九州産業大学国際文化学会講演　２００８年１０月２３日（木）中央会館５階５２番教室

フランクルのロゴセラピーはどんな心理療法なのか？

安井猛

１　フランクルは精神因的神経症を発見した

九州産業大学の、国際文化学部の学生の皆さんと教員の方々にヴィクトール・フランクルのロゴセラピーという心理療法の話をできることを光栄に思います。この出会いを設定してくれた国際文化学部長、中島秀憲先生に感謝申し上げます。フランクルは 1905 年生まれで､1997 年に亡くなりました｡そのあとのロゴセラピーの展開には著しいものがあり、それは人格形成、医療、労働と経済、学校教育、環境、国際関係、政治、宗教、夫婦および家族関係など生活の様々な分野において適用されています。私自身は学校教育に携わっておりますので、特に教育の場で不登校・ひきこもり問題を扱うときにロゴセラピー、すなわち<意味による心理療法>の考え方を応用しています。また私の専門分野が宗教学であり、聖職者として働いた経験がありますので、現在も終末期のがん患者の看取りをしていますが、このためにもロゴセラピーは役に立っています。大学での死生学や生命倫理の授業や研究においてもこのことは当てはまります。その他の私の担当科目においてもフィールド研究が必要ですので、いまから 1 年と数ヶ月前に仙台市にロゴセラピー＆実存分析研究所を開設して、そこでも心理療法を行っています。今日、私は皆さんにこの大学と研究所での活動の一部を取り次ぎたいと思います。そのためにフランクルの、皆さんにお馴染みの『夜と霧』という本を引用したいと思います。皆さんの大学ではカール・ロジャーズの心理療法の研究が盛んであるとお聞きしていますので、このアメリカの心理学者（1987 年没）がこの本をどのような意味で評価したかもお取次ぎしたいと考えています。このようなことでこの講演でかなり『夜と霧』に触れることになります。この本を読んだことのない学生にも理解し易いようなし方でそれに触れますのでご心配は要りません。勿論、それを最初から使うのは唐突ですので、まず私が大学においても研究所においても常々気になっていることを話ししながら、講演の主題に入ることにしましょう。

私たちの大学では新入生のために基盤演習というのがあって、私も 20 人ほどの学生を担当しています。学生が自分の考えを言葉にし、相手に伝え、伝えたと思っていることが実際伝わっているかどうかを確認する練習をします。大学までの教育では知職を詰め込むことに偏っていたため、自己表現あるいはコミュニケーションの実地訓練はほとんどされてこなかった。これはだいたい自己のイメージを作り自己評価の仕方が明晰になるにつれて上達します。ところが、私の気になる学生が２、３人はいます。それは自分の心のずっと奥、奥の奥の部屋にじっとしていてなかなか出てこない、あるいは出てこれないと思われる学生です。彼らは何事にも無関心であり、ほとんど無表情で、私が何を話しても、あたかも壁に向かって話しているようです。内面的にまったく空虚なのかもしれない。言葉少なに「生きることが退屈で無意味」と伝える学生はそれほど心配は要らないように思い

ますが、この子たちは長い間無意味感に悩んでいたようです。研究所にも生涯無意味感に悩まされている母親が来ます。生きることは無意味と決め込んでいたけれども、今は工夫しながら生き始めている方々もいます。過保護で育ったために自分の生活を自分で形成できない子供、肝心ところで放任された子供、自分で物事を決めたことのない子供や若者も来ます。引きこもっていても世の中はどんどん前へ進みますから、世の中のルールを守れないと自分自身の中に落ち込んでいく。それが 10 年も 15 年も続く。不安の中に生きながら、そのように生きることが誇りになっているので、自分の中から出てくることがこの誇りの喪失になる。この喪失不安のために部屋から出られない若者もいる。君の生きる目標は何？と問うこともできません。意味の危機ですが、これも生きる 1 つの形なのですね。なんらかの身心の異常を訴えます。やはり人間の精神は意味を求め、意味を探し、意味を見つけるまで落ち着かない。このことを身心はキャッチし、精神の次元での無意味感に反応するのですね。フランクルはこのような無意味感からくる神経症を認識し、無意味感からの脱出の方法、すなわちロゴセラピーを開発しました。ロゴセラピーは無意味感、フランクルの言葉で言えば「実存的欲求不満」に起因する神経症の治療法です。このようなことから私は大学では 10 年、研究所では 1 年ほど前から『夜と霧』の読書会を提供しています。この本の日本語訳は１６９頁ありますが、私はどの頁に何が書いてあるか分かるほどになりました。

