

詩の心理治療的効果

—ジョン・スチアート・ミルの事例の検討—

小山田 隆 明

文化創造学部文化創造学科

(二〇一三年九月十九日受理)

Psychotherapeutic Effects of Poems

—An Investigation of John Stuart Mill's Case—

Faculty of Cultural Development, Department of Cultural Development

OYAMADA Takaki

(Received September 19, 2013)

はじめに

イギリスの経済学者・哲学者、評論家そして社会改革推進者であったジョン・スチアート・ミル (John Stuart Mill, 1806-1873) は、『自伝』(Autobiography, 2004, 初版は1873)の第五章「私の精神史における危機」で、抑うつ状態 (depression) の発症からその回復に至る過程を詳細に記述している。抑うつ状態からの回復には、ワーズワス (Wordsworth, W.) の詩が大きな役割を果たした。それゆえ、ミルの事例の検討は、詩の心理治療的効果に関して有効な知見が得られると考えられる。これまで、ミルの抑うつ状態については、う

つ病、神経衰弱とする論文 (Stewart, S. 2005) もあるが、抑うつ状態からの回復を詩歌療法の観点から考察したものはない。詩歌療法 (poetry therapy) は、詩を用いた心理療法で、詩を作り、あるいは詩を読むことにより、鬱積した感情のカタルシスと認知的変容を生じさせようとする心理療法である (小山田 2012)。ジョン・スチアート・ミルは、通常、父ジェームズ・ミル (J. Mill) と区別して J. S. ミルと書かれるが、ここでは、ミルと表記する。

1. 研究資料としてのミルの『自伝』

『自伝』を研究資料とするとき、その記述の真偽ばかりでなく、

執筆の動機についても予め検討しておく必要がある。

ミルは、『自伝』執筆の動機として次の三つをあげている。(1) 子どもは、無理に詰め込まなくても、多くのことを学ぶことができると、この幼少期が教育に生かされていないゆえ、父から受けた早期教育の経験を記録すること。(2) 時代思潮が変わりつつあるとき、いかに前向きに自己の思想を形成してきたか書き留めること。(3) 自分の知的道徳的成長を援助してくれた人たちへ感謝の意を示したいこと、が動機であった。早坂(1967)は、『自伝』が比較的早い時期から長い時間をかけて書かれ、推敲を重ねているので、その内容は執筆動機に忠実すぎるほど忠実なものとなっていると言う。従って、この三点に関する記述は信頼すべきものと考えられ、ミルの精神的思想的な成長過程の記録として十分に資料的価値が認められる。

『自伝』には父について多くの記述があるにもかかわらず、母や弟妹についてはほとんどないことについて、早坂は『自伝』の初期の草稿には母に関する記述があったという(Packer, M. St. J. 『ミル自伝』1954の引用)。しかし、その記述はネガティブなものであり、後に母に関する記述はすべて削除された。ミルが、母や弟妹について触れなかったのは、一八五一年のミルとハリエット・テイラー(Harriet Taylor)夫人との結婚が家族との関係をほとんど断絶状態にしたという事情によるとされている。

しかし、このような家庭の事情は後年のことであり、また早坂の言うように、ミルの『自伝』は、単なる生活の記録や回想ではなく、ある限られた視点、前述の執筆の動機から書かれた回想である。それゆえ、日常生活や家庭の記述がなくても(思想形成に与えたテイ

ラー夫人の影響については第六章以降に記述がある)、ミルの精神的な危機に関する『自伝』の記述は信頼できる資料と考えられる。

2. ミルの早期教育

ミルは、哲学者・歴史家・経済学者で『英領インド史』の著者として知られるジェイムス・ミル(James Mill, 1773-1836)とハリエット・バロウ(Harriet Burrow, 1782-1854)の九人きょうだいの長男として一八〇六年五月二〇日にロンドンで生まれた。父は、長男のミルを学校に通わせることなく、自分が考える最高の教育を与えようと、可能な限りの努力をした。

