日本女子大学校長成瀬仁蔵先生述

実践倫理講話筆記

明治四十二年度ノ部

補遺

十一月十日　大学部全体の為めに …… 1
十一月二十四日　大学部全体の為めに …… 3
十二月八日　大学部全体の為めに …… 6

日本女子大学成瀬記念館

[中表紙]
大学部全体の御話
明治四十二年十一月十日

明治四十二年十一月十日
大学部全体の為めに

今日は、前からの続きを説く筈でありますが、目下必要なことを少し言って置きたいと考へます。併し、目的論から全く関係を離れたものではありません。

[Sub]

それは英語ではSubconsciousnessと云ふことであります。此のSubと云ふ字の意義は、次或は第二と云ふことであって、全語の意義は第二意識、又は次意識と云ふことである。

Subconsciousnessと云ふことをお聞きになった方は……

之れは学術語でありますけれども、其の学術語でない通俗の詞では、其の意味をお考へになったことが、確かにある。今日学んで居る処の心理学で、必ず何処かに、此のSubconsciousnessと云ふことがあるのです。又、宗教の方も大変そー云ふ傾きが出来て来ました。

[目下の傾向]

Christ教などでChristian Scienceと云ふことも心理学的宗教と言ってもよいのである。宗教がこのよーになって来たのは事実であります。又、科学の研究に於ても前に申したよーに、十九世紀の科学は物質に傾いた唯物論でありましたが、二十世紀の科学は其の機械の背後にある、物質の底にある処の潜勢力を研究すると云ふことになって居るのである。其の外、技芸、文学、哲学も段々と同じ傾向に向ひかけて来たと云ふことも、確に認めることの出来る事実であります。

それで今日、深い研究に志し、根本の修養を要求する者の為めに、此のSubconsciousness、或は之れに関係ある処の研究を始めることが大切であろーと考へるのであります。そー云ふ必要から此に此の問題を取ったのであります。之れについて私が一つの仮説を以て、殊に女性について其の心理状態を研究しよーとして居るのであります。故に、短時間に之れを説き明かすことは不可能のことでありますけれども、私はあなた方が其の研究に手を付け、其の道を開く其の参考ともなることを少し紹介しよーと思ふのである。

此のSubconsciousnessと云ふ考へは今日始まったものではありません。併し、今迄は甚だ漠然たる光が顕はれたのみで、殆んどつかまへ処がなかったのである。処が此の頃、大分確かなる観察が出来て来たのである。

此のSubconsciousnessと云ふことは昔から心理的現象があったのであるが、其の解釈は甚だ迷信的であった。又、宗教の解釈は奇蹟でありました。之れはまだ宗教の開けない、科学の発達しない暗黒時代のことである。併し心理学が成り立つに至って、此のSubconsciousnessは第二意識、第二人格と云ふことになったのである。

第二人格は、もー一層深い処に在る。仮令、第一人格は死すとも、第二人格は霊体となって限りなく続くものであると言って居った。そこで意識は第一人格で、Subconsciousnessは第二人格であると解釈した時代もあったが、之れは誤って居るのである。

[Semiconsciousness]

夫れから之れをSemiconsciousness半意識と云ふよーに解釈する人もあるけれども、之れはSubconsciousnessを説き明かすに完全なものではないのである。其の次は、Abnormal consciousness。之れは病的意識と云ふことである。或は、病気にかゝって、通常の意識を失ふて催眠術にかゝって居る、又は狂気、精神病的のものであると云ふよーに考へるものもある。之れも一部の真理で、決して充分にSubconsciousnessを言ひ表はしたものではない。

[潜在意識]

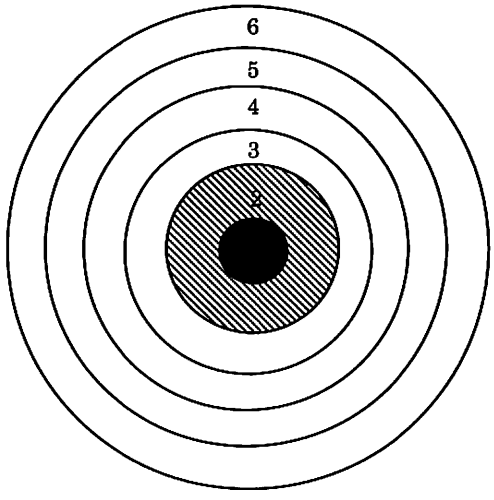
次には、Subconsciousnessは意識に上らない精神活動である。即ち意識の届かない活動、観念、傾向、力である。之れを人に由りましては潜在意識、或は潜伏意識と云ふよーな具合に説き明かして居る人もあります。

