼミで同じテーマで発表した。本稿は、以下に挙げるいくつかの論文の各所からの抜粋も含んで、展開している。「心身医学革命—個人的意味および専門的意味について—」『モラロジ研究』二十一号 立木教夫訳 一九八六年十一月所収。「自己改善—精神的因果律における精神作用の役割—」『モラロジ研究』三十一号 竹内啓二訳 一九九〇年十月所収。「道徳的因果律の原理—新しい理解のための—西洋人のアプローチ」『研究ノート』一六七号 竹内啓二訳 一九九〇年二月所収。道徳性発達

論とモラロジ—序論—「コールバーグ、ヒギンズ、特別研究会での発表、一九八五年十月九日。『ストレスによる死』と仕事の意味」『モラロジ研究』三十号 竹内啓二訳 一九九〇年五月所収。関心のある読者はこれらの論文を読んでください。  
(訳者注——翻訳にあたっては、各論文の翻訳を担当された方の訳文を利用させていただいた。)

(2) Hiroike, Chikuro. *Characteristics of Morality and Supreme Morality*. Japan: Institute of Moralogy, 1966 (reprinted 1976; first edition 1942), pp. 243-244.

(3) 広池千九郎 『道徳科学の論文』⑨ 新版 五頁。以

1- 『論文』 248頁。

(4) 『論文』 ④ 111-112頁。

(5) 『論文』 ⑤ 216頁。

(6) Pribram, K. H. Psychology as a science: three fundamental approaches. In: R. A. Kasschau and C. N. Cofer (Eds.), *Psychology's Second Century: Enduring Issues*. N. Y.: Praeger, 1981, p. 218.

(7) Pribram, *ibid.*, p. 219.

(8) Pribram, *idem.*

(9) Watson, J. B., *Behavior*. N.Y.: 1914, p. 17.

(10) 田中重雄(1974)『脳科学の発展』Pribram, K. H., Mind and brain, psychology and neuroscience, the eternal verities. In S. Koch and D. E. Leary (Eds.), *A Century of Psychology as Science*. N. Y.: McGraw-Hill, 1985, p. 705. 248頁。

(11) 『論文』 ② 140-141頁。

(12) Pribram, K. H. Operant behaviorism: fact, fantasy, or fantasy? In H. Wheeler (Ed.), *Beyond the Punitive Society - Operant Conditioning: Social and Political Aspects*. San Francisco: W. H. Freeman and Company, 1973, pp. 101-102.

(13) Pribram, K. H. Behaviourism, phenomenology and

holism in psychology: a scientific analysis. *J. Social Biol. Struct.* 1979, 2, pp. 65-66.

(14) 『論文』 ② 114頁。

(15) 『論文』 ② 101-104頁。

(16) Green, Elmer. The Psychophysiological principle. *The Journal of Transpersonal Psychology*, Vol. 2, No. 1, Spring, 1970, p. 3.

(17) Kamiya, J. Conditioned discrimination of the EEG alpha rhythm in humans. Paper presented at the Western Psychological Association, San Francisco, 1962; and, Conscious control of brain waves. *Psychology Today*, I, II, 1968, pp. 57-60.

(18) See, for example, the continuing series *Biofeedback and Self-Control* published annually by Aldine-Atherton, Chicago, 1969-present; and Brown, B. *New Mind, New Body*, New York: Harper and Row, 1974.

(19) Selve, H. *The Stress of Life*. New York: McGraw-Hill, 1956.

(20) Seligman, M. *Helplessness*. San Francisco: W. H. Freeman and Company, 1975, p. 170.

(21) Cf. for example, Gunderson, E. and Rale, R. *Life Stress and Illness*, pp. 60-61. Springfield, Illinois: Char-

les C. Thomas, Publisher, 1979 (second printing).

(22) *Mainichi Daily News*: "Government Proposes Bill to Ease Weekly Workload." August 23, 1987.

(23) Murata, K.: "Japanese 'Workaholics.'" *Japan Times* (undated).

(24) *Ibid.*, p. 114.

(25) Seligman, M. *op. cit.*, p. 168.

(26) 自己調整の訓練は何らかの身体的作用に関する個々の情報(変化する状態や計器の針などで示される)を取り出すことによって成し遂げられる。観察できるどのような作用も精神に影響を与える。それには、脳の電氣的働き、筋肉の電氣的働き、心拍数、血圧、血流、皮膚の温度、胃酸の度合いなど、多くの作用が含まれる。自己調整の技術が有効な病気や症状には次のようなものがある。偏頭痛、緊張からくる頭痛、潰瘍、高血圧、喘息、レイノード病などの血管の異常、月経困難、インポテンツ、性的不感症、過敏症、腰痛、筋肉のけいれん、その他いろいろ。てんかん、脳性麻痺、心臓麻痺などの難病にも効果があった。

(27) 広池は「因果」という言葉に言及して「因果」は、現代の研究によると次のように定義されてくる。「原因と結果。原因(因)としてのすべての行為には結果(果)

がある。同様に、結果としてのすべての行為には原因がある。因果の法はすべての状況を支配する仏教における根本的な考え方である。」(*Japanese-English Buddhist Dictionary*. Tokyo: Daito Shuppansha, 1979, p. 129.) 「因果心報」とは、原因と結果の(つり合)をとる(ごんごん)ことを意味する。すなわち、善因には善果が、悪因には悪果がもたらされることを意味する。人間社会の問題として、これは意味があるが、自然科学においては、原因には、善悪の性質は与えられない。

