

2009年度第7回物学研究会レポート

「物とこころの関係 ― 心理療法から」

河合俊雄 氏

(京都大学こころの未来研究センター教授)

2009年10月22日



BUTSUGAKU
物学研究会
SOCIETY OF RESEARCH & DESIGN

現在、日本をはじめとした先進国では、人々は「物質的な豊かさ」から「こころの豊かさ」を探究し始めています。そのため、製品開発の現場でも機能や価格、性能を超えて、「気持ちよさ」「安心感」など、「こころ」の領域までにも踏み込んだコンセプトが求められつつあり、大きなテーマとなっています。

今回の物学研究会では、京都大学こころの未来研究センター教授の河合俊雄さんに、このような「物とこころの関係」について、心理療法の立場からお話をいただきました。以下サマリーです。

「物とこころの関係——心理療法から」

河合俊雄 氏

京都大学こころの未来研究センター教授



01 ; 河合俊雄 氏

1. 心理療法

河合俊雄です。今日は自転車で転んだり、お茶をこぼしたり、レジメを保管していたパソコンの調子が悪くなったり、小さなハプニング続きです。ドイツ語には「Tücke des Objekts＝物の悪意」という、今日の私にピッタリの言葉があります。黒川さんからは「上手くいかない理由を物のせいにするなんて…」と言われたのですが、これから心理療法の立場からお話する「物とこころの関係」にも関わることなので、後ほど触れたいと思います。

最近、「もののけ」という言葉をよく耳にします。現代人は、誰かが、人が変わったように奇妙なことを話しはじめたらすぐに救急車を呼んで病院に入れてしまうかもしれませんが、昔の人は悪霊や死霊が取りついたとかキツネや蛇がついたと考えていました。古代は現代と違って、魂がなくなってしまう、魂がどこかに行ってしまう、あるいは逆に狐とか悪霊が取りついてくる…そういう疾病観を持っていました。

皆さんも鬱の気分陥ったことがあると思います。これを近代的に表現すると「エネルギーが下がっていること」なのですが、昔の人は私の魂は失恋した恋人のところに行ってしまった、あるいは

亡くなった父親のところに行ってしまった、だからここにはいないのだととらえた。だからこそ、シャーマンは余計なものが憑いていれば追い払い、失われた魂を取り戻すことで治療を行ったわけです。つまり、「こころ」をオープンシステムとして考えていたのです。自分の心や魂は、別れた恋人、あるいは動物や物、自然、死者にまで広がっていたというわけです。私はこのオープンシステムの心こそが、もともとの人類が持っていた心に対する理解だと思います。

ところが、現代の心理学では、人が変なことをしゃべり出したりすると、人格の解離だ、多重人格だという言い方をします。なぜなら「心は個人の内で閉じたもの」と考えているからです。心はオープンシステムではなく「私」の中で閉じたものである、そして心や魂は人間にしかないと考えているのです。これが近代心理学の考え方であり、心理学のこころ観であり世界観だと理解して間違いありません。

フランスの精神分析家であるジャック・ラカンが、「デカルトなくして精神分析はない」と言いました。換言すれば、「『人間主体』の成立なくして、近代的な心理学や心理療法は存在しない」ということです。デカルトは著書『方法序説』の中で、「懐疑」「疑い」について記述しています。彼はすべてを疑い、最後にすべてを疑っている「私」だけが確かである、としました。

こうしたデカルトの作業の背景にはキリスト教が深く関わっています。中世ヨーロッパの存在論は、物は神によって存在を与えられていると考えていました。だから、「存在」は確かなもので、疑い得ない。もっと言うと、物には魂があると考えていた。そんな中で、デカルトが言った物の存在を疑うということは、すなわち物の魂を否定していることです。物に魂はない、確かなものは疑っている「私」だけ。これはデカルトによる「人間主体しか魂を持たない」とする強烈な作業の後に誕生した考え方なのです。

しかし、物に対するもともとの世界観は、こんなものではなかった。日本にはまだ残っていますが、お葬式のときに死者のお茶碗を割る習慣があります。あれは「茶碗＝死者の魂」だったのですね。他にも枕とかも持ち主の魂を表しますし、武士であれば刀は魂であるということになります。つまり人と同じくらいに物の存在が大事であり、物に私が現れているという世界観が普通だったのだと思います。これを完全に否定したところでデカルトの世界観が生まれ、近代哲学、心理学の基礎となりました。

考えてみると、デカルトの言う「疑う私」とか「考える私」というのは、とても抽象的です。この論理をさらに推し進めると、彼の言う「レース・エクステンサー＝延長する物体」という考えが発生します。デカルトはこの2つを実体であるといいますが、それらは目に見ることの出来ない抽象的なものにしか過ぎないのです。