２　『心理学者、強制収容所を体験する』という本

ヴィクトール・フランクルは 1941 年から 1944 年までヒットラーによって作られたアウシュヴィッツをはじめ 4 つの強制収容所を経験しました。ナチスは組織的にユダヤ人撲滅を図り、ドイツ国内と占領された国々のいたるところに強制収容所を作り、6 百万のユダヤ人を殺しました。フランクルは 36 歳のとき妻と両親と一緒に強制収容所へ送られました。それまで彼はウイーンで開業医として働いていました。ヴィクトールは秀才で 19 歳のときジクムンド・フロイトに認められて、最初の論文を精神分析に関する国際誌に発表しています。フランクルはさらに 1938 年、33 歳のときロゴセラピーを基礎づけたことが研究によって証明されています。すなわちフランクルは強制収容所に送られるまえれっきとした精神科医かつ実践家、そしてロゴセラピーの創始者だったということになります。このことは『夜と霧』を理解するために重要です。この『夜と霧』という本のタイトル自体、誤解を与えますが、原題は『心理学者、強制収容所を体験する』です。これが『夜と霧』とされたのは、ユダヤ人を捕縛し強制収容所へ送るときは夜を選べというヒットラーの指図に因んでいます。日本語訳者あるいは出版社がこの題を選んだのですが、われわれはこの本が心理学者による体験報告であることを忘れないようにしたいと思います。フランクルは囚人たちが収容所に収容されたとき、強制労働に服したとき、そして彼らがそこから解放されたあとどのような心理的体験をしたか、どのようにこの体験を克服し、あるいは克服できなかったかを描いたのです。フランクルはナチスの強制収容所の囚人が経験したこ

とは例えば日本が東南アジアに作った捕虜収容所の囚人が経験したことと重なること、この意味で普遍的な現象であることを証明しようとしたのです。これはフランクル自身この本の中および彼の他の本で繰り返すとおりです。フランクルは彼の奥様の話ですとこの体験記を速記の助けを借りて 9 日間で書き上げました。彼は故郷ウイーンへ帰還したあと自殺の危険の下にありましたが、この本を書くことによって危機を克服したということでした。この本を書くことはフランクルにとって彼の魂の救済と同じ出来事だったと推察されます。

3　意味への意志

ロゴセラピーは意味による心理療法ですが、この療法における基本概念は「意味への意志」です。人間は生きる意味を見つけようとします。しかも彼は無条件にそうします。意味への意志は常に存在しています。それは誰かの基本的な欲求が満たされたあとはじめて彼の中に存在し始めるというのではありません。意味への意志はあれば望ましいというものではありません。意味への意志はむしろ人間のすべての行為を動機づけ、すべての行為の中に染み込んでいます。すでに少なからぬ心理療法家たちはこのことに同意し、この意志が人間の中に組み込まれていることを実証済みと見なしています。人間はそれさえ見つかれば他のすべてを放棄する、あるいは生命を犠牲にすることも厭わないような生きる意味を求めます。フランクルは強制収容所の囚人たちはそのような生きる意味を求めたといいます。「わたしたちにとって生きる意味とは、死もまた含む全体としての生きることの意味であって、「生きること」の意味だけに限定されない、苦しむことと死ぬことの意味にも裏づけられた、総体的な生きることの意味だった。この意味を求めて、わたしたちはもがいていた」この「もがいていた」という言葉の中に意味を見つけようとする意志の強さは表現されています。

生きる意味という言葉はフランクルの『夜と霧』の中では実存哲学において限界状況（悲しみ、罪責、死そして闘い）と名づけられる状況とのかかわりで使われます。フランクルによると超えることのできない状況にあっても人間は意味の実現に献身できるといいます。さらにフランクルの心理療法全般においても彼のいう意味への意志はこのような深い意味において理解されています。例えば罪を犯した青年たちがリハビリを受ける施設においても若者が意味への意志に覚醒した場合、それは彼の生活に肯定的に影響することが分かっています。人間意味への意志が曇るなら、それは無意味感、むなしさ、退屈そして絶望として経験されます。人間が無意味を感ずることができることはそれ自身健康なことだとフランクルはいいます。それは意味への意志が欲求不満に陥っている証拠であり、この状態は使い方によると意味の発見のためのバネになります。この意志が活性化され、意味を見つけることに通ずるなら、人は幸福感に満たされ、同時に苦悩する能力も身につけることになります。

