自己実現の目指すもの

大 森 正 樹 （南山短期大学教授）

景気が低迷しているとはいえ、何十年も前の時代に比べると、現在はやはり目の前の経済的な事柄よりも、本来的な自己のあり方に目を向ける傾向が強くなってきている時代であることは事実であろう。戦後の何もなかった時代には、それこそ日々の糧をうることが至上命令であったが、その最低の状態から脱皮して、勇躍アジアの経済大国となり、その成果に酔いしれているうちに、その経済発展の底の浅さ、農業政策の貧困さが露呈された。するとこれまでしゃにむに走ってきた自分とは一体何であったのか、また何をこれまでやってきたのかに、人は男女を問わず、疑問をもって当然であろう。とはいいながら、日常の職務からその視点を容易に離すことのできない男性に比べ、きわめて日常的な生活を送りながら、自分と向き合う時間が多く、徒に他者（たとえば会社）に気を使うことの少ない主婦や、高等教育を受けた女性の方に、自己を顧みる傾向の強いこともまた事実であろう。

こうした状況で今日自分を十全に生かそうと考えるときのキー・ワードとして、「自己実現」という言葉は浮かび上がってくるように思える。ただその際、何でもかんでも自分がこれでいいと思えば、それが自己実現になっているといったような、割合安易なとらえ方がなされているのではないだろうか。そこで「自己実現」（self actualization,self realization ）とは一体何を意味し、何を目指しているのかを、ここでは取り上げてみたい。

まずこの言葉が頻繁に用いられると思われる心理学的分野ではどうなのであろうか。平凡社の『心理学事典[1]』によれば、ほぼ次のように言われている。つまり、心理学では「人格を内的成長・統合傾向をもった全体的体制としてとらえ、その固有の成長・発展の意味に用いられる」のだが、要するに「生命体」は個々ばらばらなものではなく、「有機体」として全体的に成長・発展すると考えるのであって、ゴールドシュタインやマスローなどの考え方がそれだと言

う。たとえば、マスローの言うところでは、「一般人の日常生活における必要性にしばられた認識や動機（欠損認知、欠損動機）を超えた成長・存在にかかわる認知・動機」が強調され、「さらにこのような成長・発展が社会・文化的制約をも超え、人間的価値の創造、自己超越、さらには他者、人格、宇宙的存在への開かれに向かう面」も強調される。

また新フロイト派のホーナイは、「人間に内在的な『真の自己』を個人に独自の成長の源泉としてとらえ、その『真の自己』の成長過程を自己実現」と呼んだと言う。さらにロジャースは「カウンセリングの過程においてカウンセラーの肯定的関心と受容のもとに、クライエントが自らのユニークな自己を回復していく内的な力」に着目し、「脅威のない状況では、クライエントはありのままの経験を自己にとり入れ、自己は十全に機能して独自の成長をしていくことが確認される。」と考える。だから、「一般に、カウンセリングや教育において個人個人のありのままの姿を尊重し、クライエントの自己成長に期待することは自己実現」という考え方に基礎を置いていることになる。

つまり心理学的分野では、人間をまず何よりも全体的な有機体としてとらえ、何らかの仕方で隠された、あるいは隠蔽された『真の自己』を取り戻すことが、自己実現とされているようである。この『真の自己』に気づき、それを成長・発展させていく場がカウンセリング現場ないし教育現場である。ただし、当然のこととして、『真の自己』なるものが存在すると想定されているが、それは正しいかということは問い直す必要があるかもしれない。

また先の事典によれば、ユングは「集合無意識をも含めた全体的統合としての『個性化』が自己実現だとしている[2]」と書かれているが、このことについて、村本詔司氏は実はユングはエゴイズムということを、ユングなりの考えで擁護することを目的としていたが、「正面きって、エゴイズムを擁護することはかなりの勇気が要る。むしろ今日の心理学者は、エゴイズムという語の代わりに、人間性心理学の基礎用語である自己実現という、より穏便な表現を好むようである。そこで意味されていることはほぼ同じと見てよいだろう。だが、その響きの良さのために、ユングが本来問題にしたかった社会の伝統的なモラルとの角逐の苦悩が隠蔽される危険がある[3]」と述べている。この指摘は重要なことと思われる。自己実現という響きのよい言葉の陰に覆われて、人の目をくらませてしまった側面が実はあるからである。

