

## アドラー心理学の東洋的展開 （1）個人の存在様式をめぐって

野田俊作（大阪）

### 要旨

キーワード：

### はじめに

アドラー心理学は、ユダヤ系オーストリア人であるアルフレッド・アドラーによって創始され、ユダヤ人とドイツ人を中心とするアドレリアンたちによって展開されてきた、まったく西欧的な思想である。それにもかかわらず、アドラー心理学にはどこかしら東洋的なところがある。そう感じるのは私だけではないようで、日本を訪れたドイツのアドレリアン、マティアス・オーベルアイゼンビュヒナー（Matthias Obereisenbüchner）は、「アドラー心理学はひどく東洋的で、ドイツ人にはとっつきにくい」と言っていたし、ハワイのアドレリアン、ジュヌヴィエーヴ・ペインター（Jenevieve Painter）は、アドラー心理学とインド哲学との近縁性を強調していた。

ただ漠然と東洋的だと感じているだけではしかたがないので、実際にアドラー心理学と東洋思想とを比較検討してみようと思いついたのは、1985年にカナダのモントリオールで開催された第16回国際アドラー心理学に演題提出を決意した時である。その時の発表論文『仏教とアドラー心理学（Buddhism and Individual Psychology）』は、特にドイツのアドレリアンたちの関心を引き、ドイツ語圏のアドレリアンの機関誌に独訳されて転載された<sup>[1]</sup>。また、1987年の西ドイツのミュンスターにおける国際アドラー心理学会では、その続編として、『アドラー心理学によるグループ療法と瞑想（Adlerian Group Therapy and Meditation）』を発表した。本論文は、それらの原稿に手を加えたものである。

東洋思想といってもさまざまあって、一口には言えない。そのなかで、われわれに比較的なじみがあるのは、儒教と仏教である。儒教についてはマックジー等（McGee, V.J. *et al.*）がアドラー心理学との比較研究を発表しているが、儒教の理解があまりにも浅薄で、問題にならない<sup>[2]</sup>。そもそも儒教は、私のみる限りは、所詮は封建的な『縦の関係』を根本理念とする哲学で、到底アドラー心理学とは相容れず、むしろわが国をはじめとする極東諸国で、アドラー心理学が当面攻撃目標にしなければならないのが儒教ではないかと思うほどである。

これにたいして仏教は、はるかにアドラー心理学に近い根本理念にもとづいているように思える。また、仏教の本質は、私のみる限りは、神秘主義であり、それは、ヒンドゥー教やジャイナ教などのインド神秘主義全般と近縁関係にあるだけではなく、中国の神秘主義である道教や、イスラム世界のスーフィズムと呼ばれる神秘主義や、遠くヨーロッパ中世の、マイスター・エクハルト（Meister Eckhart）等に代表されるキリスト教神秘主義とも多くの共通点を持っている。し

たがって、アドラー心理学を仏教と比較研究しておけば、神秘主義思想全体とアドラー心理学との関係を明らかにすることができるはずである。

仏教とアドラー心理学の比較研究としては、私の知るかぎりでは、ただひとつクロークとラスク (Croake & Rusk) による論文があるだけである<sup>[3]</sup>。しかしながら、彼らの仏教理解は何としても浅薄と言わざるをえない。おそらくは、前述の私の発表が、アドラー心理学と仏教を代表とする神秘主義思想との比較についての、はじめての本格的研究ではなかろうかと思っている。

本論文は3部構成であり、今回発表する第1部では、仏教を中心とする神秘主義思想とアドラー心理学の基本的な人間観の異同を比較検討する。以下、第2部では共同体の概念について、第3部では治療の理論と技法について検討する予定である。全編を通じて、仏教が主たる話題になっているが、それは私が仏教にこだわっているからではなく、神秘主義思想の中で、仏教がもっとも一般に知られており、内外の文献も豊富であり、さらにわれわれ日本人の生活に直接的・間接的な影響を与えてきたからである。したがって、適宜、仏教以外の神秘主義思想をも参照する。