さて、フランクルが意味を語る場合、彼はある人間の一生涯の意味や宇宙全体の存在

の意味というものを考えているのではありません。そうではなく生の意味というのはあなたとか、私という具体的で一回限りの人間の、具体的で一回限りの状況における生の意味のことです。この状況は一瞬一瞬変わるのですから、意味もその都度具体的、個性的なかたちで立ち現われます。生きる意味はそれ自身生きています。人間の手中に収めて安心できるというような何ものかではありません。また誰かが一度それを捕らえそこなったからといってもはやそれとは関係がなくなるというような何かではありません。人間は生きる意味をその都度新しく見つけるよう定められている。人間の精神はそれができるようになっているといいます。フランクルはこの能力を「精神の自由」と呼び、それを疲労、感情の消滅と鈍磨、苛立ちと劣等感の支配する強制収容所での囚人の生活とかかわらせながら語りました。

「感情の消滅を克服し、あるいは感情の暴走を抑えていた人や、最後に残された精神の自由、つまり周囲はどうあれ「わたし」を見失わなかった英雄的な人の例はぽつぽつと見受けられた。一見どうにもならない極限状態でも、やはりそういったことはあったのだ。
強制収容所にいたことのある者なら、点呼場や居住棟の間で、通りすがりに思いやりのある言葉をかけ、なけなしのパンを譲っていた人々について、いくらでも語れるのではないだろうか？そんな人は、たとえほんの一握りだったにせよ、人は強制収容所に人間をぶちこんですべてを奪うことができるが、たったひとつ、あたえられた環境でいかにふるまうかという、人間としての最後の自由だけは奪えない、実際にそのような例はあったということを証明するには充分だ。

収容所の日々、いや時々刻々は、内心の決断を迫る状況また状況の連続だった。人間の独自性、つまり精神の自由などいつでも奪えるのだと威嚇し、自由も尊厳も放棄して外的な条件にもてあそばれる単なるモノとなりはて、「典型的な」被収容者へと焼き直されたほうが身のためだと誘惑する環境の力の前に跪いて堕落に甘んじるか、あるいは拒否するか、という決断だ」

と。また、

「つまり人間はひとりひとり、このような状況にあってもなお、収容所に入れられた自分がどのような精神的存在になるかについて、なんらかの決断を下せるのだ。典型的な「被収容者」になるか、あるいは収容所においてもなお人間として踏みとどまり、おのれの尊厳を守る人間になるかは、自分自身が決めることなのだ」

と。

フランクルは厳しい人間だったと思います。彼は厳しい口調で人間の自由を語ります。誰でも意味への意志は持っているというと同時に、意志の自由を行使する厳しさを語ります。ほんとうの人間になるために自由を行使せよ。そうすることによって人間としての尊厳を守れと。私自身は戦争を知りませんし、勿論捕虜生活も知りません。ですから、フランクルの言葉を聞いてただもう恐縮するだけです。勿論、たとえば次のようにいって自分を慰めることもできます。「ナチスドイツが作った強制収容所は歴史的に一度限り、しかも日本から遠いところに起こった現象であって、1945 年の終戦と共に姿を消した。この限り

われわれに関係あることかもしれないけれども、しかしそんなに関係あるわけではない」と。しかし、よく考えてみると、われわれに「そんなに関係あるわけではない」というわけにも行かないことも分かってきます。なぜなら、フランクルのいう尊厳は人間における「人間的なもの」です。それは誰においてにせよ、人間である限りの人間が持つ「人間的なもの」のことです。フランクルのいう人間の尊厳は時間と空間を越えて直接、例えばいま博多にあるこの学校に集まっているわれわれにかかわっているというのです。

フランクルにおける人間は精神的な次元を持つ人格です。人格というのは自由と責任をもつ人間です。選ぶことができ、選んだことに責任を負う人間です。決定に申し開きをしなければならない存在です。実存というのはそのように理解される限りでの人間です。フランクルはこのような人格としての人間に関してその尊厳を語ります。そしてそれは決してある 1 人の人間が他の人間に対してもつ潜在的な利用価値のことではありません。そうではなくてすでに実現されており、それゆえ失われることのできない人格的な価値です。ヒットラー率いるナチスは尊厳が高い利用価値をもった健康で強い人間にだけ与えられると考えた。そして利用価値のないと思われえるもの、老人、病気の男達、女、子供など、そしてまた労働を搾取されることによってもはや利用価値のなくなった者をモノとして破壊しました。フランクルはまさにこのことに異を唱えました。尊厳は基本的にすべての人間に帰属するという考えをナチスに対して示したのです。行動によって誰かをモノにしてしまう者、誰かから精神的人格的存在を剥奪し、誰かの中に単に自分にとっての潜在的な有益性だけを見る人間は尊厳に対して盲目なのだといったのです。『夜と霧』の著者、フランクルの類まれな偉大さは人間が人間であり続け尊厳を守ることの重要さを訴えたことのなかにあります。