ミルは、三歳になると、父手製のギリシャ語の単語帳を渡され、単語の綴りと意味を一生懸命記憶した。名詞と動詞の語形変化だけを教えられ、単語帳を終えたとすぐに訳読に移った。初めてギリシャ語で読んだのは『イソップ寓話集』で、その後ギリシャ語の古典の多くを読み、七歳頃にはプラトンの『対話編』を読んでいる。ギリシャ語の下調べは父が書き物をしている同じ机で並んでやっていた。八歳でラテン語を始めている。そして十二歳までにウエルギリウスの『アエネイス』からキケロの著作の多くを、ギリシャ語では『イリアス』『オデュッセイア』からアリストテレスの『修辞学』も読んでいた。父の友人である経済学者リカード(Ricardo, D.)、哲学者ヒューム(Hume, D.)、法学者・哲学者ベンサム(Bentham, J.)と会話する機会もあり、その人たちから多くのことを学んでいる。朝夕の父との散歩は、父の質問にミルが答え、ミルの疑問に父が答えてくれる時間であった。

父から与えられた義務に英語での詩作があった。作詩法は教えら

れなかったが、詩を書く理由は、テーマによっては韻文の方が散文よりもうまく表現でき説得力もあること、韻文は本来の価値以上に重くみられると言われた。

十二歳頃から、勉強は一段高い段階に移り、考えるための手段や方法を学ぶことから、考えることそのものを目的とするようになっていった。一人で本を読むだけでなく、書くこともしている。例えば、フック(Hooke, N.)の『ローマ史』を参考にしながら、『ローマ政体史』をリキニウス法あたりまで書き、貴族と平民の争いについては土地均分法を弁護し、考えつく限りの論拠をあげてローマの民主派を擁護したという。父は一度も見せるとは言わなかったので、自由に書けたと言っている。

こうした勉強は、すべて一人で行っていたわけではなかった。八歳になると、ラテン語の勉強は妹と一緒にであった。ミルが学んだことを妹に教え、妹はそれを父の前で復唱した。この頃から妹や弟が次々に生徒になったため、昼間のかんりの時間がとられた。人に教えることは嫌いであったが、自分の勉強にはなった。しかし、子どもが子どもを教える教育方法は、効率は悪いし、子どもが先生と生徒の関係になるのはどちらにとっても望ましくないと言っている。

十四歳から一年余りフランスに渡り、大学の公開講座を受講したり、いろいろな人に会い、ピレネー山地への小旅行で山岳風景に感動するなど、イギリスではできない多くの経験をしている。帰国後は、これまでと同じように概ね父の監督の下で勉強を続けたが、もはや父は先生ではなくなった。

3. 抑うつ状態の発症

ミルは、十七歳の時父と同じ東インド会社に社員として就職し、三五年の長い間勤め、一八五六年には通信審査部の部長(本国部門で二番目に高い地位)となり、その二年後に退職している。その間、多くの著作と講演を行っている。東インド会社の仕事は、ミルにとってそれほど難しいものではなく、従来から続けていた仕事(思索や研究)の息抜きになったとさえ言っている。

『自伝』によれば、一八二六年(二〇歳)の秋に誰しも時々経験するような神経の疲弊した状態になり、楽しさも快い興奮も感じられなくなった。以前なら、楽しく感じられたものがつまらなく興味もなくなった。このような抑うつ状態(melancholy, depression)の発症原因が思想信条上の危機であったことを、次のように言っている。「人生のすべての目的が実現したとしたり、求めていた制度の改革や持論がすべてこの瞬間に成し遂げられたとしたり、大きな歓びであり幸福であろうか」と、自分自身に問いかけたとき、何の迷いもなく「ノー」という答えが返ってきた。ミルは、一八二一年(十五歳)の冬に初めてベンサムを読み、社会の改革者になるという人生の目的と言うべきものを得ていた。この目的を追い求めることが幸福であったはずの、人生を支えていた基盤のすべてが、このとき崩れ落ちてしまったと感じ、生きるために残されたものは何もないように思えたと言っている。そのときの心の状態は、コールリッジ(Coleridge, S. T.)の詩「失意のオード」(Dejection-An Ode, 1802)に的確に表現されているとして引用している(第二連の最初の四行)。ただし、この詩を知ったのは後のことである。

痛みなき、むなしく、暗く、もの寂しい悲しみ
息苦しく、ぼんやりし、冷やかな悲しみ
言葉にし、溜息をつき、涙しても
悲しみのはけ口もなく、救いもない

この四行は、詩の第一連の最後の二行、「夜半の烈風が心の憂さを吹き飛ばし、魂を生き生きと躍動させてほしい」に続くものであり、次の第二連の最後で、「夕暮れの西の空をながめ、とても美しく見えるが、見えるだけで、心に感じるものがない」と終わっている。この時期のコールリッジは、詩的想像力の衰えを感じ、かなわぬ恋の悩みなど、希望を見出せない状況にあった。^(註1) それゆえ、第七連の最後の五行も、明日へ勇気づけるものは何もない。この詩の幼い女の子はコールリッジ自身と思われる。