そしてもう1つ「内面の成立」が出てきます。心理学にとって内面はとても大事です。

例えば、私たちはよく「仮面をかぶっている」と言いますよね。仮面とは表面に何かをつけていて、その裏にある本質や内面を隠してしまうものと考えられています。しかしこれは近代以降の仮面の捉え方です。もともとの仮面というものは、東北地方のなまはげなどように神の現われで、現代のような意味ではありませんでした。ところが、近代の世界観では、神の現れであった仮面とは単なる表面であって裏側にこそ本物があると考ええるようになった。これは物の「魂」を否定し、抽象的な「私という概念」が主体であるという転換を行ったデカルトの思想と同じように、古代の世界観の転倒によって成立したものなのです。

その中で、近代的な「分業」ができてきます。物に魂がないことを前提にしたからこそ、幾らでも物を操作できるし製造できる。それがサイエンスであり、テクノロジーだと思います。同時に、人間主体が自分の内面を見、人間主体が自分を見る、つまり自分で自分を見つめるところに心理学や心理療法は成立しました。

ところが実際、自分で自分を見ると、ろくなことが起こりません。等身大の自分なんて見えるわけがないからです。自分で自分を見ると劣等感にさいなまれたり、逆に自我肥大を起こしたり、何て嫌なやつだろうと罪悪感に陥ったり、妄想や不安にさいなまれるようになる。これが、キルケゴールやハイデッガーに代表される哲学が本質を捉えていった近代人のあり方であり、こうした背景を経て現代の心理療法は成立しました。

さて、先ほど近代的世界観においては「物に魂はない」と言いましたが、そうすると、これまで「物の魂」と思われていたものは一体どうなったのか？ 例えば、木がうごめいている、何かが宿っている、物にも魂があると感じることは古代人にとっては当たり前のことでした。でも現代では木には魂はなく、私がそこに何かを投影する。つまり「私」が意味や物語をつくり出して、物にかぶせる。投影を起こすものは、私という主体の感情や不安、期待であると見なすわけです。ですから、先ほど話した「物の悪意」というのは、古代人的の発想といえるでしょう。ところが、近代心理学は、全部主体側から説明しようとするので、「物が自分を苦しめる」なんていういい方はしない。夢がないです。

こうした中での物に対する近代的アプローチは、1つは物を操作し作り出すという科学であり、もう1つは芸術やデザインであり、さらに対象としての自分を研究する心理学、という3つのセットがあると言えるでしょう。これらのアプローチはいずれもグローバルであり、普遍性、共通性があります。科学技術やアート、心理学は、多少の違いはありますが、欧米でも日本でもかなり普遍性が高い。

例えば、日本の科学技術とか産業に創造性がないとか、そういう言い方をされていました。その背景には西洋の自己主体という考え方があるように思います。西洋は、無から何かをクリエイトするという「人間の創造性」を信じています。一方、日本では物の魂や心を完全に否定していないので、西洋に比べて人間主体が弱い。換言すれば、物を大切にしている科学技術だと思います。だから、欧米人からすると、日本人のこうした物づくりは時には脅威に思え、時にはばかにしたくなる。物との関係を残した中でつくっていつているもののよさが、日本のアートにあるのではないかと私は思いますけれど。

しかし、人間主体の投影とか表現として物を捕らえると、不思議なことにアート作品がもつ、それ自体の意味や価値はどうでもよくなってしまふ。作品そのものよりも創造する人間主体の方が大事であって、物は単にその人間が生み出したものにすぎないのであり、ある意味で恣意的なものになってしまいます。心理学や心理療法にも同じことが言えます。

例えば、皆さんのお仕事に近いアートやデザインなどでも、人間主体が強くなり物が魂を失っていくと、作品自体の価値や意味よりも外側からの意味づけの方が価値をもってしまふ。極端な話、作品や製品よりも宣伝の方が大事になって、物自体の大切さが失われていく。現在、そういう方向性が見えているように感じています。このように、物と心と人の関係の混乱みたいなものが、今、生まれているなあというふうに私は思っています。

2. ユング心理学と物の魂

私が専門としているユング心理学は、現代心理学では鬼っ子的存在です。ユングは「第3のものとしての魂」ということをよく言っていました。どういうことかという、心理療法とは、たいてい「セラピスト＝心理療法家」と「クライアント＝患者」がいて、この2人の関係だというふうに思われています。ところがユングはこの2人に加えて、そこに生まれてくる「第3のものとしての魂」が大事だと考えました。その第3のものによって、クライアントもセラピストも変わっていくことが大事なのだと。だからユング心理学では夢、絵、物語、箱庭などの「第3のもの」が登場し、それによってクライアントもセラピストも変容していく。しかも第3のものはある種の自律性や世界観、この世界観をもっている。つまりユング心理学とは、近代心理学の人間主体を中心とした見方ではないわけです。