このような訴えは直接私たちに響いてくるのではないでしょうか。「収容所においてもなお人間として踏みとどまり、おのれの尊厳を守る人間になるかどうかは自分自身が決めることなのだ」と。今日この言葉を聞いて、人間の人間性とはなにだろう？精神の自由とは何だろう？と改めて問わなくてはならない。この言葉によってフランクルはイマヌエル・カント（1724～1804）以後の本当の近代精神を代表します。カントも人間の尊厳を、人間である限りの人間に、それゆえその特別な属性あるいは業績に関わらず帰属する無制約的ななにものかと見なしました。尊厳はカントにとっても「すべての価格を超えており、それゆえいかなる等価も持たないなにものか」でした。このように見ますと、フランクルの強制収容所の体験は人間の尊厳を組織的破壊しようとする権力にたいする犠牲者の側からの必死な抵抗のドラマだった。それは歴史的一回的な出来事でありながら、すべての人間にとって尊厳を回復させる普遍的な出来事でした。

4　意味を充たす価値の実現

それではどうすればわれわれは人生の意味を充実させることができるのでしょうか？フランクルによるとわれわれはそれを 3 つの道を通って充実させることができます。第１

に創造的価値を実現することによって、第 2 に体験価値を実現することによって、第３に態度価値を実現することによってであります。意味の充実を制約する価値の実現についてのこのような教説はフランクルのロゴセラピーの体系において不可欠な地位を占めます。

４．１　何かをする、あるいは作ること

創造的価値を実現するというと、なにか難しいことのように思われますが、それは何かをする、あるいはなにかを作ることを意味します。学生は大学や大学院で勉学を続け、卒業したあと仕事につきます。教員であればすでに仕事を持ちますが、それがわれわれにとって意味を実現する場所になります。フランクルは仕事が職種を問わず、世の中に何かを生み出す場所になるとします。そこでそれぞれの人間の人格的なもの、それぞれの人間に特殊なものを実現できればよいと考えます。人は仕事あるいは業績をとおして他の人間との関係を生み出しますが、それは意味を充実させるキッカケになります。フランクルは労働に纏わる問題も指摘します。労働をただ金あるいは生活手段の獲得としてのみ見る場合、あるいは労働を人生そのものと見なし、それを絶対化すなら、労働への態度は歪むといいます。労働が退職という形で、また失業という形で、さらにまた労働が日曜日や祭日という形で失われる場合、歪みは病理的兆候を示すことになります。

フランクルは失業者の心理衛生に心を配りました。人間の生命の意味は職業的労働の中にだけあるのではない。失業者は無意味に生きるよう強いられるのではない。彼らは失業ノイローゼあるいは無感動あるいは絶望に陥らなければならないことはないといいました。フランクルは余暇活動が労働と同じ満足を与えることができると考え、余暇の過ごし方の指導もしました。ただ失業者は一定の興味を持たなければならない。彼らはそれをすでにできるだけ早期に発達させていたのでなければならない。人生の後の時期に失業者になったとき、彼は以前から自分の中で萌芽的に養っていた興味を取り上げ、それを深めることができます。そうすると失業者は内的にしっかりし続け、失業にもかかわらず彼の人生に意味を与えることができる。そのような人間はしばしばいいます、「われわれが欲するのは金ではなく、生命の内容、生における 1 つの意味である」と。私はこの指摘もフランクルの業績だと思います。ちなみに、私にロゴセラピーの指導をしてくれた先生はヴォルフラム・クルツという先生でギーセンという町の大学で教えていました。彼は学生に将来就職をしたあと失業するような場合どのようにしてそれを乗り越えるかを学生が卒業する前に教えていました。

人間が何かをする、何かを作るという場合、どのような職業が重要になるかはあまり問う必要はないと思います。芸術作品を作るとか、科学と技術の分野でパイオニア的行為をすることはあってもよい。しかし、誰かが子供を育てる、誰かが力いっぱいそして良心的に職業を行使する、また家族を養う、家を買う、病人の世話をする。そして人生の様々な局面を工夫しながら克服するなら、すべてこれらのことを最高のわざとして見なすことはできるでしょう。われわれが携わる仕事はまさに人生をどう克服するかという工夫にか

かわるからです。人生そのものがこの意味で仕事になります。「一生涯、自分の職業の中で課題を果たした人間は、生涯を回顧しながら正当にも「生涯の作品」について語らないだろうか？…　具体的な職業が充実感を惹き起こさない場合、その責任は人間にあるのであって、職業にあるのではない。人が働く仕方にあるのだ。われわれの実存の独自性をなし、仕事において発揮され、あるいは発揮されない人格的なもの、そしてその人間に特殊なものが問題なのだ。重要なことは君の活動の範囲がどのくらい大きかったかではなく、君がどのようにこの範囲を満たしたかである」と。どのようなことをするにしてもそれは善によって動機づけられていなければならない。それは人生を肯定し、人生は生きるに値することを指し示すのでなければならない。