幼い女の子が

荒野にただ一人、

家から遠くはないが、道に迷っている。

怖いのと悲しいのとで今低く泣きじゃくり、

いま高く声を上げて母に聞こえよとばかり泣く。

(上島健吉訳 2002)

最後の第八連では、いとしい人がいつまでも歎びと共に生きていきますようにと祈りの詩句が書き綴られているが、コールリッジ自身の希望はどこにもみられない。ミルは、自分の抑うつ状態がコールリッジの詩「失意のオード」の数行に的確に表現されているとしたが、

(二六)

この詩を読むことによりどんな慰めも希望も得られず、鬱積した感情のカタルシスを生じさせなかったことは確かである。

抑うつ症状の発症の多くは、大切な価値の喪失によって生じる。

ミルの場合も、それまでの思想や信念が無価値なものに感じられたためであった。このような状態にあっても、普段の仕事は習慣で機械的に続けていた。しかし、後年になって、この一年を思い出そうとしてもほとんど何も思い出せなかったという。そして、次のようなコールリッジの詩の二行がときどき頭に浮かんできた。その詩の名は書かれていないが、ソネット「望みなき仕事」(Work without Hope, 1825)の最後の二行である。

望みなき仕事は神々の酒(ネクター)を箆に汲むごとく

そして 目的なき希望は生き続けること能わず

このような抑うつ状態が数ヶ月間続いた。そして、マクベスが医者に向かって言う台詞が何度も頭に浮かんできたという。その台詞は、シェイクスピア(Shakespeare, W.)の悲劇『マクベス』(Macbeth)の第五幕第三場でマクベス夫人の症状を診た医者がマクベスに告げる場面の台詞と思われる。「ご病気そのものは大したことではございませんが、ひどい妄想にとりつかれておいでのようで、少しもおやすみになれませぬのが」。マクベスは医者に言う。「それを治してくれぬか、心の病は、医者にはどうにもならぬのか? 記憶の底から根深い哀しみを抜き取り、脳に刻まれた苦痛の文字を消してやる、それができぬのか? 心を押しつぶす重い石をとりのぞき、胸も晴れ晴れと、人の甘美な忘卻の床に寝かしつける、そういう薬は

ないというのか?」(福田恒存訳1981)。ミルは、誰かに助けを求めようとしても、ほんのわずかな希望すら期待できるような人は一人もいなかったという。

ミルの抑うつ状態はほぼ二年近く続き、DSM-5 (2013) の大うつ病性障害 (Major Depressive Disorder) の診断基準に照らして、「抑うつ気分」「興味または喜びの喪失」「不眠」などの症状 (A) は認められるが、他に診断基準に合致するような症状の記述はみられず、また「臨床的に著しい苦痛または社会的、職業的、他の重要な領域における機能の障害」(B) などはないため、うつ病の発症とは考えられない。スチアート (Stewart, S. 2005) は、うつ病ではなく神経衰弱 (Neurasthenia) としているが、この診断名はDSM-5にはなく、ICD-10 (2010) にあって、その症状Aの「消耗感についての持続的愁訴」も「疲労感と身体的虚弱感についての持続的な愁訴」も最低限の精神的労働と身体的労働の後にみられるものとしている。ミルは抑うつ状態にあっても普段の仕事は続けており、またこの疾病の具体的症状Bの「睡眠障害」以外のどれも見出すことが出来ない。また神経衰弱の歴史の意味を考慮しても、ミルの生活環境は当時この症状が多発したとされる労働者階層とは異なっており、神経衰弱の発症とは考え難い。それゆえ、ミルの抑うつ状態は、うつ病の発症でも神経衰弱の発症でもなく、価値喪失感による了解可能な抑うつ状態と考えられる。