ユングに関する有名な逸話があります。彼は小さいときに石に腰掛けて「私は石の上に座っている」と言いました。そして同時に「私はここに横たわって、彼が私の上に座っている」と石の立場から自分を捉えることもできた。このようにユングは物の側に立った古代人の世界観が理解できたのです。

ただユングのこうした世界観はイメージの世界の中だけであり、実際の物づくりにまでは及びませんでした。主客転倒の体験はしていたけれど、全世界観を変えてしまうというほどのものでもなかった。河合隼雄氏によって、日本で箱庭療法が広まった大きな理由は、日本人が未だに抱き続けている「古代人の世界観＝山川草木に何か魂が宿っている」みたいな感覚とユング心理学との間に、合い通じるところがあったのだと思います。

現在、ユング心理学が盛んなのは、東欧やラテンアメリカ、日本、韓国などで、欧米ではもうメジャーではありません。やっぱりフロイトやラカンの系列が主流になっています。ただユング心理学は日本人にとって、物づくりをする人にとってはとてもおもしろい視点を提供してくれると思います。

3. 心の成長と物

最初に風景構成法という心理テストというか、描画のテクニックについてお話します。これは、中井久夫さんという精神科医が河合隼雄氏との会話の中で思いついた技法で、箱庭療法をヒントにしています。「川→山→田んぼ→道」、さらに「家→木→人→花→動物→石」と順に描いてもらいます。

ところが、同じ手法で絵を描いてもらっても、年令によってまったく違った風景画になります。大人は遠景法的なパースペクティブな風景画を描きます。これは川や山などの物を投影することよりも構成することに主眼に置いた描写といえます。だから大人であっても統合失調症の人のような空間構成ができない人には、このような絵は描けません。一方、子どもは言われたとおりの順番に並列に、物に密着した絵を描きます。ところがその子どもが成長し10歳前後になると、劇的な変化が起こります。この変化を一般的には「川が立つ」と言うのですが、川が画面中央をぶち抜けるような絵になります。つまり、鳥が地上を眺めるような、はるか上空から風景を見るようになるのです。この時期の

子どもは親から徐々に離れて反抗を始める時期であり、中には極端な否定も生まれる。しかしこれは心理的成長には大事で、物への密着を超えて距離をとれるようになり、距離を取って見る主体が成立するのです。考えてみると子どもは、例えばお気に入りのぬいぐるみをいつも手放さないとか、同じ毛布を握っていないと眠れないとか、特定の物に密着しています。ところが成長と共に、遠近法というか自分の中で全体を位置づける視点を持つようになるのです。中には、一生そうならない人もいますけれども。

このように、人には外からの視点というのできる、物を引き離すという瞬間が訪れて、やがて「私」が確立される。中学生くらいになると鏡を見ている時間がやたら長くなります。自分とは何者だろうと考えたり、自意識や自己愛、自己憐憫とか、セルフ何々というものが増えて多くなったりします。

ところが、最近はどうもそうではない人も多いようです。例えば、物を収集したり、歴史調査に没頭したり、自分ではなくむしろ物に焦点を当てる若者が多くなってきている。そして、そんな人が案外、優秀な技術者になったりする。私の友人の岩宮恵子さんは、『フツーの子の思春期』という本の中で「最近、中学生や高校生では思い悩むという子が減った」と書いています。このような人は発達障害に近いと考えられます。

するとユングが言う「内向・外向」から少し違ったふうに捉えられるのではないか。つまり「内向」とは自分に関心が向くことで、「外向」とは対象が大切なこととすると、思春期に自分にばかり関心を向ける自己愛的な人もいれば、物を収集したりする、対象に向かう発達障害的な人もいると考えられ、それは内向と外向という視点に関係づけることができるかもしれないのです。

4. 文化

文化やアートについてももう一度考えてみたいと思います。1965年に河合隼雄氏が留学先から帰国し箱庭療法を本格的に導入するなどして、日本のユング心理学を本格に始動しました。ユング派の心理療法で重要なのは、夢分析だと思います。セラピストの訓練として自分も分析を受けますが、圧倒的に大事なのは夢分析であり実際の治療でも同じです。