## 仏教とアドラー心理学の共通点

共通の基本姿勢：救済のための実践知

仏教は、西洋的な目から見れば、宗教でもなく、哲学でもなく、心理学でもない。敢えて言うならば、それは人を苦から救済するための実践知の体系である。実際、仏教学者エドワード・コンゼは、「仏教の教理の目的は、生きとし生けるもの一切を苦から救済することにある」と述べている<sup>[4]</sup>。仏教のこのような目的意識は、アドラー心理学と共通している。仏教もアドラー心理学も共に、「人間でありながらどうすれば幸福になれるか」ということを課題とする知の体系であると言えよう。

このように考えると、仏教を一種の精神療法 (spiritual therapy) の体系だとみなすことも、あながちこじつけではないように思える。仏教においては、理論は実践に有用な限りにおいてのみ重視される。後世の仏教は、ときに議論のための議論に陥った場合もあるが、古い伝承によれば、ゴータマ・ブッダ自身は、形而上学的な質問には一切答えなかったと言われる。それについて、美しい逸話が伝わっている<sup>[5]</sup>。

形而上学に関心を持つ一人の若者がいた。ある日彼はブッダ・ゴータマのところにやってきて尋ねた。

「祝福された方よ、教えていただけますか。私は次のような問題で頭を悩ませております。世界は永遠であるか否か。宇宙は無限であるか否か。身体を離れて魂はあるか。魂は死後も存続するか。これらの質問にたいする答えをいただけるまでは、私はあなたの弟子にはなりませんまい。」如来は答えられた。

「良家の息子よ、あなたの問いに答える前に、一つ逸話を話させておくれ。昔あるところに若者がいた。ある日彼は毒を塗った矢で射られて傷ついた。外科医が来て、彼を治療しようとした。その時若者は言った。『誰がこの矢を射ったのですか。彼はどこから来たのですか。彼はどこへ行ってしまったのですか。彼はなぜ私を狙ったのですか。彼はどんな弓を使ったのですか。矢は何の木でできているのですか。彼はどんな毒を塗ったのですか。これらの質問に答えてもらえるまでは、私はあなたの治療は受けませんまい』。さて、これが逸話だ。良家の息子よ、この男はどうなると思うかね」。

若者は答えた。

「死ぬでしょうね」。

如来は言われた。「そのとおりだ。その男は、それらの質問にたいする答を知る前に命尽きて死ぬだろう。良家の息子よ、あなたもあなたの質問にたいする答をひとつとして知ることなく命尽きて死ぬだろう。救済は。あなたが尋ねたような形而上学的な質問とはかかわりがないのだ。あなたがしなければならないことは、あなたの胸に突き刺さっている苦しみの矢を私に抜かせることなのだ」(意識)。

仏教のこのような態度は、アドラー心理学の、「何が真理であるかではなくて、何が便利であるかが問題だ」という実践的な態度と完全に共通している。

苦の起源についての共通の説明：目的論

アドラーは「人間であることは劣等感を持つことである」と言い<sup>[6]</sup>、ゴータマ・ブッダは、「人間の生は苦である」と言う。『劣等感』ということばを『苦』と読み換えるならば、両者は同じことを言っている。すなわち、人間苦の普遍性についての認識が、両者の共通の出発点である。

アンスバッハーによれば、劣等感と目標追求とを比較して、どちらがより一次的かという問いにたいして、アドラーははっきりとは断定しなかったが、目標追求の方が一次的であるという<sup>[7]</sup>。アドラーは、「完全性を追求する中で、人は常に生理的な緊張状態にあり、完全性の目標の前に落ちつかなさを感じる」と言う<sup>[8]</sup>。ゴータマ・ブッダは、「渴愛が苦の起源である。渴愛は、迷いの生涯を引き起こし、喜びと貪欲とを伴い、あちこちにその満足を探し求めてまわりつく。それはすなわち、感覚的な満足への渴愛であり、自己保存への渴愛であり、さらには自己滅却への渴愛でさえある」と言う<sup>[9]</sup>。