4. 抑うつ状態からの回復

抑うつ状態にあった頃、ミルはバイロン (Byron, G. G.) の詩を全部読み通したが、何も得るところがなかった。しかし、抑うつ状

態発症のおよそ二年后、一八二八年(二十二歳)の秋、はじめてワーズワスの詩を読んだことは、生涯における重要な出来事であったと言っている^(註)。抑うつ状態から回復する契機になった詩は、ワーズワスの短い詩を集めた二巻本の詩集『詩1815』(Poems 1815)の中の、詩集Ⅱの最後の詩「オード・幼少時の回想から受ける霊魂不滅の啓示」(Ode: Intimation of Immortality from Recollections of Early Childhood) であった(「オード・霊魂不滅の啓示」と略記)。

ワーズワスの詩が、なぜ抑うつ状態を回復させたかについて、ミルは次のように言っている。ワーズワスの詩は、自分の人生における喜び、快い感情の最も強いもののひとつである田園の風物や自然の風景への想い(愛)を強く語りかけていた。ワーズワスが描く風景の多くは山岳風景であり、かつてピレネー山地を旅したミルにとって山岳風景は自然美の理想であった。ワーズワスの詩がミルの抑うつ状態回復の治療薬になったのは、自然の風景の美しさの単なる描写ではなく、その美しさに感動する感性の状態、感情に彩られた思想のあり方を表現していたからで、これこそ、ミルが求め続けていた感情の涵養(culture of the feelings)そのものと思われたという。

ワーズワスの「オード・霊魂不滅の啓示」の中に、ミルは自分と同じような失意の体験が語られているのを知り、さらに失われつつある青春の生き生きとした感受性と想像力を補うものを求めたワーズワスは、それを見つけたことを知る。そして、ワーズワスの詩により、「人生の大きな悪のすべてが取り除かれたとき、何が幸福の永久の源となるかを教えられた思いがした。それらの詩により、すぐに元気を回復し、より幸せな自分を感じた」とミルは言っている。静かな瞑想の中に、真の、そして永久の幸福を感じる必要がある

あったことをワーズワスの詩に教えられ、人間が共通にもつ感情や運命に強い関心を向けるようになった。その結果、ミルは、徐々にではあるが、長い間の抑うつ状態から完全に脱し、二度と戻ることはなかった。ミルは、ワーズワスの詩を読むことにより、鬱積した感情を解放（カタルシス）させ、それまでの認知的世界を変容させたことが認められる。

5. 「オード・靈魂不滅の啓示」の分析

パウラ (Bowra, C. M.) の『ロマン主義と想像力』（床尾辰男訳 1964）は、ワーズワスの「オード・靈魂不滅の啓示」の詩歌療法的な理解にとり示唆に富んでいる。そこで、パウラの論考「靈魂不滅のオード」を手掛かりにしながら、この詩の心理治療的効果を考察したい。原詩は Woodstocke Books, Oxford (1989) の『Poems 1815』を、詩の訳は、最後の第十一連を除き山内久明編『対訳ワーズワス詩集』（2006）を引用した。

この詩のはじめに、「子どもはおとなの父／願わくば私の日々が／自然への愛によって結ばれますように」と書かれている。この短い三行の中に、十一連二〇四行の長い詩の内容が端的に要約されている。この題辞は、「オード・虹」(My heart leaps up when I behold / A Rainbow in the sky, 1807) の最後の三行からとられている。

パウラは、「オード・靈魂不滅の啓示」が一八〇二年から書き始められ、全体が完成したのはそれから二年ないし四年後で、十一連の詩は三つの部分から構成されているとする。この詩の最初の四連（二―四）は、「精神的危機と地上から消え去った栄光について語り、何故そうなったのか」という問いかけで終わる。次の四連（五―八）

においては、「この栄光の性質を検討し、それを前世紀記憶説で説明する」。最後の三連（九―十一）では、「幻影は消え去ったけれども、人生はなお別の意味と価値を持っている」ことを明らかにする。

パウラは、それぞれの部分は「危機」、「説明」、「慰め」をテーマとしていっていると述べているが、最初の四連は「喪失と失意」が「危機」を生じさせており、次の四連は喪失したものが何であったかと問い、最後の三連では新たな希望を得ているゆえに、「慰め」よりもより積極的に「再生」とみるべきである。