しかし夢は目に見えない。関西では「目に見えて何ぼ」というところがあります。だから河合氏は考えたのだと思います。目に見えて明らかである箱庭を使って、直観的に自分を表現することが日本人に向いていると。また日本人は庭園、生け花、盆栽といった伝統があるので、箱庭療法を受け入れやすいとも考えました。

箱庭療法は実際にやってみると効果もあった。心理的な問題を抱える子どもたちもすごくよくなり、症状の変化を箱庭によって克明に把握することもできる。そういう目に見えるものを突きつけるというか、そういう形でユング心理学は日本に入ってきたと思います。西洋的では無意識の現れという言い方をしますが、日本人には抽象的な魂というのは合いません。

日本人のすぐれているところは、美的洗練だと思います。ああいう美しい箱庭というのは日本独特だと思いますが、一方でそこに表現されている意味を捉えることはむずかしいと思います。韓国の箱庭には日本のような美しさがない分パワフルです。西洋人の箱庭は、具体的な意味や象徴性、心理描写がダイレクトに反映されていて説明的です。

もう一つ、日本の特徴だろうと思いますが、鎌田東二さんと私の共著に『京都「癒しの道」案内』という本があるのですが、これは京都周辺の癒し空間を心理学的に分析した本です。心理療法をしていると、「先週、〇〇寺にお参りに行ってきました」とか「途中で吉田山に登って来ました」とか、この本の中に登場するような癒し空間に行く人が結構多いのですね。彼らの雑談の中で気がついたのは、こうした場所の訪問が彼らに何らかのインパクトを与えている、あるいはその人がその場所に包まれているということです。

心理療法で大事なものは、未知のものに出会うことだと思うのです。未知のものって、自由連想や夢分析などもそうですが、無意識に自分の口から出てきてしまうことがある。その意味でお寺や神社を訪れることも、未知のものに出会い、さらにそれに包まれることだと考えられる。このようなことから、私はもっと伝統に根づいたものに触れることが、意外と癒しをもたらすことがあるなあとというふうに思っています。日本で心理療法をしていく場合に、西洋的な人間主体だけを中心にした心理療法だけだと不十分だと思うのです。逆に伝統的なもの、宗教、お寺とか神社が意外とまだパワーを持っているのじゃないか、古いものの持つパワーは一体どうなのだろうということも考えさせられることが多いです。これも純粹にここにはならず、物や場所の魂を生かしている心理療法と言えると思います。

5. 時代の変化と心理療法

さて、時代の変化から心理療法を見てみたいと思います。昔の日本人の代表的な神経症は対人恐怖でした。これは、自分にとって中間の人がだめなのです。つまり、家族のような身近な人、まったく知らないという遠い人は怖くない。ところが、近所のおばさん、電車で顔を合わす人とか、ちょっとした知り合いがだめなのです。極論すると、一昔前の日本人の多くは、何かしら対人恐怖的なところをもっていた。これは自意識の病です。どうして日本人に特徴的かというと「コミュニティ＝共同体」にかかわっていると思います。日本人は長いこと共同体の中で生きてきたので、自分という主体を持とうとすると、そこを出ていかないといけなかった。ところが出た途端に恐怖を感じる。

ところが、最近是对人恐怖の人はほとんどいません。1970年代～1980年代になると、境界例といわれる人が増えました。これは「神経症と統合失調症、精神病の間」という意味ですが、実際にはあるパーソナリティを指しています。その特徴は「どこまでも要求を突きつける」ことです。例えば、「先生、すみませんけども、もう30分多く会ってくだらないでしょうか」と頼まれて、譲ったら終わりです。30分が1時間になり、2時間になり、毎日電話はやまないという感じになります。それから、どこまでも他人に責任を押しつけるという特徴もあります。クレーマーをイメージしていただけると、ちょっと近いイメージがつくれると思います。今日の話のコンテキストでいうと、境界例の人々に対峙していると、物の魂はなくなったなあとこの感を強くしました。つまり、彼らにとっては、物は大事なのではなく私の渇きや飢えを満たすものです。つまり物の存在が恣意的になってしまうのです。

そして1990年代、詳しくは1993年ぐらいを境に増えたのが解離性障害です。別人格があるとか、何かしたことを覚えてないという。日本人は欧米人に比べて後者の全健忘が多いです。完全に忘れてしまう人が多い。逆に欧米は別人格ができる人が多いです。解離性障害の人は、何かあったことでも

