

[テキスト: ラッセル『怠惰への讃歌』(平凡社文庫, 2009年8月刊)]

### 第13章 ストイシズム(克己心)と健全な精神

Stoicism and mental health, written in 1928 and first published in 1935.

このエッセイでは、自制心はどのような時に必要か、また、若い人に自制心を持たせる方法及びその際にさけるべき危険について考える。(現代においても、克己的自制心はある程度必要である。)(『ラッセル幸福論』にも、同様の趣旨のこと述べている。)

#### 1. 克己心を必要とする最も困難で根本的な問題(「死」(の恐怖)の問題)

##### 1) 死(の恐怖)への3つの対応法(及びその欠点)

① 死を無視するー死について考えないようにする。別のことに関心を移す

(例: H.G. ウェルズ『タイムマシーン』に出てくる気まぐれ者のやり方)

たとえば、幼い時期に、死について、身にこたえるような知り方をさせないようにすること。

→ 親兄弟が死んだ時には、子供が死を感情的に意識することをとめる方法はない。(感情的に関心のある問題を考えないようにする方法はうまくいかない。)従って、「死」をただ無視するのではなく、「死」に対する態度をいくらか決めておく必要がある。

② 死に慣れ親しむ(①と正反対の対応で、常に「死」について考える。そうして、人間の一生は短いと自らに納得させる。)

(例: チャールズ五世が退位後、隠遁生活の時にとった態度)

→ いつも「死」についてくよくよ考えることは、「死」を無視することと同様弊害がある。

「死」をある程度先延ばしにすることはできても、「死」を免れることは出来ない。

また、自分の「死」についてくよくよ考えていると、自分以外の人々や出来事についての関心が減るきらいがある。健全な精神を維持する力があるのは、我を忘れた客観的な興味(関心)だけである。

③ 「死」は「新しいより良い生涯への入口」だと自分に思い込ませる。(宗教家の態度)

→ 宗教的信仰は意識的な思考の面だけであって、無意識的な心の働きを変えることに成功しない。…。「死」の恐怖を克服するためには、意識的な思考だけでなく、無意識的な部分も含め、行動全体を動かす方法によらなければならない。

#### 2) 年長者が若い人たちに対してしなければならないこと

① 「死」を不当にアンタッチャブルなもの(神秘的なもの)として扱ってはならない。(性教育によく使われる態度)

② 若い人が「死」について熱中して考えないようにさせる。

③ 意識的な思考だけで、「死」の問題について満足すべき態度を誰もが持つようになることを望んではならない。

### 3) ケース別対応方法

子供や若い人たちの経験に応じて、いくらか違った方法をとる必要がある。

#### ① 親密な人(親兄弟や友達など)が死んでいない場合

→ 何か恐ろしいことではなく、普通の事実をしゃべる調子で言うべきである。

(幼児が年端の行かない時は、「死」はずっと先のことと思われるほうがよい。)

#### ② 親密な人(親兄弟や友達など)が死んだ場合

人間技でない努力によって、年長者たちが自分たちの悲しみを幼児にみられないように隠すと、「僕が死んでもあの人たちはなんとも思わないだろう」と考える可能性がある。

→ 死の問題をさけてもいけないし、くどくどと議論してもいけない。できるだけのことをした後、新しい興味や親しい愛情を作り出すようにしなければならない。

また、自分が死んだり、自分の妻や子供が死んだりしても、この世で自分の関心を引きいたものがすべてなくなるものではないという気持ちでいるべきである。

## 2. 不幸への2つの対処法

### 1) 不幸を避ける

2) 不屈の精神で立ち向かう → 克己心が養われる。

□ 教育者にとって大きな障害になる点は、若い人たちに克己心を植え付けることが、「サディズムのはけ口」となることである。(例: 戸塚ヨットスクール)

・ 厳格な両親の持つ加虐的な快感

・ 長い間、女性は出産の際、麻酔薬のお世話になるべきではなかったと考えられていた。

□ 子供にあまり同情しすぎるのもよくない。

・ いつも同情されている幼児は、どんな些細な災いにあっても泣き続ける。

## 3. 結論

・ 人生のいたましい不慮の出来事について、子供だからといって、それらを知らないようにしむけたり、無理に知るよう押し付けたりすべきではない。

・ 若い人には、自分たちの外にある目的に向かって生きていくという考えを与えるようすべきである。

・ 不幸がおそってきた時には、まだ別に生甲斐を感じさせるものがあることを思い出して、それに耐えていくように教え込まなければならない。

・ だが、これから起こるかもしれない不幸について、くよくよ考えてはならない。

・ 鍛錬は、その人の内からしたいという衝動から起こる場合が一番よい。…。そういう具合になれるには、子供や青年が、何か困難なことをなすとげる大望を抱き、そういう目的に向かって進んで努力することが必要である。