

研究論文

哲学者とその生活態度について¹⁾

「菓子を禁ず」と「Don't smoke.」

福井雅美²⁾

A Philosopher and His Way of Life

— “Take no sweets!” and “Don't smoke!” in Nishida Kitaro's diary —

FUKUI Masami

On reading Nishida's diary we are often surprised at the very frequent appearance of “Take no sweets!” or “Have no snack!” and “Don't smoke!”. What did these words of self-prohibition mean to his life? This paper aims at making clear this point and inquiring into the relation of a philosopher and his life.

“Take no sweets!” and “Have no snack!” appear from 1897 till 1906. Nishida worked as a high school teacher, first in Yamaguchi, then in Kanazawa. He desired to be a university professor of philosophy but did not succeed. Because of this frustration he had often snacks and was ashamed of it every time. He tried to train his will through the Zen practice and the psychology of William James.

“Don't smoke!” and similar words about smoking frequently appear from 1913 till 1927. Those years he suffered from the big unhappiness of his private life, namely the illness and death of his wife and children. The pressure of work also troubled him. The excessive stress made him in the nicotine dependence, but he tried to resist it desperately and kept encouraging his will.

Every philosophy is a fruit of the struggles in a philosopher's life. In a sense Nishida brought forth *A Study of Good* through the struggle with sweets and the philosophy of Topos (*basho*) through one against smoking.

Key words : Will, Self-control, Stress, William James, Chemical dependence

キーワード : 意志, 克己, ストレス, ウイリアム・ジェームズ, 薬物依存

西田幾多郎は、明治30(1897)年から亡くなる昭和20(1945)年まで、半世紀近くにも及ぶ日記を残している(ただし明治33年の分のみ欠く)。その日記には、校訂者西谷啓治のいうごとく、「先生が如何に考え且つ感ぜられ

たか、何を意志し行履されたかということが、著述を通してとは違った直接さを以て、端的に現われている。我々は先生の心のうちに動くものにじかに触れ、生きた人間としての先生に接することが出来る¹⁾。それは、西田の長年にわたる教師生活、交友関係、私生活と家庭内の事件、著作の執筆プロセス等々を豊富な内容として含み、まさに哲学者西田幾多郎の人生を丸

1) 本研究は、立命館大学人間科学研究所における2000～2002年度プロジェクト研究B(西田幾多郎のライフヒストリー研究)の成果である。

2) 立命館大学非常勤講師

ごと記録したものといえよう。

さて、この膨大な日記において、全体と比較すれば短期間のこととはいえ、異様な表記が頻出する時期が二度ある。ほぼ明治30年代にわたって出現する「菓子ヲ禁ず」や「間食すべからず」と、大正5(1916)年から昭和2(1927)年にかけて繰り返される「Don't smoke.」である。異様というわけは、こうした記述の出現頻度自体の多さに加え、嗜好品の摂取にはまり、それから抜け出せず深刻に悩む姿が、およそ哲学者のイメージとかけ離れているためだ。ありていに言えば、格好悪く、こっけいとさえ見えよう。

しかし、その生々しい苦闘の記録は、一種独特な迫力をもって私たちに迫ってくる。このきわめて卑近な日常の苦闘をたたかいつつ、西田がその思想を生み出していったのは、まぎれもなき事実なのだ。本稿は、菓子と煙草を切り口に、「生きた人間」としての西田の一面に触れんとする試みである。

一 菓子ヲ禁ず

西田の日記において、菓子や間食、あるいは広く飲食に関する記述が初出するのは、明治30(1897)年10月31日である。「飲食八是体ヲ養フ所以、決シテ快ヲ貪ル者ニアラズ。他人八用ノナキトキニ訪問スベカラズ。贅談八時ヲ浪費シ己ガ徳ヲ汚ス。厳ニ戒ムベシ。」その二日後の11月2日には「菓子ヲ食ひすぎたり、菓子はこれより断然廃すべし」、さらに同月5日には「三食ノ外、物ヲ食フベカラズ」とある。

時に西田27歳。この年の5月に、父得登のおそらくは理不尽な介入による妻寿美との離縁、そして四高講師を突然解雇されるという公私両面での不運をへて、9月より単身山口へ向かい、山口高等学校で新生活を始めたところであった。山口では、下宿近くの弁当屋から朝昼

晩と弁当を運ばせ²⁾、食生活には困らなかったようであるが、やはり単身生活のわびしさから口寂しさが生じたものか、とにかく山口時代をもって菓子の記述が始まる。

以後、明治39(1906)年まで(その間、明治32年2月に寿美との復縁、同年7月に四高教授就任をはたしている)ほぼ毎年、菓子、間食もしくは食に関する同様の記述が続くのである。そのいくつかのパターンを抜粋すると、「心キタナクモ物ヲ食ヒタリ。之ハチトツ、シムベシ」(明治32年3月10日)、「Issest nichts als drei Essen. Vergeude keine Zeit.」(同年8月6日)、「三食の外間食すべからず」(明治34年3月15日)、「間食は暫く止めて見たが左程に苦しからず。一週間にても真に行ひうることは数年も行ひうるものと信ず」(同年5月6日)、「閑思閑読閑食を厳禁せよ」(明治35年1月9日)、「今日止めんと思ふて居た閑食をまたなした」(明治38年2月1日)、等々。繰り返し現れるこれらの言葉は、菓子・間食厳禁の誓いを立てては破る繰り返しと、そのたび陥る激しい自己嫌悪の念を表している。

誓いがどれほどあっけなく破られたかは、明治35年のある約一週間を見るとこっけいなほどだ。9月29日「帰宅後歯痛はげし。……明日より断然菓子ヲ禁ず。」30日「菓子ヲ食はず。」10月1日「菓子ヲ食はず。」2日「菓子ヲ食はず。」3日「菓子ヲ食はず。されども菓物を食す。明日より食時の外何物も食せざるべし。今日は打坐を止む。大薄志弱行。」4日「午後より夜に入りて打坐、公園の石上に坐す。」5日「夜考究。菓物を食す。されども明日より食後の外厳禁す。断じて行ふ。」7日「姉来る。今日は栗を食ふ。」こんな自分がふがないとばかりに、西田はまるで鞭打つように厳しい克己の言葉を綴る。「雑念、雑言、間食最有害。最大の勇氣は自己に打勝つにあり、最大の事業は自己の改良にあり、此の大事業は満州の経営に