4．2　何かを体験すること

体験価値とはなにか美しいもの、なにか真実なもの、そして愛を体験することである。世界から価値あるものを自分の中に受け取り、自分を意味で豊かにする。そのように生きることを価値あるものとすることです。この体験価値はフランクルによると強制収容所においても、極端に制限された形ではあったけれども確かに可能だった。詩の朗読や音楽コンサートがあった。囚人は自然の美しさにうたれることもあった。フランクルは『夜と霧』の中で、仲間の囚人と共に体験した夕日に照り映えている山並みを描写している。

「被収容者の内面が深まると、たまに芸術や自然に接することが強烈な経験となった。この経験は、世界や心底恐怖すべき状況を忘れさせてありあまるほど圧倒的だった。とうてい信じられない光景だろうが、わたしたちは、アウシュヴィッツからバイエルン地方にある収容所に向かう護送車の鉄格子の隙間から、頂きが今まさに夕焼けの茜色に照り映えているザルツブルクの山並みを見上げて、顔を輝かせ、うっとりとしていた。わたしたちは、現実には生に終止符を打たれ人間だったのに　―　あるいはだからこそ　―　何年もの間目にできなかった美しい自然に魅了されたのだ。」

収容所での過酷な労働はこのような自然の体験を不可能にするどころか、却って世界の美しさに彼らの感覚器官を開いた。またフランクルは数日のうちに死ぬことを悟っていた若い女性との対話も記している。彼女は最期の数日、内面性を深めていたが、彼女はフランクルにいった、

「『あの木が、ひとりぼっちのわたしの、たったひとりのお友だちなんです』と。彼女はそういって、病棟の窓を指さした。外ではマロニエの木が、いままさに花の盛りを迎えていた。板敷きの病床の高さにかがむと、病棟の小さな窓からは、花房をふたつつけた緑の枝が見えた。『あの木とよくおしゃべりをするんです』わたしは当惑した。彼女の言葉をどう解釈したらいいのか、分からなかった。譫妄状態で、ときどき幻覚に陥るのだろうか。それでわたしは、木もなにかいうんですか、とたずねた。そうだという。ではなんと？それにたいして、彼女はこう答えたのだ。『木はこういうんです。わたしはここにおるよ、わたしは、ここに、いるよ、わたしは命、永遠の命だって…』」

ただなにかがそこに存在するということだけで、それはすでに何かを表現する。真実で無限なものがそのものを通して自らを表現してくる。そして人間は自分の外に出て自分をこの存在するものへと開くのです。まさにこれが出会いというものだと思いますが、このような出会いを女囚人の１人は経験したというのです。フランクル自身、これと同質の体験を彼の妻とのかかわりで体験しています。

「さて、あなたはまたしても何時間も凍てついた大地を掘っていた。ほら、またしても監視兵がそばを通り過ぎ、ひと言ふた言、あなたを蔑むような事を言った。あなたはまたしても、愛する妻と語らいはじめる。妻はここにいる、という感覚はいよいよ強まり、あなたは妻をすぐそばに感じる。手を伸ばせば手を握れるような気すらする。感情の大津波があなたを襲う。妻は、ここに、いる。」

そのとき妻はすでに殺されて、この世にいなかった。彼女はフランクルとともにアウシュヴィッツに来た日に殺された。そしてフランクルは「妻は、ここに、いる」という体験をしたとき、妻がすでにこの世にいなかったことを知る由もなかった。彼はこの体験を『夜と霧』の中に記録したとき、コメントしていいます、「愛においては愛されるものの目に見える現存は二義的なものであって、決定的なことは愛される者の本質が問題なのだった」と。誰かが誰かに出会い、相手をその唯一性と一回性において愛すること、他の誰でもなく、まさしくこの人を愛し、その存在とその価値を肯定すること、2 人でいて、たがいに交わること。これを魂の深い部分で体験し、自分を生命の意味で満たすこと、これはフランクルが体験価値と名づけるものです。