次に、この三つの部分（相）を詩の内容に沿って検討したい。第1の相は、「喪失と失意」がどのような状態であったかを詠っている。第一連の最後の三行は、

どちらを向いても、
夜であれ昼であれ

もはや今、かつて見えたものを見ることはできない。

第二連の最後の二行は、

私が赴くところどこであれ
大地から栄光が消え去ってしまったのだ。

そして第四連の最後の二行は、

あの幻の輝きはいまいづくに、
あの栄光と夢はいまいづくに。

詩の創造力の源泉であり、詩的靈感（インスピレーション）の源である自然が、自分を見捨て、自分の最も大切な力を奪ってしまつたように見えると嘆き悲しんでいる。ワーズワスが失つたものは、「天上の光」（celestial light）、「栄光と夢の鮮やかさ」（the glory and the freshness of a dream）、「幻の輝き」（the visionary gleam）など、イメージと隠喩でしか表現できないものを失つたこと（喪失）への悲痛な嘆きである。それは、詩人の生命である詩的想像力（poetic imagination）にかかわるものゆえ、その衰えや喪失は詩人にとって重大な危機であつた。

第2の相の四連では、失われたものが何であつたかを説明している。パウラは、「幻の輝き」とか「栄光と夢」という言葉の意味を問いつけても無駄であるという。なぜなら、それが明確にできるならば、そのように表現していただであらうからと。おそらく、その意味するところは、次のような詩的感情体験であつたとしている。第1に、自分は時々感覚の世界よりもっと真実な別の世界、視覚世界ではなく幻想の世界に入り込んだことがある、という確信。第2に、この世界への移行は、創造力および想像力と密接に関係しており、この世界が詩の基盤であり、その世界を知つたのは想像力のおかげであると信じていたこと。第3は、こういう経験をしたときには、時間（現実の世界）の外へ抜け出して永遠界に至ると感じていた、ということである。

このような詩的感情体験を言葉で表現しようとして、子ども時代には「輝かしい幻影」がわれわれのもとにあるという独特の観念を創りだし、子どもは誕生以前にいた別の世界の祝福に充ちた記憶をまだ保持しているが、成長するに従つて徐々にそれを忘れていくと

いう説によって特異な体験を説明している。

第3の相は、第九連から第十一連で、何を求め、何を得たか、そして新たな「再生」の歓びを詠っている。第九連では、「求めていた何か」が隠喩（メタファー）で示されている。

感謝し賞賛しよう、あの原初の感情、

影のように捉えがたい記憶、

たとえそれが何であらうが、

この世の光の源泉となる光、

この世の目に見えるものすべてを統べる光。

.....

永遠の静寂のなかの瞬間に。かくあれかし、目覚めた真理よ、
死滅することのない真理よ。

そして第一〇連では、その何かを「見つけ」ようとする。

何物も昔を呼び戻せはしない、

草に見た輝きと、花に見た栄光とを。

だが悲しむことはやめ、見つけるのだ、
残されたもののなかに、力を。

原初の共感のなかに見つけるのだ、
かつて存在した共感は永久にあり続けねばならぬ。

第十一連では、それを見つけた「歓び」と「再生」を詠っている。はじめの二行で自然へ呼びかけ、次の三行で

私は心の奥深く自然の力を感じる。

私はひとつの歎びを失ったが

より一層不断の自然の支配を受けて生きる。

ひとつの歎びとはかつての幻想力であり、不断の支配とは今までも享受してきた自然との交流である。自然を前にすると、人間的な感情が掻き立てられ強められる。そして、最後の四行では、

生きる支えとなる人の心のおかげにより、

人の心の優しき、歎び、そして気遣いにより、

私には花をつけた名もなき草木さえ、

しばしば涙あふれるほどの深い感動をもたらす。

このように最後の連では、「再生」への歎びを詠っている。

パウラによれば、ワーズワスは「感動的な幻想のうち宇宙を支え人生に意味を与える力を見させる創造的想像力」を失ったが、それに代わって「自然と親密に感情を通わせる能力、その結果としての、自然を前にすると人間の心の感じやすい動きを理解でき、それとの完全な共感を得ることができるといえる能力」を得たという。これが、失意から回復させ、新たな「再生」(希望)を生じさせたものであった。

6. 詩の心理治療的な効果

詩人であり詩集の編集者、批評家でもあったリーヴス (Reeves, J. 1965) によれば、詩が比喩と感覚的に把握できるイメージを主な表

(110)