もまさるべし。余の事業は道と学」(明治38年2月7日)。

かくも悩みの種となるほどに、彼が菓子を食べた理由は何だったのだろうか。第一は、もちろん、もともと甘いものが好きだったためである。菓子の記述が山口赴任以降に現れることは、それ以前に彼が菓子を食べなかった事実を表すのではなく、菓子を食べることに注意を払わなかった事実を表すにすぎない。西田の三女、静子によれば「お菓子は若い頃からもともと好き」で、「最も好きな物は果物」という根っからの甘党であった³⁾。のちの煙草の場合ともども、こうした口に入れるものに対する彼の、執着ともいえる愛好ぶりは、幼児期の体験に根ざしたものであったかもしれない。幾多郎は、数え年五歳になっても母の乳房にとりすがって乳を飲み、いつも母のあとを追っては、少しでも母の姿が見えないと呼び続けてむずかったという⁴⁾。精神分析理論では、母の乳房への固着からくるいわゆる口唇性格においては、「食い道楽、愛煙家、酒飲み、おしゃべりといった口唇的活動が顕著で、イライラすることや困難に出会うと、これらの特徴はさらに強まり、過食、食欲不振、酒癖等として症状化しやすい⁵⁾」と説明される。門外漢の筆者にはもはや手に余るのであるが、こうした哲学者のパーソナリティへの精神医学的アプローチは、これからもっと試みがなされるべき分野の一つであろう。

第二に、山口および四高教授時代を通じて、西田は実にしょっちゅう人を訪問したり訪問を受けたりしている。相手は、ほとんどが同僚教師や教え子で、日記のほぼ毎日がこれらの人々の行き来を記録する。そのさい、「渡邊君来訪、共二菓子ヲ食フ」(明治31年2月28日)、「今日村木君にて菓子をくつた」(明治37年4月19日)のように、しばしば菓子の記述が伴うのである。すなわち菓子は、人と談笑しながらつまむ、社交の副産物であった。

第三に、職場の人間関係や、自らの将来に対する不安と迷いからくるストレスがあげられる。西田が自己嫌悪もあらわに「心キタナクモ物ヲ食ヒタリ。之ハチトツ、シムベシ」(明治32年3月10日)と綴ったのは、「京都ノ事」すなわち、友人藤岡作太郎を通じ頼んであった京都への転職話が突らず、大いに落胆した数日後だった。卑俗な言い方をすれば、さしずめ憂さ晴らしのやけ食いといったところだったのだろうか。

高等学校教師時代、西田は参禅に没頭する一方で、その心の内にはたえず波が渦巻いていたように思われる。それは、零落した家の若き大黒柱にして、大学選科をしか出ておらずエリート出世コースをはずれた身なればこそ、学者として早く出世しなければと焦る「欲」、「功名心」であった。「読書の際種々の欲にひかされ心騒し」(明治34年1月11日)。「読書の際には頻りに急ぐ心起り、又名誉心など伴ひて心穏ならず、大に猛省すべし。これは功を求むるいやしき心あるによる」(同年1月15日)と己れを戒めつつも、「戸川君来訪、京都大学に転ずと云ふ」(同年1月20日)と同僚の京大栄転を知るや、「心せくこと限なし」(同年1月31日)。帝大哲学科を卒業した「哲学専門の人新に來りて余の受持の減ぜらるゝ事心にかゝりて快からず」(同年2月2日)、北条校長にじかに会い、受持科目を減らされぬよう嘆願している。これではいけないと我に返り、「大丈夫何事も自己の力により他に求むべからず。哲学も功名などの卑心を離れ自己安心を本とし、静に研究し、自己の思想を統一し、自家の安心と一致せしむべし」(同年2月6日)、「周囲の出来事にかれこれ考ふる様にては大事をなす能はず」(明治35年12月巻末)と自分に言い聞かせる。だが同僚たちの栄転や海外留学の話が耳に入るたび、妬みと焦りをのがれられず、「洋行がしたかつたり大学教授になりたかつたりいろいろの

事を思ひ」(明治36年1月1日)心が定まらない。こうした何年にもわたる慢性的欲求不満が西田を菓子と間食に走らせたとしたら、無理もないことだろう。

では次に、彼が菓子を自らに禁じた理由は何だったのか。第一にあげるべきは、健康上の理由であろう。先に見た明治35年9月29日「帰宅後歯痛はげし。……明日より断然菓子を禁ず」の記述のほか、明治37年1月3日「みかんを食すごして腹の工合が少しくわるい」、その二日後の「食事の外間食すべからず。胃のあしきは大に元気をそぐ」など、歯痛や胃腸不良との関連が多々見られる。

第二に、「飲食八是体ヲ養フ所以、決シテ快ヲ貪ル者ニアラズ」(明治30年10月31日)というきわめてストイックな快楽・欲望の制御は、当然、禅の修行が彼にもたらした生活態度であったろう。このことに関連して注意すべきなのが、四高教授時代、金沢の自宅にはいつも「一日不作一日不食」と書いた軸が掛けてあったという事実である⁶⁾。

「一日作(な)さざれば、一日食わず」これは、中国の禅僧にまつわるエピソードから出た言葉である。唐の時代、百丈という和尚がいた。この人は百歳を越えるまで生きたが、毎日自分で畑を耕し、農業をやった。あるとき九十幾つになった師に気の毒であると思った弟子が、鋤を隠してしまった。夕食を持っていくと、師は箸をつけない。おかしいなと思いつつ翌日また食事を持っていくと、やはり食べようとしない。どうして召し上がらないのですかと尋ねると、「一日不作、一日不食」、一日働かなければ一日食べないのだと返事が返ってきた。弟子はびっくりして、また鋤を出したという⁷⁾。禅においては、日常生活のあらゆる行為が修行なのだ。労働することも、ものを食べることも。その「行」としての意味づけのない、ただ口寂しさに負けてだらだらと舌を楽しませる行為を、西