全然覚えてないし、そういう物のこだわりみたいなものは全然なくなってしまう。

そして2000年以降増えているのが先にふれた発達障害です。それにも様々なレベルがありますが、最大の特徴は「主体＝自分」がないことです。軽症の発達障害の場合は、相手に合わせて生きている人というのは割といます。大体がとってもメカニックで、物にこだわりますよね。物を集めるのが好きだったり、とっても規則正しく何かしていたり。だけれども、人との関係というのはいません。そういう人がふえてきているような気がします。重い場合は、自閉になってしまうので、そこまで行くと言語が生まれてこない。主体がなくて、物の世界というのを生きている人が、とても増えてきているのではないかと思います。

これは社会全般の風潮じゃないかと思うのです。つまり、物が大切になっていて、しかも、今、圧倒的に表面が大事になってきている。大多数の中高生は、いかに自分を化粧するかに物すごいエネルギーを使っています。文学青年なんて見たことがない。表面をいかにするかという、そういうところに価値を見出しているなあという気がします。

そうすると、一体今の心ってどうなっているのだろう、今の物ってどうなっているのだろう、我々はどうしたらいいのだろう、どう生きたらいいのだろうと考えてしまいます。あるいは、デザイナーとか製品をつくる人はこうした風潮に便乗して、一般の人をどのように導いていくのだろうか。

6. 物とところの関係

最後に、摂食障害と乖離症状のある女子中学生の夢から、現代の問題を考えたいと思います。（記録としては、秘密保持の関係で再現できませんが、お店で自分が様々なアイテムに魅せられているけれども、一緒にいる女の子は興味を示さないという夢です。）

とてもおもしろい夢だと思うのですが、皆さんがこの夢を聞かれても何だろうという感じだと思うので、この夢から私がどう思うかという話をちょっとしたいと思います。

夢で2人が出てくるのはおもしろい状況です。女の子と私、私にこういう部分もあれば、こういう別の部分もあるというふうに考えたいと思うのです。つまり、私には、お店で夢中になって買っている私もいれば、何も買い物もしないという女の子もいるというように。

この世界とはまさに現代の世界であり、アトラクティブな物に満ち満ちている。そしてこちらを誘っている。どういう世界かというと、魅力的なものが人を引きつける、そういう世界だと思います。近代世界は、主体性を目覚めさせましたが、極言すると現代の意識に主体性などなくなっていました。資本主義とか消費社会では、選ぶ側に主体性はなく、物というのがこちらを誘っている。それをどううまくやるか、そのあたりはもちろんデザイン心理学とか工業心理学とかが考えます。どううまく誘ったらいいのだろうと。その結果現代人にとって、もうそういう主体性というのは恐らくないと思うのです。古きよき主体性は、物のはらんした世界の中ではなくなっている。そうすると、完全に物が中心になっていて、近代意識とか近代主体がもう失われてしまった世界だと思います。私はこれが欲しいのじゃない、向こうが誘っている。こっちは欲しいという気にさせられているだけ。そして、物が中心なのだけれども、物に魂がある前近代の世界とも違うのです。物に魂がある世界というのは、それは一回性というか何ものにも代え難いものであるのに対して、現代の物は恣意的で交換可能です。

まず現代世界がこうになってしまっているのを認めるとして、私としては、つまり心理学者としては、あるいは心理療法家としては、現代の意識に同一化する必要はないと思うのです。ここがポイントだと思うのです。もう1人の子というのは、個人として生きていると思います。この子は、いっぱいおもしろいものはあるのだけれども別に買おうともしない、そこに生きているのだけれども、必ずしもそれに同一化していない。それからすると、やっぱりまず心理学は、現代の意識とは何なのかをとらえておくのはとても大事です。それはもはや主体性はなくて物が誘っている世界であり、我々はそれらに振り回されている。しかしそれを否定することもできない。それを否定すると、病気になっていく。だけど、その中で個人として生きるというのはまた違うことなのだと。心理療法の立場からすると、そうなっていると思います。

ここで皆さんの迷いどころになると思います。つまり物の支配するこの現代の流れに合わせて、どう人を誘ってやるか。そこをポイントにしてやっていくのか。あるいは、そうではなくて、もっと物と人、物と心のかかわりにこだわっていくのか。物とところ、あるいは物づくりにおいて、大きくこのようなコンセプトがあるように思っています。

2009年度第7回物学研究会レポート
「物とこころの関係——心理療法から」

河合俊雄 氏

(京都大学こころの未来研究センター教授)

写真・図版提供

01；物学研究会

編集=物学研究会事務局

文責=関 康子

- [物学研究会レポート] に記載の全てのブランド名および商品名、会社名は、各社・各所有者の登録商標または商標です。
- [物学研究会レポート] に収録されている全てのコンテンツの無断転載を禁じます。

(C)Copyright 1998~2009 BUTSUGAKU Research Institute.