現手段としているゆえに、詩は「感じられる思想」であり、「感覚による認識」であるという。それゆえ、読む者の感性を揺さぶり、知性に直接働きかける。このような詩には、詩を作る者にとっても、詩を読む者にとっても同じように、それまでの認知的世界を変容させる影響力がある。日本の現代詩の詩人たちも、詩を作るということは、「不分明の感情を、分明なものとし、はっきりと眼に見せ、はっきりと耳にひびかせ、……(それらに)明確な形をあたえる」(田村 1967) ことであり、「(これまでの日常的な)世界を新しく組み立てなおす」(北園 1967) ことであるという。詩は、詩人によって新しく再構築された認知的世界の開示なのである。

「オード・靈魂不滅の啓示」は、詩人のワーズワスにとっても、詩を読んだミルにとっても、これまでの認知的世界を新しく組み立て直すことに役立った。詩が、「感じられる思想」であり、「感覚による認識」であるゆえに、この二人が認知的変容に関して全く同じであったかは確かでないが、ミルがこの詩により抑うつ状態から脱したことは明らかである。

詩歌療法の先駆的な研究者であるリーディ (Leedy, J. J. 1969) は、詩を用いた心理療法(詩歌療法)において、抑うつ患者に詩を処方するとき、詩ははじめ悲しく物憂げな雰囲気がありながら、詩の終わりに向かって希望とオプティミズム(楽観主義)が感じられる詩がよいとしている。このような詩を読み、記憶し、引用し、あるいは自分も作ることによって、抑うつ患者はこんな状態にあるのは自分一人ではないことを知り、またそのような状態にあった人が回復したことを知ることが治療効果があるとしている。ミルも同じ経過をたどったことは、これまで考察してきた通りである。また、リー

デイは、抑うつ患者に詩を処方するとき、患者の感情状態と詩の気分や精神的リズムが類似していることが重要であると指摘している。ワーズワスの詩「オード・霊魂不滅の啓示」は、抑うつ状態にある人へ処方するのに適切な特徴をもっており、ミルの抑うつ状態の回復にきわめて効果的であったと考えられる。

しかしながら、コールリッジは、「失意のオード」(一八〇二年)を書いた後、ワーズワスの「オード・霊魂不滅の啓示」の完成した詩を読んだはずであるが、ミルのように「失意」から回復することはなかった。^(註5)そして、長い苦難の人生がはじまったと多くの研究者は指摘している(例えば、レイン1972、バウラ1974、山田1991)。この詩が、ミルを抑うつ状態から回復させ、コールリッジを失意から回復させなかったのはなぜであろうか。家庭生活の不幸、セアラ(Sara)へのかなわぬ恋、リュウマチの痛み止めに用いていたアヘンによる中毒症状はいずれも苦悩の原因であったが、最も大きな苦悩は詩的想像力(poetic imagination)の衰えであった。

ワーズワスの詩作の拠り所は自然であり、自然は創造力の源泉であった。その自然は独立した存在、畏敬と美の対象であり、自然が時折みせる猛威は怖れと驚きを、いつもとは異なる歓喜、生命感を高揚させ、幻想力を刺激し、創造力を高めるものであった。ワーズワスにとって、自然は自分の外にあって、自分のなかの隠された力を目覚めさせる存在であった。それゆえ、自分に受け容れる準備性さえあれば、自然はまだ多くのものを与えてくれると信じ続けるのである。

それに対して、コールリッジの自然に対する態度は、詩「失意のオード」の中に「夕暮れの西の空をながめ、とても美しく見えるが、

見えるだけで、心に感じるものがない」「外界の形象(自然)を「いつまでながめていても無駄な努力」と言い、「われわれの生命の中にのみ自然は生きる」とあるように、自然は心(魂)の中にあつて自分の外にある存在とは考えない。心(魂)の歓びを失うならば、外界の形象(自然)は生命感を失い、詩的想像力も衰えるほかななく、創造的想像力も失うことになる。それゆえ、ただ嘆くしかないのである。

詩「オード・霊魂不滅の啓示」がミルの抑うつ状態の回復に効果的であったのは、ミルの自然の体験にはワーズワスと類似するものがあつたためであり、コールリッジにはなかつたためと考えられる。詩が心理治療的效果を持つためには、リーデイの指摘する詩の性質と共に、詩を読む者に詩人と類似の体験があり、また詩人の認知的世界を受け容れる柔軟性がなければならない。これらを詩の心理治療的效果を生じさせるための準備性(レディネス)と呼ぶならば、ミルにはこの準備性があり、コールリッジにはなかつたとしなければならぬ。この準備性(レディネス)は、詩を読む者に認知的変容を生じさせる重要な要因であることをミルの事例は示唆している。詩を読むということは、詩人の体験を追体験あるいは感情移入することで自己の存在の意味を解き明かす行為(小山田2013)と言うことが出来る。