田は自分に許せなかったのであろう。「無益ノ者食フベカラズ」(明治32年5月初、日記欄外)。

第三に、時間の無駄があげられる。既に述べたように、菓子を食すのは、誰か訪問者と一緒に談話しながらであった。そういった気のおけない日常の社交を楽しみながらも、どうでもいい無駄話ばかりして時間を浪費してよいのかという思いが、彼をたえず責めたてた。先に見た「飲食八是体ヲ養フ所以～」のあとには、「他人八用ノナキトキニ訪問スベカラズ。贅談八時ヲ浪費シ己ガ徳ヲ汚ス。厳ニ戒ムベシ」と続く。他の日の記述にも、「土、日ノ外八人ヲ訪ハズ三食ノ外物ヲ食ハズ」(明治32年4月初め欄外)のように、菓子・間食の禁止は、無用の訪問・無駄話の禁止とセットで語られることが多い。これには、かつて四高講師時代、やはり人の出入りが多く(下校後に若い教師たちが集って、乱れた学校の現状を憂えて悲憤慷慨していたと推察される⁸⁾)、その巻き添えをくって同僚と共に突然クビになってしまった苦い経験が尾を引いていたろう。また、前述したような立身出世への焦りが、「人と無駄話をしたり菓子を食っている暇があるなら、せっせと学問を積みねば」という気にさせたのだろう。ただしそれは、単に功名を求めた俗っぽい欲ばかりではなく、禅の教えに沿ったものであった。「いたづらに時光を過すこと、極めておろかなる事なり。…無常迅速生死事大と云ふなり。返返(かえすがえす)も此の道理を心にわすれずして、只今日今時ばかりと思ふて時光をうしなはず、学道に心をいるべきなり」と道元は説いた⁹⁾。この言葉に呼応するように西田も、「戒むべき者、閑思、閑読、閑食。If not now, when?」(明治34年5月1日)、「雑念、雑言、間食最有害。……余の事業は道と学」(明治38年2月7日)と綴るのである。

菓子禁止の理由はこれらであるとして、では、

なぜ彼は禁止の手段として、それを日記に繰り返し書くという方法をとったのだろうか。それを理解するには、周知のごとく『善の研究』をはじめ四高時代の西田に大きな影響を与えたウィリアム・ジェームズ思想、特にその心理学が参考になる。

ジェームズによれば、有意的動作に先立つわれわれの心的状態とは、ある運動の感覚的結果についての予期的心像と、これらの結果を実現させるべしという命令とである¹⁰⁾。動作を促す場合であれ、抑止する場合であれ、われわれの注意をとらえ意識をしっかりと占領する心像が、動作を規定する。そして、「意志することは観念が優勢になることをもって終結する。次に続いて動作が起こるかどうかは、意志すること自体にとってはまったくどうでもよい事柄である。……意志とは純粹単純な心的あるいは道徳的事実であり、観念の安定状態が存在することをもって完全に完了する。¹¹⁾」すなわち、注意の努力こそが意志の本質的現象をなしており、意志の本質的な仕事とは、困難な対象に注意し、これを心の前に確実に保持すること（それが「命令」として感じられる）である¹²⁾。

従って、新しい習慣を獲得したり、古い悪しき習慣を破棄したいときには、その観念をできるだけ強固なまま保持するべく、工夫をこらすようジェームズはアドバイスする。「正しい動機を強める状況をすべてできる限り集め、新しい方法を促す条件の中に自らを置くように努力しなさい。古い習慣と両立しない約束をしなさい。事情が許せば公衆の面前で誓約をしなさい。要するにあなたの決心を、知り得る限りの補助手段で囲んでしまうことである。¹³⁾」西田の場合、この「補助手段」の役目をしたのが、日記だったのではないだろうか。「菓子禁ず」は、彼が日々己れに向かって繰り返した誓約、命令であり、自己改善のための観念保持の努力であったといえよう。もっとも、それが繰り返され

たこと自体、誓いがそのつど破られたことの証しである。「新しい習慣があなたの生活の中にしっかりと根を下ろすまでは、決して例外の起こることを許してはならない¹⁴⁾」、ただ一度の失敗がそれまでの努力を帳消しにし、ふり出しに戻してしまうのだ、とジェームズも厳しく戒める。西田は、誘惑に負け菓子を口にする自分を見出すたび、おのが弱さが心底なさけなかったことだろう。それだけになおいっそう、彼はジェームズの言う意志の英雄たらんと苦闘し続けたのである。「毎日少しずつ、とにかくも練習をすることによって、あなたの中に努力の能力を活発に保ちなさい。すなわち、小さな無用な点において組織的に、禁欲的英雄的でありなさい。……集中した注意、力強い意志、不要なことについての自制の習慣に、毎日自らを鍛えた人……は、彼の周囲ですべてのものが揺らぎ、弱い仲間たちが突風の中に舞うもみ殻のように吹き飛ばされているときでも、塔のようにそびえ立っているであろう。¹⁵⁾」西田は、三々塾の塾会で学生たちに「意志の弱きは罪悪である」と語っていたという¹⁶⁾。

ところが、あれほど彼を悩ませた菓子と食べ物物の記述が、明治40（1907）年にはふつつり日記から消え、以後現れることはなくなる。これには、西田を襲った大きな家庭の不幸が関係していたのではないだろうか。この年の初め、彼は人生で初めて、わが子を失う体験をする。前年末から病の重かった二女の幽子が1月11日、幼くして世を去った。悲しみに打ちひしがれる西田は、1月14日付堀維孝宛書簡に心情を吐露する。「丁度五歳頃の愛らしき盛の時にて常に余の帰を迎へて御帰をいひし愛らしき顔や余が読書の際傍に坐せし大人しき姿や美しき唱歌の声やさては小さき身にて重き病に苦しみし哀れなる状態や一、明了に脳裡に浮び来りて誠に断腸の思いに堪えず候。余は今度多少人間の真味を知りたる様に覚え候。小生の如き鈍き