『目標追求』という語を『渴愛』と同義語とみなすならば、アドラー心理学と仏教の類似性は明らかである。両者ともに目的論的に人生を解釈している。『渴愛』はときに『欲』と訳されているが、言語 *trisna* は、英語の *thirst* と同源の『渴き』という意味の語である。これは目的論的なニュアンスでとらえるほうが正確な理解であろう。ゴータマ・ブッダは、いわゆる禁欲には反対であったことから考えても、これは食欲や性欲などの生物学的欲求を言っているのではないと理解されるべきであろう。この点で、禁欲主義的な上座仏教よりも、欲望そのものは否定せず、欲望へのこだわりをいましめる大乘仏教の方が、ゴータマ・ブッダの真意をよくとらえているように思われる。

## 仏教とアドラー心理学の相違点

社会的治癒と実存的治癒

ところが、仏教とアドラー心理学の理論的な共通点はここまでに留まる。

アドラーはすべてを人間社会の文脈の中でとらえた。一方、ブッダは世俗的な社会生活を問題にせず、常に実存的な生活を問題にした。それゆえ彼は、「生は苦であり、病は苦であり、老は苦であり、死とは苦である。憎むものと会うは苦であり、愛するものと別れるは苦であり、求めて得られぬは苦である。要するに、われわれが感覚するすべてが苦を含んでいる」と言う<sup>[9]</sup>。ブッダが問題にしているのは、社会の中での幸福ではなくて、生きることに不可避に見える実存的苦からの根本的な解放なのである。これは西洋の心理療法と東洋の精神療法との最大の違いである。ブッダは常に、死をはじめとする、人間であることに必然的に内在する不可避の運命を問題にしている。

ブッダは、苦から解放されるためには、すべての渴愛を捨てる必要が、すなわちすべての目標追求を停止させる必要があると言う。すなわち、「渴愛を余すところなく離れることで苦から脱却できる。すべての渴愛を、滅ぼし、捨て去り、振り切り、脱ぎ捨て、とらわれないでいることが必要である」と言う<sup>[9]</sup>。

一方アドラーは、「マイナスからプラスへの運動は決して終わることがない。下から上への渴望は決してやむことがない」と言って、目標追求の停止、あるいは渴愛の放下は不可能であると切り切る<sup>[10]</sup>。

ここに仏教とアドラー心理学との本質的な違いがある。しからば、なぜ仏教は渴愛の放下が可能であると考えることができたのであろうか。

## 二つの知

なぜ仏教が、すべての目標追求を停止することが可能であると考えたかということの説明するためには、まず仏教を含む神秘主義思想の基本的な方法論的前提を理解しておいてもらわなくてはならない。

神秘主義思想は、知を二つの階層に区分する。仏教はこれを、超越知 (paramārtha - satya、聖諦) と世俗知 (Samvṛiti - Satya、俗諦) と呼んでいる。大乘仏教最大の哲学者ナーガールジュナ (Nāgarjuna) は、「仏陀の真理は二種類の知にもとづいて知られる。すなわち、世俗知と超越知とである。これら二つの区別を知らぬ者は、仏陀の教えの根本の本質を知ることはできない。世俗知に頼らずしては、超越知の真理はあらわしえない」と言う<sup>[11]</sup>。

神秘主義は、究極的な真理は言語的には表現しえないものであるという見解を共有する。真理は超越知の対象であるのにたいして、言語はすべて世俗知に属するからである。究極的な真理は、ただ啓示され体験されうるだけであって、表現されえず説明されえない。ヴィットゲンシュタイン (Ludwig Wittgenstein) はこのことについて、「すべて語られるうことは明晰に語られうる。啓示されうることは語られえない。まことに、表現しえないものが存在する。それはみずからを啓示する。それが神秘である。人は、語りえないことについては沈黙しなければならない」と述べている<sup>[12]</sup>。老子は、もっと端的に、「語りうる道は永遠の道ではない」と言う<sup>[13]</sup>。