創造価値を実現するための前提は知性と才能、体験価値を実現するためには目や耳といった器官が必要です。知性と感覚器官の両方とも持つなら、それらを大いに使うべきです。フランクルによると、多くの人間は体験という価値をまったくあるいは部分的にしか実現していない、なぜなら彼らの感情生活が歪んでいるからだといいます。また体験といっても勿論その程度は異なります。フランクルの研究家たちはフランクルが十分広い範囲において体験価値の種類を挙げなかったので、それを補っています。例えばワルター・ベックマンというロゴセラピストは労働世界における体験価値を考慮しながら、社会的関係に結びついた価値を挙げています。出会い、連帯、献身、好意を持つこと、積極的傾聴、覚悟、援助の用意、共感などです。ベックマンはとくに社会的関係とはいえない関係に結びついた価値にも言及しながら、例えば克己、自然への愛、動物への愛、宗教性、芸術（音楽、絵画、文学など）の享受、頂点体験（マスロウ）などを挙げています。アルフリート・レングレというフランクルの愛弟子は彼の師が体験価値を常に創造価値の影の中に置くことを批判しています。

4．3　宿命に対して態度をとる

変えようと思っても変えられない運命があります。避けようと思っても避けられない定めがあります。不治の病、政治的抑圧、苦痛と罪責と死があります。すべてこれらのこ

とを引き受け、苦悩する。フランクルは宿命に直面するとき苦悩するという態度をとることによって宿命を克服し、宿命そのものから生きる意味を引きだすことができると考えました。事実上、ただ単に自分のためにではなく、すべての人間を代表して苦悩する。そのことによって苦悩することの模範となりさえすることができる、と。フランクルは自分自身の経験からこのような考え方を採用することによって、苦悩する者は宿命を克服できることを確信していた。『夜と霧』はこのことの証拠だったといえます。彼はドストエフスキーの言葉を引いています。「わたしが恐れるのはただひとつ、わたしがわたしの苦悩に値しない人間になることだ」と。この内なる人間の自由を強制収容所で経験した者はこの言葉を噛み締めるだろう、そして、しかり、「わたしはわたしの「苦悩に値する」人間だ」というだろうとフランクルはいいます。「まっとうに苦しむことは、それだけでもう精神的になにごとかを成し遂げることだ」「およそ生きることそのものに意味があるとすれば、苦しむことにも意味があるはずだ。苦しむこともまた生きることの一部なら、運命も死ぬことも生きることの一部なのだろう。苦悩と、そして死があってこそ、人間という存在ははじめて完全なものになるのだ」

フランクルは苦悩にも意味があるという考えをいったいどこから自分のものにしたのだろうか？彼の属するユダヤ教の伝統から？それともキリスト教における十字架上のイエスの苦難から？いすれにしても態度の変容を幾重にも重ねることによって宿命に従うこと、そのことによって生の意味をまっとうすることが可能になると信じていました。フランクルは彼の価値カテゴリーにこの態度価値も含めたことによって人間の生活は元来決して無意味にはなりえないことを示しました。

さきに避けられない宿命として不治の病、政治的抑圧、苦痛と罪責と死をあげましたが、フランクルのロゴセラピーは興味深いことにすべてこれらのこと、いわゆる人間の限界状況を対象とします。フランクルは宿命に直面して自分の態度を変容させることによって宿命を克服することを態度価値と名づけました。フランクルは態度価値を、創造価値、そして体験価値に比べて最高の価値としました。創造する人間は成功―失敗の両極の間を動きます。創造する人間は成功に恵まれても絶望していることもあり得ます。それに対して苦悩する人間のカテゴリーは充実と絶望です。彼は極端な失敗とそれに伴う限界状況においても自分を意味で満たすことができます。運命を作ることは良いことで、まずはそれをしなければなりませんが、それが不可能になった場合は、運命を正しい態度で担う。この順序は守らなければなりません。それに対して不必要な、避けようと思えば避けられる苦悩を引き受けることは決して業績ではありません。フランクルは本当の意味で苦悩し、それにもかかわらず自分を意味で満たすことができるといい続けました。

私はここまでできるだけフランクルに忠実に創造価値、体験価値そして態度価値を説明しました。人間は彼によると任意にこれらの 3 つの価値から 1 つを選び、それを固定し保持するのではないといっています。唯一の価値を絶対化したばあい、それを失ったときいかなる価値も残らないことになります。そのばあい絶望の道しか残されません。むしろ

自分のその都度具体的な状況の中で正直な仕方でその都度 1 つの価値を選んでいきます。どの価値も相対的で制約されています。ロゴセラピストは価値の葛藤が起こって実現されるべき価値が分からなくなったクライエントの状況を分析し、彼に価値の可能性についての情報を与えます。ロゴセラピストによって示される価値の可能性をクライエントが選ぶかどうかは勿論彼自身の仕事であって、それは彼の自由と責任にもとづくことです。クライエントは自分の責任において実現すべき価値を選びますが、これは基本的に無意識的、直感的に起こります。価値を選ぶことは「意味の器官」としての良心の行為ですが、良心は無意識的直感的に意味へ向かいます。良心は同時に倫理的であり、審美的であり、宗教的です。そして良心は自由です。それは自由自在に価値を選びます。それをフランクルは価値の融通自在（Flexibilität）と呼びます。