者は愛子の死といふごとき悲惨の境にあらざれば真の人間といふものを理解し得ずと考へ候。」また、藤岡作太郎著『国文学史講話』への序に、同じく子を亡くした藤岡に対してこの時の悲しみを綴った。「亡き我児の可愛いというのは何の理由もない、唯わけもなく可愛いのである。甘いものは甘い、辛いものは辛いというの外にない。¹⁷⁾」

西田が菓子に悩み、職業上の不遇に悩んだ明治三十年代、彼は取りつかれたように一心に禅にうちこんだ。しかし、それは往々にして、おのれ一人の求道しか眼中にない、家族をかえりみないものではなかったか。普通の家庭ならば一家そろって団らんを楽しむはずの正月を、彼はほぼ毎年、年末より家を出て卯辰山の洗心庵で迎えていた。妻が病気の日も洗心庵へ坐禅に行き宿泊したという記述も、日記に見える(明治34年8月10・11日)。だが、こうした張りつめるごとき自己への集中がある種偏狭なものであったこと、むしろ「人間の真味」は家族に囲まれた平穏な日常の営みにこそやどることを、愛児の死は西田に、いわば眼からうろこが落ちたように教えたのではあるまいか。そのとき彼がありのままの人生に虚心に向かいあう心境を「甘いものは甘い」という比喩で表現したのは、まさに言いえて妙であった。既に、明治34年3月25日の日記に西田は書いていた。「午後憑次郎来り子供の写真をとりなどす、天気よく心地よし、菓子を食ひ過す。薄暗きランプの下に一家膳を並べて食す、何となく床かし。人間の至楽は高屋にあらざ風景にあらざ、唯無事平常の中にあり。」この時食べた菓子は、彼にとって何の嫌悪も自責感もなく、さぞおいしかったに違いない。

「心をも身をもたのまず今は唯あるにまかせて世をやをくらん」。一切のこだわりを脱し、あるがままに平常の人生を生きようとする態度を、西田は明治40年9月29日、こう歌に詠ん

で日記に書きとめた。そして翌年初頭、彼は「『实在と人生』といふ書をかいて見やうと思ひ(1月3日)、すなわち『善の研究』に着手するのである。その著作では、「自己の真摯なる内面的要求に従うということ、即ち自己の真人格を実現するということは、客観に対して主観を立し、外物を自己に従えるという意味ではない。自己の主観的空想を消磨し尽して全然物と一致したる処に、かえって自己の真要求を満足し真の自己を見る事ができるのである¹⁸⁾」という生き方が説かれることになるのだった。

二 Don't smoke.

西田はいつ頃、どのような原因で喫煙するようになったのだろうか。一般に、喫煙は遺伝の影響が大きく、かつ外向性気質と関連が深いといわれる¹⁹⁾。西田の両親を見ると、少なくとも母の寅三は喫煙者であったことがはっきりしており、「夜中、何時目を覚しても祖母は黙って煙草を吸いながら考えて」いたと孫(西田の長女)の弥生が記している²⁰⁾(そして、この「煙草を吸いながら考える」は幾多郎が受け継いだスタイルであった!)。父の得登に関しては記録がなく不明であるが、男性である上に外向的らしき性格から、酒や煙草をたしなんだであろうと推察される。飲酒と喫煙は一般に相関が高い²¹⁾にもかかわらず、西田が酒をまったく飲まなかった²²⁾のは、父への反発からくる潔癖さの一つの表れだったかもしれない。

喫煙者、それも悩んで日記に書くほどのヘビースモーカーになったとはいえ、もともと西田は、体質的にあまり煙草に合っていなかったように思われる。「喫み過ぎるとすぐ気持を悪く」する父が「敷島[紙巻煙草の銘柄]の吸い口をすこし引き出して、細くつまんで半分程のんで、灰皿に棄てていた」様子を二男の外彦は伝えている²³⁾。高坂正顕も、「吸口の紙を少し引き出

して、煙草のつまっている処との間を捻り、ニコチンがこないようにして吸っていたら」と回想する²⁴。いずれも、煙草を心底うまいと思って吸っているようには見えない光景である。それもそのはず、明治40（1907）年2月に肋膜炎を患って以来、それはたびたび再発して、長年にわたって西田を苦しめた。京都の吉田近衛町に移り住んでからも、風邪をこじらせて寝込んだ折、枕元に血を吐いた金だらいが置いてあったことを、外彦は子供心に受けたショックと共に記憶している²⁵。西田の筆による年代不明の「断想」のうちに、「斯くの如き世に何を楽んで生か。呼吸するも一の快樂なり²⁶」という一文が残されているが、呼吸器に持病をかかえる人間の生々しい実感というべきだろう。

喫煙の最初のきっかけは何だったか。それは西田が大学に学んでいた頃、師ケーベルの言葉にあったようだ。「先生は時に手ずから煙草をすすめられ、私は（当時）煙草を吸いませぬと申上げると、先生はPhilosoph muss rauchenとからかわれた。²⁷」人が初めて煙草を吸う時には、快い味ではなく、それが呼び起こす感情もまったく「快」とは言い難いものであることが、多くの実験的研究によって確かめられている。したがって喫煙の開始は、喫煙の社会的認知（仲間内での承認など）が満足感を生み出す限りにおいて、むしろ社会的強化が決定的な役割を演ずる過程であると、今日の心理学ではみなされている²⁸。西田の場合も、おそらく哲学者らしさへの憧れから、その後ほどなく煙草を試してみたのではないだろうか。

日記で最初に現れる煙草の記述は、明治35（1902）年5月21日である。「夜杉森君と同途、新校長を訪ふて舎監辞職の意を述べ。山本来る。余煙草によふて話す能はず。」恩師にして上司であった北条時敬がこの月19日をもって広島高等師範学校長に転任、翌日付で四高校長に吉村寅太郎が就任した。西田はさっそく新校長を