このことは哲学・思想の分野からの発言にもあることである。たとえば、竹田青嗣氏は自己実現とは「欲望」であるというような意味のことを語っている[4]。つまり村本氏の指摘するユングのエゴイズムというのが、ここでは欲望にあたるわけである。いつも倫理的側面からものを考える人には、欲望と言うと、主として悪の側面を意味しがちであるが、ここでは、生きていくものすべてが有している一種の自己保存の原動力と思ってよいであろう。竹田氏流に考えれば[5]、人が社会のルールに則って、一種のゲームの中で自己の欲望を満たして

いこうとするとき、それが自己実現となっていくと考えられる。

いずれにしても、自己実現という表現は人間のなすこと、欲することを肯定的にとらえているという面が見えるわけであるが、何をなし、何を欲するとしても、その根本は偏見なしに捉えれば、人間の欲望であるということになろう。自己を可能なかぎり、その能力において、開発・発展させようという、本来的な自己の発見に努めたいという「欲望」がその源である。人間の生の現実としてこの点は押さえておく必要があろう。但し、このときユングが正面切って擁護するのが困難と感じたように、無差別にこの欲望の発現を支持できないのが、人間社会のルールでもある。従って、この欲望の発現には何らかの選択があらかじめ働いており、社会に許容されるかぎりにおいて、あるいは人格的にも何らか「明」の側面にかぎって、欲望は現実化の方向に向かうのである。

しかしまた、自己実現は「死」との関連からも考察される[6]。「哲学とは死ぬことを学ぶこと」とはよく知られたプラトンの言葉ではある[7]。ところでこの死の学習には何らかの知識を要する。だがいくら死についての科学的知識を集めても、人間は死に対しての認識が深まるわけではない。そういう知識は何か己れとは遠いところのものとして朧にかすんでしまうからである。人は結局自分の死を死ななければならない。しかし自分の死は死ぬときにしかわからず、あるいは実際には死の瞬間には何もわからないのかもしれない。だから、死については、外面的に、他者の死を通じて類推することしかできないであろう。ならば自分の死は永久にわからないのであろうか。自己の死の何時、如何に、については、おそらくわからないであろう。わかりかけた時は既におそいかもしれない。しかし、いかなる死であれ、死に向けてある自己の有り様は認識できないであろうか。ここに「汝自身を知れ」というデルフォイ神殿にある銘が意味をもつ。自己認識が極まるとき、それは己れの生を十全に生きることになり、ひいては死への準備ともなるからである。

だが自己を知ることは可能であろうか。それは自己の何を知ることであろうか。もとより、自己の身体の状況や、性格だけではない。それは「その全体において、真の自己を実現しようとする営みを離れてはありえない[8]」。この「真の自己の実現」は「今、我々が『自己』と見なしているものをたえず乗り越えること（自己超越）によるのみ」であって、「真の自己認識は、はじめから何かでき上がったものとしての自己を前提した上で、それを細かく観察し、分析するというやり方によってではなく、反対に自己を超越し、変革してゆくことを通して成就される[9]」。死に関していえば、「死の意味が我々にあらわになるためには、我々自身が変容をとげなければならない」し、「死は、我々の自己実現・自己超越の営みの中で理解しなければならない[10]」のである。つまり死はこのように内在的にアプローチするときにのみ、その姿をわれわれの前に現すと言えるだろう。またそのかぎりにおいてのみ、われわれは自分の死を認識し、それへの準備が可能となるであろう。

というのは、この今ある自己をたえず乗り越えていくということは、飽くことのない自己否定を意味しているからである。現在の自己に執着せず、常に現在の自己からの脱却を求めること、そしてそれを実践することは、いわば小さな死を体験することであり、このような小さな死の体験の積み重ねが、最も重大な大きな死の受容の準備ともなるからである。