5　ロジャーズはフランクルに興味を持った

最後にフランクルとロジャーズの関係を考えてみましょう。ロジャーズは 1986 年、死の 3 カ月前、弟子であるデイビッド・E・ラッセルとのインタビューの中で自分のヒューマニステイック心理学がどのように世界の将来のために応用され得るかを話しています。（1）子供はロジャーズの心理学のお陰で自信と誇りを取り戻し、自分について肯定的なイメージと自己概念を獲得するだろう、（2）高度の技術社会の中に生きる人間は一人一人の人間の持つ価値、尊厳、比類のなさを認識するだろうといいます。ロジャーズはまた（3）政治的抑圧とそれに対する人間の精神的ストレスとの関係という問題に言及しながら、フランクルを積極的に評価しています、

「ヴィクトール・フランクルはすべてを奪われるという極限状態について述べていますが、自分達の行為に対する自分達の態度が、奪い去られることはなかったと記しています。彼は自分が何をしているかを認知し、そのすさまじい状況にあっても正気を失うことはありませんでした。抑圧的政治形態が自由を許さないのは、葛藤を高めます。はげしい憤り、怒り、苦渋などを生み出します。それが必ずしも内的心理的障害や不適応を惹き起こさない。これについては、もっと考えねばなりません」と。

これは畠瀬直子氏の日本語訳『カール・ロジャーズ　静かなる革命』からの引用で、皆さんお気づきの通り、ロジャーズはここでフランクルの態度価値へ言及しています。態度価値を実現することにより限界状況を乗り切り、しかも自分を生命の意味で満たすことができるという考えへの言及です。ロジャーズは彼の死の直前、彼の心理学の「未来への応用」の可能性を問いつつ自分の心理学が政治的抑圧に抗することに貢献し得るというとき、自然にフランクルのことを考えたというのです。彼はまさにフランクルの態度価値の実現による意味の充実という考えを引用しました。私はフランクルの創出したロゴセラピーを行う者として喜んでこのことを皆さんに取り次ぎたいと思います。ロジャーズはフランクルの態度価値を念頭に置きながら、「これについては、もっと考えねばなりません」といった。出会いが起こった。インタビューの相手をしたデイビッド・ラッセルもこのこと

に気づいてこの箇所について長い注釈を付しています。

第２に、ロジャーズがフランクルとの近さを示唆する箇所はこればかりではありません。「癒しの実現」と題されたインタビューの中で、ロジャーズは彼のパーソンセンタード・アプローチという心理療法において決定的な役割を果たす傾聴について語ります。彼はそこで、厳密に傾聴を進めるとクライエントにとっての意味の問題に逢着するというのです。われわれはこれがロゴセラピーにおいても当てはまることを見ましたが、ロジャーズもいいます、

「…注意深く耳を傾けると、得られるものが大きいということでした、それから徐々に、気持と個人特有の意味を理解しようと、耳を傾けていることに気づきました。人間は二番目の点を飛ばしてしまいがちす　―　気持に耳を傾けているだけでなく、その人が体験している個人としての意味を理解しようとしている点です」と。傾聴するとはロジャーズにとって結局、クライエントの体験する「意味」を理解することであって、これを「飛ばしてはいけない」と。

ロジャーズは第３に、共感にも言及します。療法家はクライエントの内的世界に入りこみ、彼のありのままの姿を感じ取ります。彼が自分の内的体験を探求するとき彼に同伴します。そうする過程の中で、療法家は「彼自身の直感的な理解を信頼する」ようになり始めます。そして「クライエントが言ったこととは関係のないことを言いたくなることがあります。しかも彼にはそれを発言することが大切に思われるのです。」