訪ね、かねてより北条に頼んであった寄宿舎（時習寮）舎監辞任の件を申し述べた。その時の第一印象は、互いに好ましいものではなかったのだろう。おそらくはその愚痴をこぼしているさい、西田は体質的にあまり受けつけぬ煙草をつい過ぎさずにいられず、「よふて話す能はず」となった。校長とはよほど人間的に合わなかったと見え、翌年には「露骨に申せば吉村校長の技量は庶務課長の上に出でず」（7月6日堀維孝宛書簡）と書き放っている。学生に宗教の話はするなとか、学者はこの学校にいらん、学者になりたければ大学に行けとか、体が弱く休んでばかりで困るとか、校長の小言は日を追うごとに西田の心に突き刺さった。学校への不満が増すにつれ「柴宏来り巻煙草入をもらふ」（明治38年10月4日日記）と、喫煙が既に習慣化していたようであるし、明治41（1908）年2月21日にも「乗杉に逢ふ、熊本に行くといふ。夜煙草に酔ふて苦む」とある。だが、四高教師時代の日記に、煙草に関する記述は、以上の三カ所しかない。さほど煙草に深入りすることなく、学習院、そして京大へと、つつがなく転進をはたせたようである。

念願のプロフェッサー、それも、押しも押されぬ京大教授。世に出られぬ恨みに泣いたのは昔、いまや公的に安定した地位を得た壮年の西田は、しかし煙草にはまり込んでいく。そしてそれは、学者なればこそその特殊事情のせいであった。大正2（1913）年9月23日の日記に「煙草をのみて頭痛し、煙草は廃せねばならぬ」と、初めて喫煙を自己に禁ずる記述が登場する。実はこの年の元日に『『思惟と直観』といふ文をかき始む』とある。すなわち『自覚における直観と反省』にとりかかったのである。いまだ心理主義的ニュアンスの濃かった純粹経験の立場から、フィヒテ的・先験的な「自覚的体系」の立場への移行を試みたこの著作は、自身「此書は余の思索に於ける悪戦苦闘のドキュメン

トである²⁹⁾」と告白したように、大いなる知的苦しみの産物であった。その様子は日記からもうかがえる。「先日より『思惟と直観』といふ文考へて思想纏らず大に煩悶し居たが、夜一つ有力なる思想を得て、従来の疑問に一解決を与へたるが如し」(同年1月13日)、「けふはまた分らなくなつてしまつた」(1月15日)、「けふは頭の具合わるし」(7月12日)、そしてついに大正5年1月19日と24日の豫記欄に「Don't smoke.」が初めて登場する。翌年2月27日によろやく「午前『自覚における直観と反省』完結」とあり、以後しばらく煙草の記述はやむ。

西田は、元から執筆に煙草が手放せなれたちなものではなかったようだ。娘の弥生が『善の研究』執筆時の様子を回想した文章を見ると、「結跏趺坐の姿勢で目をつぶって、足の先を貧乏振りさせながら考えて居る³⁰⁾」とはあつても、「煙草をプカプカふかしながら考えていた」とは一言も書いてない。西田がヘビースモーカーになったきっかけは、ずばり『自覚における直観と反省』執筆だったと断言できるであろう。

なぜ執筆や思索に煙草が必要なのだろうか。ここで、煙草の薬理作用に注目してみたい。煙草の煙の中に含まれる化学物質は2000種類以上確認されているが、このうち中枢神経に作用し、喫煙による快感すなわち「多幸福感」を作り出しているのがニコチンである。アルコール、カフェイン、麻薬、覚醒剤など人間をして習慣的摂取にかりたてる薬物は、すべて多幸福感のゆえに摂取されるのであるが、ニコチンの場合、鎮静と興奮という相反する作用を兼ねそなえた「二相性の精神効果³¹⁾」を持つのが大きな特徴だ。緊張している時に吸えば心をリラックスさせ(寝る前の一服)、眠くてボーッとしている時には頭をハッキリさせる(目ざめの一服)。ニコチンは、われわれの覚度(頭のはっきりしている感じ)をつかさどる脳幹網様体や大脳辺縁系に作用して、少量では興奮効果を、大量で

は抑制効果を優位に及ぼす³²⁾。その興奮効果による覚度と心理的緊張度の上昇が、記憶保持能力、集中力、情報処理能力などを高めることが、諸種の実験により確かめられている³³⁾。しかも、ニコチンは吸入されて約7秒で脳に到達する速効性がある反面、代謝されるスピードも速く、体内で濃度がピークに達してから半減するまでの時間が30ないし60分と、他の依存性・習慣性薬物に比べて短い。したがって、効果の消失も速い³⁴⁾。机に向かい本の執筆に没頭している時など、しぜん次から次へ火を点け、チェーンスモッキングすることになる。

『自覚における直観と反省』は、いわば煙草の助けを借りて書いた著作だった。そこで「絶対自由の意志」という意志万能の立場が説かれたのは、ある意味で皮肉である。煙草という物質に頼る自分。しかも煙草は、菓子にもまして純然たる嗜好品、滋養にも何にもならぬ「無益ノ者」である³⁵⁾。西田は、かつて菓子の誘惑を意志の力で克服した(あるいは、少なくとも克服しようと試みた)時のことを思い出し、ゲームズ流に意志の努力を保持するべく、日記に「Don't smoke.」と記入したのであるだろうか。だが、もしそうであるなら、明らかに西田には誤算があった。菓子と喫煙を同列に考え、どちらも意志による克服の対象と見なすのは正しくない。ニコチン依存は、アルコールや麻薬、覚醒剤と同様、れっきとした薬物依存だからである³⁶⁾。その依存性は、多幸福感を得るためにその薬物を欲求する「精神的依存」と、薬物が体内から消失していくにしたがい気分、行動や身体機能に退薬症候(いわゆる禁断症状)をきたす「身体的依存」よりなる。そして、意志の力なるものは精神的依存に対してしか有効ではなく、いわば半分しか用をなさないのだ。そのため現在では、医師の処方監督のもと、代替物(ニコチンガムや皮膚に貼るニコチンパッチ)の漸減的使用のような薬物療法が併用されるのが普通であ

る。だが、医学も本人の認識もとうていそこには及ばないこの当時、西田はただただ、おのが「意志薄弱」に苦悩することになる。その間、ニコチンと共に吸入される一酸化炭素やタールは、確実に彼の呼吸器や消化器をむしばんだ。