そして、ややもすれば陥りがちな自己中心的な「自己を、たえず否定し、超越していく」ことは、この自己の存立の基盤をじつは自己のうちに求めるのではなく、自己を超越した方向に求める人間の根本的傾向性に基づいている。自己のうちにその基盤を求めているあいだは、けっして自己から超出していこうなどという気持ちにはなりえないからである。

このことは宗教・キリスト教でいう、「つねに古い自己が死ぬこと」である。いつまでも古い皮袋を使っていては、その本来の目的にもそぐわなくなる[11]。古い自己から脱皮して、可能なかぎり、人間というさまざまな制約を負った状況から、それらを振り解いて、自己の究極のあり方へと向かうこと、またその状況に達すること、これをキリスト教東方の教父たちは「神化」と呼んだのであろう。これは人間が神になることでもなければ、神のようになることでもなく[12]、神が人間にこうあってほしいと望んだ状態へと、人間が期待しつつ伸長していくこと（エペクタシス＝鶴首待望）なのである。

以上のように考えてくるなら、自己実現とは、自己の能力を最大限に引き出し、活用することであって、そのかぎり人間の生存に深くかかわる起爆剤としての欲望に根ざしているものではあるが、それは己れの存在開始とともにそなわっていて、しかしけっしてあらわではない「真の自己」をどこまでも求めていこうとする自己超越の営みなのである。しかし、人間は『創世記』にもあるように、けっしてただ一人でこの地上に存在しているのではなく、必ず「伴侶」という形で象徴される「他者」とともに存在している[13]。となると一人の人間の自己実現はその人間のみによって、またその一人の人間の「真の自己」が現成するというようなものではなく、他者とともに、すなわち他者の「真の自己」もともに現成しなければ、まったく意味をなさないであろう。ここに相互の援助的関係が要請されてくる根拠がある。おそらくこの他者とともなる「自己実現」を目指すという視点ほど、今日の自己実現願望に欠けているものはないと思われる。この視点を抜きにした、自己実現願望は単なるエゴイズム以外の何ものでもないのである。

つまりたとえ自分一人の「自己実現」が成就しても（それ自体幻想なのだが）、人間は他者の協力なしに一人では何も成し遂げることができないから、真の自己が実現したと思っていても、それは他者の力にまつことが大きかったからである。また自分一人が自己を完成し、他人は誰一人自己実現を達成していないと思うなら、その自分が成し遂げたという喜びはぬかよろこびになろう。なぜなら、その喜びは自己実現を達成していない他人には何ひとつ理解してもらえ

ないものだからである。

人間は「一人でいるのはよくない」と言って、伴侶を与えられた存在であるなら、どこまでも他者とともに歩むのが運命であって、それは自己実現への努力を通して、死を経て、そして死の彼方にまで他者とともに歩み進むのであろう。

註

（１）　新版　心理学事典　平凡社　ｐｐ．３１０－３１１。

（２）　ｐ．３１０。

（３）　村本詔司 『ユングとファウスト』 人文書院　１９９２、ｐ．２４１。

（４）　竹田氏はその著『「自分」を生きるための思想入門』（芸文社、１９９２）の中で（ｐｐ．２０－２４）、精神分析の岸田秀の理論を借りて、人間は社会生活の中で自分自身の「物語」を作らざるをえず、この「物語」（私はこれこれこういう人間である）を作ろうとするのが人間の欲望であると言っている。この物語、即ち「自分なりの自己認識」は、かくありたいという人間の根源的欲求と結びついている。その意味で「自己実現」は「欲望」であると言っていると筆者は解している。

（５）　前掲書、ｐｐ．５７－５９。

（６）　稲垣良典 『死の意義－人間にとって死を準備するとは』［叢書］死への準備養育　第三巻　メヂカルフレンド社　１９８６、ｐｐ．２－２２。

（７）　プラトン 『パイドン』６７ｃ－ｄ。

（８）　稲垣、前掲書、ｐ．３。

（９）　同書、ｐ．３。

（１０）　同書、ｐ．４。

（１１）　『マタイ』９、１６－１７。

（１２）　『創世記』３、２２。

（１３）　『創世記』２、１８。