究極的真理はただ一つであり、したがって全神秘主義思想を通じて共通である。すなわち、超越知については、全神秘主義思想が同一である。ただ、それに至る手続き、すなわち世俗知が異なるだけのことである。

仏教の好む世俗知の様式は、究極的真理を操作的に定義する方法である。すなわち、「これこれのことをせよ。そうすれば究極的真理を体験できるであろう」という方法である。その手続きが禅であれ念仏であれ布施であれ供養であれ、それらは所詮は世俗知であるにすぎない。すなわち、それらは仏教の本質ではない。

超越知の文脈の中での世俗知のありかたを、禅は、月を指さす指にたとえる。指は月を発見させるための手続きとして必要であるが、それ自体は月ではない。仏教の教理は世俗知である言語によって表現されるが、その本質は常に超越知なのである。

## 絶対的全体論と相対的全体論

世俗知と超越知とを区別するための試金石は、二元論的態度の有無である。いかなる種類の二元論であれ、およそ二元論に立脚する知は世俗知である。逆に、超越知は、一切の二元論を拒否する。

このことから、自己と世界にたいする3種類の態度を区別することができる。仏教はこれを、幻想的態度 (parikalpita -lakṣaṇa、編計所執相)、相対的態度 (paratantra - lakṣaṇa、依他起相)、

絶対的態度 (parini śpanna - lak śaṇa、円成実相) と呼んでいる。

幻想的態度においては、人は自己自身について二元論的な態度をとり、自己を、精神と身体、理性と感情、意識と無意識等の、いくつかの相互に対立する部分に分割する。フロイト心理学は、幻想的態度にもとづく知の一例である。ちなみに、幻想的態度にもとづく知は、東洋では知には分類されない。

相対的態度においては、人は、自己自身は有機的統一体であると認識するが、世界にたいしてはなお二元論的な態度をとる。すなわち、世界を任意の複数の部分、たとえば、我と汝、精神と物質、善と悪、理想と現実、神と人間、に分割する。アドラー心理学は相対的態度に立脚する知である。それは自己を統一体としてとらえながら、なおライフタスクというかたちで自己と世界との間の葛藤を認めている。相対的態度に立脚する知は、東洋では世俗知と呼ばれる。

絶対的態度においては、人はいかなる二元論的態度もとらない。このような態度にもとづく知は西洋世界ではほとんど知られていない。通常のカリシト教は、神と人間の絶対的断絶に立脚しているため、東洋的にみれば世俗知であろう。仏教は典型的な超越知である。禅の詩に言う<sup>[14]</sup>。

究極の道は難しくはない。

ただ、好き嫌いをしなければよい。

愛することも憎むことも共に存在しない時、すべては完全に明らかに見えてくる。

しかしもしほんのすこしでも区別するならば、天と地のように、すべては永久にばらばらに別れてしまう。

真理を体験したいと望むならば、賛成も反対も捨てることだ。

仏教は、いかなる二元論をも未熟な精神の産物として拒否する典型的な超越知である。二元論的思考は、致命的な誤解であって、すべての不幸の起源である。仏教のこの態度は、絶対的全体論と呼ぶことができる。アドラー心理学に代表される西洋の全体論は、これに比較すればはるかに不徹底であり、相対的全体論と呼ばれるべきである。

### 時間的全体論と時間的二元論

仏教は、空間的な二元論だけではなく、過去・現在・未来という時間的な二元論をも拒否する。空間的にだけではなく、時間的にも、宇宙は分割できない全体なのである。

この見地からは、ただひとつだけ存在する時間があることになる。それは『今』であり『永遠』である。時間的な尺度は、まったく意味をもたないので、今はすなわち永遠である。過去も現在もなく、ただ永遠の今が存在するだけである。