西田を単なる喫煙者からヘビースモーカーにしたのが『自覚における直観と反省』なら、さらに病的ヘビースモーカーにしたのは、彼の家庭を矢つぎ早に襲った大きな不幸であった。大正8（1919）年9月14日、妻の寿美が突如脳出血をおこして倒れ、以後意識はあるものの身体のまったく動かない寝たきりになってしまう（五年余りの闘病をへて大正14年1月23日に死去）。翌9年4月には長男の謙が腹膜炎で入院、看護のかいなく6月に帰らぬ人となった。大正10年頃より三女静子も肺結核を患い、すっかり病弱の身となる。翌11年5月には四女友子と六女梅子がチフスで重体となり、友子には高熱の後遺症で知能の障害が残った。西田と二男外彦のほかは家じゅうが病人、「子は右に母は左に床をなべ春はくれども起つ様もなし」（大正12年2月10日日記）という悲惨なありさまであった。のちに京大退職にさいし西田は、あれほど苦悩のうちに過ごした金沢の四高教授時代を「私の心身共に壮な、人生の最もよき時」と呼んだ。「近来」の「家庭の不幸に遇い、心身共に銷磨し³⁷⁾」た日々比べれば、あんなものは苦しさ、つらさのうちに入っていなかったという実感なのだろう。

極度のストレスが薬物依存をひきおこすことは、動物実験により確かめられている。レバーを押すと自由に薬物が供給される環境下で飼育されているラットなどの動物に、さまざまなストレス刺激を与える。尾をつまむ、足へ電気ショックを与える、食餌制限をする、闘争的なグループに入れるなど。すると、こうしたストレス条件下では、コカインやアンフェタミンなどの興奮薬、アヘン類、アルコール等の自己投与

行動（レバー押し）が促進されることが観察された³⁸⁾。この頃の西田の日記を読むと、不謹慎なたとえではあるが、まさにストレスに圧迫され、どこにも逃げられず、狂ったようにレバーをカチャカチャ押し続けるラットを見るようないたましさを禁じえない。

家族の死や病気は、大きな精神的苦痛であるばかりか、看護や家事、葬儀の手配などで人を多忙にし疲労させる、心身両面で苛酷なストレスである。謙の死後ほどない大正9年7月1日、日記に「smoke 2」とある。喫煙への耽溺は、長男の死で西田の心の何かがブツンと切れたためだったのだろうか。翌年、巻初のページに「Don't smoke.」とあり、以後昭和2（1927）年6月14日「七本〔吸った〕」まで、毎年びっしりと禁煙や煙草に関する記述が並ぶ。時間的および心理的に余裕がないためだろう、この時期の日記は非常にシンプルで、「Don't smoke.」一言だけしか書いていない日も多く、異様な外観をきわだたせる。

禁煙せねばならない理由を、彼は明確に把握していた。自分にはやるべきことが多く残されている、と。「Prohibit your smoking. You have many things to do. You must live at least to seventy.」（大正10年6月1日）、「予は成すべき事多し、その為には衛生をつとめ長命せざるべからず」（大正11年2月11日）、「成すべき事」は公私二つあった。仕事すなわち哲学の著述を完成させることと、家族の扶養とである。「Don't smoke. You must finish your work.」（大正10年6月18日）、「両児肺をやむ、吾此児等のために生きざるべからず。Don't smoke. Take care of your health.」（大正12年9月11日）。かくも自らに誓いを明言しながらも、煙草を断つことはできず、身体はむしばまれるばかりであった。「夜めざめる時舌ががく胃が痛む。これは煙草の毒であらう」（大正11年5月24日）、「喫煙のため舌たぐれて出血」（大正

12年3月30日)、「又二本の煙草をのみて舌苦く胃いたむ」(同年4月17日)。そのたび彼は「意志薄弱」(大正10年1月3日)、「Why is my will so weak?」(大正11年5月12日)と、己れを責め続けたのである。

言葉だけではなく、実際に禁煙実行を試みたことも何度かあったようだが、結果は失敗だった。一例として、大正11年4月のケースを見てみよう。月初めから禁煙を誓う言葉が続いたのち、13日「Never, never smoke.」、14日「けふは一日頭不明」、15日「両三日禁煙、はじめ頭不明なりしもけふは明晰となりたる様なり、努力して此習慣を徹底せざるべからず」。つまり、13日から煙草を断ったことがわかる。16日「You must keep your prohibition of smoking today also.」、17日「You must keep the prohibition of smoking.」、19日「You must not smoke.」。ここまで禁煙が続いていたとすると、一週間の禁煙が少なくとも明らかである。ニコチン退薬症候は禁煙開始後一週内で最も強く現れるとされ³⁹⁾、ここを乗り越えるかどうかが大事なところだが、西田の苦痛もピークに達してきたようだ。20日「けふは脇本来り、それから又哲学辞書の濱田といふ男来る、誠に執念深きうさき男なり。毎日かゝるものに悩まされては何事もできず」。退薬症候の一つである怒りっぽさ、焦燥感、集中力低下が痛々しく伝わる文章である。24日「薄志弱行の者能く何をも成さん」、27日「Don't smoke.」、そして28日に「煙草のために胃に痛を覚ゆ」とあり、何日からかは不明ながら、とうに喫煙が再開していたことがわかる。もし禁煙期間が13日から19日までの一週間だったとすると、実はこれは最悪の禁煙パターンである。なぜなら、少なくとも一週間禁煙した後では、耐性(ニコチンへの体の慣れ)はその後の再喫煙により、一回目より早く再形成される⁴⁰⁾。つまり、なまじ中途半端に禁煙したために、ふたたび急速に依存へ逆戻りしや

すい。一般に薬物依存は再発を繰り返すゆえんである。この悪循環から西田も抜け出せなかったようで、イライラ、身体愁訴(耳鳴りなど)、睡眠障害(不眠や悪夢)、疲労しやすさといった、退薬症候を強く疑わせる諸症状の記述が日記の随所に現れる。