註1 コールリッジは、一七九七～八年の二年間に不朽の名作である「クスタベル」(Christabel, 1797)の第一部、「老水夫行」(The Rime of Ancient Mariner, 1797-8)、「クブラ・カーン」(Kubla Khan, 1798)の三編の詩を書いている。その後、詩的想像力は衰え、これらに匹敵

するような詩を書くことはなかった。

註2 『自伝』に自殺企図や死を意味する言葉はない。「生きるために残されたものは何もないように思えた」という記述を自殺企図と解するのは他の記述からみて無理がある。

註3 ワーズワスの詩を読む前に、偶然、マルモンテル (Marmontel) の『追憶記』 (Memoires) を読み、父の死による家族の窮状を救おうとするマルモンテル少年に感動して涙を流し、自分の価値と幸福を取り戻す何かに気付き、救済不能なみじめさから救われたと言っている。日常のありふれた出来事にも喜びを感じるようになり、抑うつ状態は以前ほどひどい状態ではなくなった。

註4 ワーズワスは、その後このような自然宗教を捨て、もっと正統的な信仰へ移っていった。しかし、ミルは既成の宗教に対して批判的であり続けた (『自伝』の第2章)。

註5 コールリッジが「失意のオード」を書き始めたとき、ワーズワスの「オード・靈魂不滅の啓示」は未完成であった。「失意のオード」の詩作過程とその後については、山田豊『失意の詩人 コールリッジ』の第4章と5章に詳しい考察がある。

引用文献

- パウラ (Bowra, C. M.) 床尾辰男訳『ロマン主義と想像力』 (The Romantic Imagination) みすず書房 1974.
- Coleridge, S. T. Coleridge: Selected Poems. Chosen and edited by John Colner. Oxford University Press, 1967.
- コールリッジ (Coleridge, S. T.) 『対訳コールリッジ詩集』 上島建吉編 岩波文庫 2002.
- DSM-5 Desk Reference to the Diagnostic Criteria from DSM-5, American

Psychiatric Publishing, 2013.

早坂忠 朱牟田夏雄訳『シル自伝』の「解説」岩波文庫 1967.

ICD-10 精神および行動の障害: D C R 研究用診断基準 (新訂版) 中根充 文他訳 医学書院 2010.

北園克衛 芸術としての詩 西脇順三郎・金子光晴監修『詩の本』第2巻『詩の技法』177-190, 筑摩書房 1967.

Leedy, J. (Ed.) Poetry Therapy: The Use of Poetry in Treatment of Emotional Disorders. J. B. Lippincott, co. 1969.

Mill, J. S. Autobiography (First Published 1873) The Pennsylvania State University, Electronic Classic Series, 2004. (村井章子訳『シル自伝』みすず書房 2008 を参考にした)

小山田隆明『詩歌療法』詩・連詩・俳句・連句による心理療法 新曜社 2012.

Paake, M. St. J. The life of John Stuart Mill. Basil Blackwell, 1954. 早坂忠 (1967) より引用。

レイン (Raine, K.) 岡本通訳『コールリッジ』 (Coleridge) 英文学ハンドブック「作家と作品」シリーズ No. 30 研究社 1972.

Reeves, J. Understanding Poetry. Heinemann, 1965.

シェイクスピア (Shakespeare, W.) 福田恒存訳『マクベス』シェイクスピア全集 13 新潮社 1981.

Stewart, S. What was Mill's problem really? Radical Psychology, 4-2, Winter 2005.

田村隆一 ぼくの苦しみは単純なものだ 西脇順三郎・金子光晴監修『詩の本』第2巻『詩の技法』191-201, 筑摩書房 1967.

Wordsworth, W. Poems 1815 I, II, Woodstock Books, Oxford 1989.

ワーズワス (Wordsworth, W.) 『対訳ワーズワス詩集』山内久明編 岩波文庫 2006.

山田豊『失意の詩人コールリッジ』―錨地なき航海―山口書店 1991.