(28) 『法句経』よりの引用、『論文』 ④ 511-512頁。

(29) 『論文』 ④ 512頁。

(30) 『論文』 ④ 514頁。

(31) 広池は「因果の「法則」を固定された自然法であるかのように述べているが、さらに次のようにも述べている。「しかしながら、モラロジーにありては人類進化の過程と道徳の変遷とを認むるが故に、その因果律のごときももともとより時と場所とによりて異なることを認むるのであります。」(『論文』 ④ 九頁)。

(32) 『論文』 ④ 37頁。

(33) N. Hill and W. C. Stone. *Success through a Positive Mental Attitude*. New York: Pocket Books, 1987 (originally published 1960), p. 7.

- ④ Success..., p.53.
- ⑤ 『論文』③ 八頁。
- ⑥ Success..., p. 14, and N. Hill: *Think and Grow Rich*. New York: Fawcett Crest, 1960 (original publication, 1937), pp. 16-17.
- ⑦ 『聖書』74頁引用『論文』⑤ 14頁。
- ⑧ Success..., p. 42.
- ⑨ Ibid., p. 82.
- ⑩ Ibid., p. 7.
- ⑪ Ibid., p. 37.
- ⑫ 『論文』⑦ 一七五頁。
- ⑬ 『論文』⑨ 九頁。
- ⑭ Success..., p.63.
- ⑮ 『論文』第三版の自序文 ① 八頁。
- ⑯ 同七五頁。
- ⑰ Shakespeare, W. *The Rape of Lucrece*, l. 353.
- ⑱ Pirsig, Robert, *Zen and the Art of Motorcycle Maintenance*. N. Y.: Bantam Books, 1974, pp. 370-371.
- ⑲ 『論文』② 一八八〜一八九頁。
- ⑳ 同上。
- ㉑ 『論文』② 一八八頁。
- ㉒ 『論文』② 一九〇頁。
- ⑳ Tubbs, Walter. *The Concept of Intention: A Philosophical and Neuropsychological Inquiry*. Unpublished doctoral dissertation, Drew University, Madison, New Jersey, 1969, p. 105.
- ㉓ James, William. *The Principles of Psychology*, Vol. II. N. Y.: Dover Publications, 1950, p. 561.
- ㉔ James, idem.
- ㉕ James, idem.
- ㉖ Ibid., p. 8.
- ㉗ Ibid., p. 47.
- ㉘ 『論文』⑥ 四六頁。
- ㉙ 『論文』⑦ 一七六頁。
- ㉚ Needleman, J. *A Sense of the Cosmos: The Encounter of Modern Science and Ancient Truth*. New York: Doubleday, 1975.
- ㉛ Weirwood, J. "Self-Knowledge As the Basis for an Integrative Psychology." In *The Journal of Transpersonal Psychology*, 1979, Vol. 11, No.1, p.23. ここで彼は次のようにコメントを述べている。『リリド用としての』自己認識』という言葉は知るという行為の自己的存在を意味しているのではない。むしろこの言葉は『精神と存在としての個人を認識しなさい』という。

- ⑳ Petty, R. and Cacioppo, J. *Attitudes and Persuasion: Classic and Contemporary Approaches*, Dubuque, Iowa: Wm. C. Brown Co., 1981, p. 7.
- ㉑ Rajcecki, D. *Attitudes: Themes and Advances*. Sunderland, Massachusetts: Sinauer Associates, Inc., 1982, p. 3.
- ㉒ Allport, G. "Attitudes." In C. A. Murchison (Ed.): *A Handbook of Social Psychology* (Vol. 2.) New York: Russell and Russell, 1935.
- ㉓ Cf. Assagioli, R. *The Act of Will*. New York: Penguin Books, 1973 (reprinted 1983), Appendix 4, "Historical Survey," pp. 235-247.
- ㉔ Assagiolo, ibid., p. 125.
- ㉕ Robbins, A. *Unlimited Power*. N. Y.: Fawcett Col-umbine Book, pub. by Ballantine Books, 1986. 本題の巻への著者が『意志の連続性』ロンドン、ハルスの巻に引く574頁のロンドン巻の巻。
- ㉖ Feather, N. *Expectations and Actions - Ex-*
- ㉗ *pectancy-Value Models in Psychology*. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, 1982.
- ㉘ Rajcecki, D. *Attitudes: Themes and Advances*. Sunderland, Massachusetts: Sinauer Associates, Inc., Publishers, 1982.
- ㉙ Underwood, G. (Ed.) *Aspects of Consciousness*, Vol. 3, *Awareness and Self-Awareness*. N. Y.: Academic Press, 1982.
- ㉚ Gale, A. and Edward, J. (Eds.), *Physiological Correlates of Human Behaviour: Attention and Performance*. N. Y.: Academic Press, 1983.
- ㉛ Gale, A. and Edward, J. (Eds.), *Physiological Correlates of Human Behaviour: Basic Issues*. Especially chapter 14: "Mechanisms for Habitual Substance Use: Food, Alcohol and Cigarettes." N. Y.: Academic Press, 1983.