西田を煙草に追いやった苦しみ、そしてまた煙草から生じる苦しみ、この苦しみの連鎖を克服するために、禅に頼ることは今回はできない。大学の校務多忙もあり、ゆっくり坐禅する時間などないし、心の余裕もない。かつて一心に禅修行に没頭できたのは、家庭をかえりみなかったから可能だったのであり、家の中が安泰であればこそだった。それに、「設(たと)ひ発病して死すべくとも、猶只是れを修すべし。……此の身をいたはり用ひてなんの用ぞ。病ひして死せば本意なり⁴¹⁾」と身体への無頓着を説く禅の教えほど、この時の西田にとって従いがたいものはなかったろう。結局、彼は一切をおのが内にかかえ込み、孤独のうちに煩悶しつつすべてを耐えるしかなかった(しばらく後には、禅に代わって書が彼に精神の安定を与える役をすであろうが)。それは実に、孤独な闘いであった。

菓子の場合と異なり、西田が人前で談笑なり議論なりしながら煙草をふかしていたという描写が関係者の証言や回想記の中に見あたらないのは、奇妙なことである⁴²⁾。むしろ西田の典型的な喫煙スタイルは、高坂正顕が大正11-12年頃訪問したさい「書齋に通されると、先生は黙って煙草をくゆらして、何か思索に耽ってられるらしく、斜めに上の方を見られている⁴³⁾」状態にあり、そのまま黙って考えこんでいるので高坂も黙っていたとあるように、主として一人で書齋にこもり、孤独な思索の供としていたのが煙草だったのだろう。また下村寅太郎は、この頃の西田を評して、「家庭の中に殆ど不断に重病人を擁し、相次ぐ家庭的不幸や煩累のう

ちにあって、黙々と強靱な抽象的思弁的思索を遂行していた憂鬱にして剛毅な先生であった⁴⁴⁾」と述べているが、この「家庭的不幸」と「抽象的思弁的思索」とのギャップを、西田は煙草への逃避によって無理やりかろうじて埋めていたのだった。これを剛毅と呼ぶなら、実にいたましい剛毅というべきだろう。

だが、苦しみの中で西田は着々と進み続けた。そして何か新しい境地にいたったことが、昭和2（1927）年7月3日の日記に見える。「午後独り在宅、静思。静に半日を過す。三木来訪。煙草も一本ものまず。[太陽の絵を大きく描き] Wiedergeburt aus bösem Traum gewacht.いかなる腐木にも新しい生命の芽をふくことができる。けふ最[も]楽しかりし。」この日にどんな特別なできごとがあったのか具体的には不明だが、ともかくもこの日をもって、煙草の記述は日記から影をひそめる。そして同じ月の24日に『働くものから見るものへ』を終る、岩波へ」とあり、西田の哲学が新段階に入ったことをわれわれは知る。この著作の序に西田は「久しく私の考の根底に横たわって居たものを掴み得たかに思⁴⁵⁾」うと、満足げに書いた。そして翌年の京大定年退職をもって、水を得た魚のごとく、創造の華を一気に咲かせるのである。

実はこれ以後も、西田は煙草をやめたわけではない。退職をへて鎌倉で過ごすようになってから、ますます旺盛な著作活動に伴ってだろう、昭和4年1月と昭和5年2月の二カ所、煙草に関する記述が集中して日記に出てくる。しかし、「昭和二十一本」（昭和4年1月2日）、「敷島十二本、チェリ四」（同月6日）のように淡々と銘柄と本数を記録するその文面には、「Don't smoke.」のせっぱつまった悲愴感はもはやない。昭和6年12月に山田琴と再婚してからは家庭生活の安らぎをも得て、「新しい母を迎え

てからの父は非常に明るかった⁴⁶⁾」と六女の梅子は述べる。晩年も健康上、禁煙を建前としていたようだが、琴が書齋に入っていくと、火のついた煙草をあわててもみ消し、たもとに隠したというほほ笑ましいエピソードも残されている⁴⁷⁾。甘いものが大好き⁴⁸⁾な琴と一緒に、心おきなく菓子をお口に、鎌倉の家の裏庭に設けられた茶室で茶をたしなみながら、もはや何ものにも心とられず、西田の晩年（世間的には晩年だが、哲学的には最盛期）はゆったりと、晴れやかに、過ぎていったことだろう。

西田幾多郎の四高時代と京大時代は、いろいろな点でコントラストをなしている。若く野心に燃える西田と壮年から初老へ向かう円熟したプロフェッサー西田、公的・社会的不遇の時期と私的・家庭的不幸の時期、純粋経験の哲学と場所の哲学、等々。本稿ではその中で「菓子」と「煙草」というシンメトリーを取り出し、それぞれにおける人間西田の葛藤と苦悩、そして常に自己の完成を求めてやまない苦闘のあとを見てきた。

およそどんな哲学も、哲学者がその中で生きる生活世界に根ざし、そこから養分を得て生まれてくるものである。ここでは試みに、西田幾多郎という人の思想を、それを生んだ彼の生活態度 life に向きあう態度 とのかかわりについて考察してみた。

注

- 1) 西谷による「後記」『西田幾多郎全集』第17巻713ページ。以下、西田の著作からの引用は、この岩波書店刊『全集』（1947 - 1953年刊行）より、巻数とページ数を付して行う。ただし、日記と書簡は日付のみにて表す。また、日記・書簡・和歌を除き、漢字と仮名づかいを現代のものに改める。
- 2) 上田久『祖父西田幾多郎』南窓社、1978年、98ページ。