道元は、『永遠の今』を、しばしば『而今』という述語で表現する。彼は、これについて美しいたとえ話を<sup>[15]</sup>。「河を渡り山を越えのちに家へ帰った時、今でもなおその山河はあることはあるだろうけれど、私はもうそこを通り過ぎてしまっただけで今はもう家にいるのだと思うかもしれない。山河を過ぎた時はすでに去って、家にいる時が来たったと思うかもしれない。しかしそれは世俗知であって、道理はそれだけではない。山を登り河を渡ったときに私は在った。私に時が有った。時の中に私が在った。今も私に時が有り、時の中に私が在る。今も私が在るのであるから時もまた同じように有る。時は来たりてまた去りゆくものではないので、山に登っていたときの私は而今の私、今の私も而今の私である。もし時が来たりてまた去りゆくものであったとしても、なお私は而今という時の中に在る」(意訳)。

このようにして仏教は、すべての目標追求を停止することが可能だと考える。仏教は、過去や未来というのは、人々が共有している幻想にすぎないと考える。それゆえ、人生の目的論的な解

釈は、覚醒していない人々の幻想の中にある苦の起源の説明ではあっても、人生そのものが目的論的に説明できるものではない。超越知の立場からは、目的論的な目標追求性は存在しない。

### 瞑想的現象学と通常現象学

仏教の絶対的全体論は、形而上学的な議論ではなく、現実の経験に裏づけられた知識なのである。自己と世界の間にはいかなる対立もないということ、永遠の現在以外に過去も未来もないということ、これらは、瞑想の中で生き生きと体験されうる。神秘主義の実践のすべては、この空間的・時間的な絶対的全体論を実際に体験することに向けられている。その主たる方法が瞑想である。

瞑想体験を通じて、3種の態度に相当する3種の自己の状態が区別できる。すなわち幻想的自己状態 (parikalpita-svabhāva、編計所執性)、相対的自己状態 (paratantra-svabhāva、依他起性)、絶対的自己状態 (pariniṣpanna-svabhāva、円成実性) である。幻想的自己状態と相対的自己状態とは非瞑想的な状態であり、絶対的自己状態は瞑想においてのみ得られる。

絶対的自己状態においては、主体と客体の区別は消失し、物理的な時間の観念も消失する。すなわち、自己と宇宙との同一性が確認される。

これは、別の言葉で言うならば、宇宙はわれわれの主観の産物であるということである。このような立場を西洋哲学では現象学と呼んでいる。仏教は一種の現象学である。

このことを古い経典は、「すべてはわれわれの心が産みだしたものであり、心に支配され、心からできている」と表現する<sup>[16]</sup>。より洗練された説明は、大乘仏教の唯識哲学にみられる。唯識派の哲学者ヴァスバンドゥ (Vasubandhu) は、「生物や無生物の存在は観察者の精神活動に依存している。無からすべてを作り出すのは、幻想的な二元論的判断をともなった精神活動である。この世界にあるすべてのものは、幻想的な精神の産物に他ならない。瞑想によって対象の不在に気づけば、自己もまた不在であることに気づくであろう。これが絶対的な意識の水準であり、すべての苦からの解放である」(意識) と言う<sup>[17]</sup>。

### アドラー心理学の課題

自己と世界との間に対立がなく、また、目標追求の完全な停止が可能であるとすると、アドラー心理学の理論体系は大幅な修正を迫られる。

自己と世界との間に対立を認めないならば、ライフタスク論は全廃しなければならない。この問題については、本論文の第2部で詳述することになる。

目標追求が停止すれば、劣等感が存在しなくなる。なぜならば、劣等感は理想と現実とのへだたりに起因する感覚であり、理想が消失すれば必然的に消失するからである。目標追求の停止は、すべての劣等感からの、すなわちすべての人間苦からの、根元的な解放を可能にするし、また、劣等感からの本質的な解放は、すべての目標追求の停止によってしかもたらしえない。人間は、理想を持ち目標をもち希望を持っているかぎり、かならず不幸なのである。