これは注目すべきことです。共感といえば相手の考えていること、感じていることをそのまま受け取り、療法家の言葉で再現することと考えられますが、ロジャーズはここで「クライエントの言ったこととは関係のないことを」あえて「発言することが大切」だというのです。まさに敢えて差異を明らかにするのだと。ここにおいてもフランクルのロジャーズとの近さを確認できます。フランクルには「人生の意味のコペルニクス的転回」という考えがあります。人間が彼の人生の意味を問うのではなくて、人生そのものが人間の存在の意味を問うてくるといいます。クライエントの実存の意味も、療法家の実存の意味も等しく人生そのものによって問われる。これは両者に共通な現実なのですが、これを踏まえながら療法を行う中で、クライエントに関して彼自身が気づかないことが療法家には見えてきます。療法家はクライエントの状況に即しながら、その中に含まれる意味の可能性を解明します。彼はどのような意味の可能性が実現されるべきものとしてくクライエントを待っているかを、時にはまさにクライエントに反していわなければならない。療法家はそれをクライエントに情報として伝えます。クライエントは療法家によって言語化されたことをクライエントの意味の可能性として体験できるようになります。これがフランクルの「実存分析」の目指すところです。引用された本の中でロジャーズはまさにフランクルの考えたことをロジャーズ自身の言葉でいっているのです。療法家はロジャーズによると「浮かび上がってくる自分が言いたいことを、見つけようとするわけです。奇妙に聞こえるかもしれません。相手の表現を超えているかもしれません。しかし、私がそれを言葉

にすると、まさに相手の琴線に触れて、クライエントがかすかに感じているけれども体験されるまでになっていなかった様々な領域が、開かれてくるのを発見しました」このようにロジャーズが「相手の表現を超え」、相手がいまだ意識していないことを相手に先回りをして「言葉にする」必要を指摘します。ロジャーズの療法は「非指示的」だといわれるにもかかわらず、彼はこのようなことを考えていました。普通に、ロジャーズのパーソンセンタード・アプローチは「非指示的」で、フランクルのロゴセラピーは「指示的」といわれますが、これは私見によりますと単なる俗説であることが分かります。両者ともにクライエントの成就すべき変化を先取りして、彼の価値実現の可能性へ通ずる回路を整えます。重要なことはただ、どこまでもクライエントの選択の自由と責任を彼自身に委ねるということです。

第 4 に、ロジャーズはこのようにクライエントが意味の予感から意味実現へ移行することを可能にする療法家の能力を「直感的能力」と呼びました。ロジャーズはこの「直感の働きというものを本当には理解していない」としつつも、それは療法家の内面的核とクライエントの内面的核が触れ合うことを可能にするといいます。ここでわれわれは否応なしにフランクルの「意味の器官」としての良心を想起させられます。良心は療法家においてもクライエントにおいても直感的に意味を探求し、それを見つけます。そして両者の出会いを可能にします。

良心は精神の働きの１つであるが、ロジャーズとフランクルの第 5 の共通点はこの精神という概念の理解にかかわります。ロジャーズはいいます、「精神は頭脳より広大で、…精神作用は意識的理解を超えているので、自分でも分からない相手の中で動くものに応答することができるのです」と。フランクルもまた精神は心身、および自他を超えている、脳をも超えていて、精神は病気にもならず、死にもしないといいます。病にかかり死ぬのは精神の表現器官、たとえば脳です。フランクルはこの考え方を彼の「精神医学的信仰告白」と名づけました。ロジャーズもここで同じことをいっています。ロジャーズにとってもフランクルとっても人間の尊厳は脳よりも「広大な」精神の中にあります。

第６の、そしてここで指摘したい最後の共通点はこの 2 人の療法はいずれも知的理解と情緒の両方に応答します。情緒に応答するとはロジャーズによると、その情緒が含まれている「意味合い」に応答することです。なぜならそれこそが真にクライエントの内的世界を成り立たせているからです。ロジャーズは「人はただ怒ってはいません。何かに対して怒っていて、重要なのは怒りの意味する全体なのです」といいます。ロジャーズがフランクルを評価したのは、フランクルが「抑圧的政治形態の生む激しい憤り、怒り、苦渋」には絶対的な限界が置かれていて、結局無力であることをフランクルが知っていたからでした。フランクルはロジャーズがここで挙げている「憤り、怒り、苦渋」のほかに、私たちがすでに見たように「疲労、感情の消滅と鈍磨、苛立ちと劣等感」も挙げています。フランクルはすべてこれらの情緒の意味する全体そのものを見た、そのことによって、情緒のプレッシャーのもとで崩れることを免れたのでした。それゆえロジャーズはフランクル

の『夜と霧』をロジャーズ自身のためにも評価しました。そして、「これについてはもっと考えなければならない」といったのです。

フランクルとロジャーズはこのように意味の理解において結ばれています。両者の心理療法について、そして彼らの弟子達による継承と展開という問題についてお話したい２、３のことがありますが、またフランクル自身がロジャーズについてどのようなことをいったのかについても面白いことがありますが、きょうの皆さんへの講演はここで閉じたいと思います。ご静聴ありがとうございました。

（おわり）

日本ロゴセラピー＆実存分析研究所・仙台
HP　http://www..logotherapie-japan.net
e-meil　info@logotherapie-japan.net