- 3) 西田静子「父」, 西田静子・上田弥生『わが父 西田幾多郎』弘文堂書房, 1948年, 34 - 35ページ。
- 4) 竹内良知『西田幾多郎』東京大学出版会, 1970年, 5ページ。
- 5) 氏原寛・小川捷之・東山紘久・村瀬孝雄・山中康裕編『心理臨床大事典』培風館, 1992年, 941 - 942ページ。
- 6) 上田弥生「あのころの父」『わが父西田幾多郎』53ページ。この軸は、西田が師事した妙心寺の虎関老師の墨跡になるものであった。下村寅太郎『西田幾多郎 人と思想』東海大学出版会, 1977年, 47ページ。
- 7) 鎌田茂雄『禅とはなにか』講談社, 1979年, 111ページ。
- 8) 『祖父西田幾多郎』94ページ。
- 9) 『正法眼蔵随聞記』懐装編, 和辻哲郎校訂, 岩波文庫, 1929年, 60ページ。
- 10) W・ジェームズ『心理学』今田寛訳, 岩波文庫, 1993年, 下264ページ。本書(原題Psychology, Briefer Course)は、ジェームズの心理学上の主著『心理学原理(The Principles of Psychology)』(1890年)の短縮版として1892年に出版された。西田が参照し『善の研究』の中に引用した『心理学原理』と内容的には同じであるので、以下本書より引用する。
- 11) 同書, 下302 - 302ページ。これと酷似した文章が『善の研究』の中に見られる。「意志は精神現象であって外界の動作とは自ら別物である。動作は必ずしも意志の要件ではない, 或外界の事情のため動作が起らなかったにしても, 意志は意志であったのである。」『全集』第1巻28 - 29ページ。
- 12) 『心理学』下304ページ。『善の研究』には次のようにある。「或事を意志するというは即ち之に注意を向けることである。」『全集』第1巻29ページ。
- 13) 『心理学』上203ページ。
- 14) 同書, 同ページ。
- 15) 同書, 上209ページ。
- 16) 『祖父西田幾多郎』131ページ。
- 17) 『全集』第1巻416ページ。
- 18) 『全集』第1巻155ページ。
- 19) 宮城音弥『タバコ』講談社, 1983年, 96 - 109ページ。喫煙と遺伝との相関は、双生児の追跡調査や、両親と実子および養子との比較により見出された。
- 20) 「あの頃の父」56ページ。
- 21) 宮里勝政『タバコはなぜやめられないか』岩波書店, 1993年, 118 - 132ページ。
- 22) 西田静子「父」34ページ。
- 23) 西田外彦「父」, 下村寅太郎編『西田幾多郎 同時代の記録』岩波書店, 1971年, 253ページ。
- 24) 高坂正顕『西田幾多郎先生の追憶』燈影舎, 1996年, 146 - 147ページ。
- 25) 「父」252ページ。
- 26) 『全集』第13巻439ページ。
- 27) 「明治二十四五年頃の東京文科大学選科」『全集』第12巻243ページ。「ケーベル先生の追憶」にも同様の記述がある。『全集』第13巻177ページ。
- 28) A・ウェテラー, J・フォン・トロシユケ『ひとはなぜたばこを喫うか その心理学と社会学』原一雄監訳, 後藤富士雄訳, 新曜社, 1987年, 61ページ。
- 29) 『全集』第2巻11ページ。
- 30) 「あの頃の父」54ページ。
- 31) 『タバコはなぜやめられないか』26 - 27ページ。
- 32) ニコチン分子の化学構造は、神経伝達物質アセチルコリンと似ており、脳内でアセチルコリンに代わりその受容体(レセプター)と結合する。レセプターと結合すると興奮が伝えられていくが、ニコチンとレセプターとの結合は、アセチルコリンとの結合より安定して持続が長い。したがって、ほとんどのレセプターがニコチンで占められていると、この伝達系を介する反応は阻止されたり抑制されることになる。これが、ニコチンの興奮作用と鎮静作用という二相性のもとと考えられている。『タバコはなぜやめられないか』58 - 61ページ。
- 33) 車の運転における信号見落としの頻度、無意味つづりの記憶、色名呼称テスト(一連の色の名前が書かれた文字のインクの色をできるだけ早く正確に言わせる。インクの色と書かれた色名が一致しないようにしてあるので解答に苦労する)といった実験が行われている。『タバコ』58 - 71ページ。『タバコはなぜやめられないか』68 - 70ページ。
- 34) 『タバコはなぜやめられないか』49ページ。
- 35) 同じくスモーカーであった夏目漱石は、明治38 - 40年発表の『吾輩は猫である』の中で、主人公の猫「吾輩」におのが姿を揶揄させてい

- る。「なんのために、かくまで足しげく金田邸へ通うのかと不審を起すならその前にちょっと人間に反問したいことがある。なぜ人間は口から煙を吸い込んで鼻から吐き出すのであるか、腹の足しにも血の道の薬にもならないものを、恥ずかしげもなく吐吞してはばからざる以上は、吾輩が金田に出入するのを、あまり大きな声でとがめだてをしてもらいたくない。金田邸は吾輩の煙草である。」角川文庫，1962年，135ページ。
- 36) アメリカ精神医学会の「精神疾患の診断分類マニュアル」は、ニコチンを依存性のある物質として特定し、正式に「ニコチン依存」と命名している。また、WHO国際疾患分類において、ニコチン依存は「精神及び行動異常症」として分類されている。伊佐山芳郎『現代たばこ戦争』岩波書店，1999年，35ページ。
- 37) 「或教授の退職の辞」『全集』第12巻170ページ。
- 38) 宮里勝政『薬物依存』岩波書店，1999年，64 - 66ページ。
- 39) 『タバコはなぜやめられないか』35ページ。
- 40) 同書108ページ。
- 41) 『正法眼蔵随聞記』30ページ。
- 42) 菓子に関しては、四高教授時代に教え子が西田の自宅を訪ねると、西田がせんべいを手ずから出してくれたが話すうち自分でそれを全部食べてしまったことや、つねづね生徒たちは西田宅訪問の心得として「遠慮していると先生が自分で食べてしまうから、お菓子は出たらすぐ食べなくてはいけない」と言い合っていたことが、当時の教え子たちによって伝えられている。『祖父西田幾多郎』130，148ページ。
- 43) 『西田幾多郎先生の追憶』14ページ。
- 44) 『西田幾多郎 人と思想』12ページ。
- 45) 『全集』第4巻5ページ。
- 46) 金子梅子「父母の思出」『西田幾多郎 同時代の記録』284ページ。
- 47) 高坂が琴から聞いた話として『西田幾多郎先生の追憶』147ページに書いている。
- 48) 上田久『西田幾多郎の妻』南窓社，1986年，99ページ。

(2002.12.17. 受理)