シャルマン (Shulman) は、共同体感覚と劣等感とは反比例すると言う<sup>[18]</sup>。目標追求の停止による劣等感の消失は、共同体感覚の完成を意味する。逆に、目標追求があり劣等感があるかぎり、共同体感覚は完成することがない。目標追求があるかぎり、その目標がいかに立派なものであったとしても、人間は所詮はエゴイストである他はないのである。利他主義や博愛精神さえもが、実は変装したエゴイズムである。マイスター・エックハルト (Meister Eckhart) は言う<sup>[19]</sup>。「すべてのものを棄てる人は、それによってその百倍を受け取るであろう。しかしながら、その百倍

をめざす人には何も与えられない。なぜならば、その人は、すべてを棄てるのではなく、その百倍をふたたび得ようと欲しているにすぎないからである」。真の共同体感覚は、すべてを放下したときにはじめて現前する。この点については、本論文の第2部において、さらに検討を加える。

さらに、目標追求の個人的様式としてのライフスタイルは、目標追求の停止によって使用されることがなくなる。目標がないのであるから、そこに至る道筋も使われることがなくなる。どのように変容されようとも、ライフスタイルがあるかぎり、人間には真の自由はなく、真の解放はない。アドラー心理学が伝統的に問題にしてきた『ライフスタイルの変容』ではなく、『ライフスタイルからの解放』が問題にされなければならない。この問題については、本論文の第3部に私見を述べるであろう。

## 文献

- [1] Noda, S. : *Buddhismus und Individualpsychologie*. Zeitschrift für Individualpsychologie, 10(4)、212 – 225, 1985.
- [2] McGee, V.J. et al. : *Similarities between Confucius and Adler*. Individual Psychology, 39(3)、237 – 246, 1983.
- [3] Croak, J. W. and Rusk, R. : *The Theories of Adler and Zen*. Journal of Individual Psychology, 36(2), 219 - 226, 1980.
- [4] Conze, E. : *Buddhism : Its Essence and Development*. Harper & Row, NewYork, 1951.
- [5] Majjhima-Nikāya, 63. (南伝『中部』第63経)
- [6] Ansbacher, H. L. and Ansbacher, R. R. : *The Individual Psychology of Alfred Adler*, p.115, Harper & Row, NewYork, 1956.
- [7] Ansbacher, H. L. : *Individual Psychology*. In Arieti, S. ed. : *American Handbook of psychiatry*, vol. 1, pp. 789 – 808, Basic Books, NewYork, 1974.
- [8] Ansbacher, H. L. and Ansbacher, R. R. : *ibid*, p.116.
- [9] Mahāvagga. (南伝『律』大品)
- [10] Ansbacher, H. L. and Ansbacher, R. R. : *ibid*, p.103.
- [11] Nāgārjuna : *Mūla-mādhyamaka-karika*. (龍樹：『中論』)
- [12] Wittgenstein, L. : *Tractatus Logico-philosophicus* (ヴェイトゲンシュタイン：「論理哲学論考」)
- [13] 老子：『道德経』
- [14] 憎■ (たまへんに燦のつくり)：『信心銘』
- [15] 道元：『正法眼蔵・有時』
- [16] Dhammapada, verse1. (『法句経』1)
- [17] Vasubandhu : *Triṃśikā-vijñaptimātrāsiddhi*. (世親：『唯識三十頌』)
- [18] Shulman, B. H. : *Introductory Individual Psychology*, Unit 1. Alfred Adler Institute of Chicago, Chicago.(19) Meister Eckhart (Quint, J. ed.) : *Deutsch Predigten und Traktate*, Diogenes, Munchen, 1979. (マイスター・エックハルト：「ドイツ語説教集」, 上田閑照編：『人類の知的遺産 (21) : マイスター・エックハルト』(講談社))

## 更新履歴

2012年6月1日 アドレリアン掲載号より転載