私は自分のHypothesisを表はすに、無論、色々な今日の心理学者の説は一通り目を通して私の独断的ではないが、私は此のSubconsciousnessを最も深く、又広い意味に取りたい。其の関係を説き明かす為めに、ミシガン大学の教授エンセルと云ふ人の図解を借りて、此に説明をしよーと考へます。

先づ私は、Consciousness精神活動力と云ふ意味に於て云ふ処の、宇宙の力を大別して三つにしたい。

宇宙力
1. Consciousness
2. Subconsciousness
3. Unconsciousness

1. The focal point of attention　意識
2. Active consciousness　活動的意識
3. Diffused consciousness　散漫せる意識



4. Subconsciousness　第二意識
5. None consciousness　無意識
6. The unknown world　宇宙

一番真中に集中して居るのが、我々の自覚して居る目的に集中して居る意識である。

Subconsciousness は即ち我々の自我意識と無意識的自我との間に在るものである。けれども之れはどちらに近いかと云へば、我々自我意識に近いのである。又、Subconsciousness は実に我々の精神活動の域内である。然れども亦之れを Consciousness に比ぶれば、又中々広大なものであるけれども、此の Unconsciousness は即ち無限である。そこで今日説き明かしを致したいのは此の三者の関係である。

意識的我と Subconsciousness と無限と意識我とが、どー云ふ関係で働いて居るものであるかと云ふことを考へたい。これに来るには淵源がなければならない。之れを来す処のものは即ち Subconsciousness である。我々の力、精神、人格は、大に此の Subconsciousness に関係するのである。此の淵源をさぐり、又之れを研究することは必要なることであります。又、之れには何なる処置を取らなければならないかと云ふことは問題である。

Subconsciousness に籠る力はどんなものであるか……

例へば、我々に一つの傾きがある。此の頃、皆さんが目的を立てゝ居るが、夫れに大切なるものが二つある。即ち Genius と外部の要求とが一致して、之れがきまるのである。才能を知り、傾きを知る。之れを自覚と云ふのである。自覚とは Consciousness である。之れの根は何処に生へて居るのであるか。之れは広義に於ける本能である。我々が生れながらに違った性を持って居るのは、幾千年来の遺伝である。

私は本能を Subconsciousness の中へ入れる。夫れを我々が修養を積んで、第二の天性、品性にするのであるが、夫れは多くは意識しない処にある。先祖から代々伝はり、又、宇宙から、社会から受けた第二の天性も、多くは此の Subconsciousness の中にあるのであると考へてよいと思ふ。之れを Kant は Practical reason と言ふのであります。之れは生れながらにあるもので、人間の力でけすことの出来ぬものである。併し今日の Science から言へば、本能、遺伝と言ふのであります。

神は目で見る可きものでない。理性で考へるものでない。自ら感ずるのである。我々の中に供はって居る、説き明かしをすることの出来ない、其の目の届かない処に潜在する感情である。

Schopenhauer、Hartmann は、之れを、無意識的絶対と有限と自我と客観と融合したものと言って居る。無論、之れを丁度 Subconsciousness とは其の人々は言はないけれども、今日の心理学、形而上学から夫れ等を統一すれば、丁度そー云ふよーになるのである。

Kant の Postulate、宗教の信仰は殆んど我々の考へることの出来ない深い処の力である。

我々の力は意識に上ったものゝみではない。我々の精神活動は、もー一層深い処にある。又、もー一層強い処を供へて居るものである。夫れで、今日の学問の力を入れて居ります処は、殊に心理学、社会学等に於て考へて居る処は、Consciousness と Unconsciousness との関係、夫れに Consciousness と宇宙と物質との関係で、其の間に存在せる Subconsciousness の関係と云ふことである。

つまり、我々の Consciousness は決して風前の灯火の如きものではない。浅間山の火山の煙の如く永久絶えないものである。其の深さは無限である、太洋の水の如きものである。

Consciousness の届かない処には無限の力がある。夫れを自覚し、実現するのが人間の活動の目的である。夫れで無限なる力を養ふ、永久尽きん処の源を開拓せんとするならば、此の Subconsciousness に潜在意識の無限の力を取り出すよーにしなければならないのであります。

夫れで、つまり我々の実力、又は我々の人間力、精神力と云ふものは如何にして開拓し得るか、どーしたならば我々の出来なかったことが出来るであろーかと云ふ道を、大体御話をすることが必要であろーと思ひます。

[睡眠]

之れを養ふに、大凡そ大切な活動が三種類程あります。

第一を睡眠。

第二を人工的睡眠（催眠）。

第三、意識、自覚。

此の三つの関係を説いて、其の応用を言へばよいのでありますが、時が足りませんから私は直ちに応用の方を言へば、自ら Subconsciousness が如何なるものであるかがおわかりになるであろーと思ひます。

第一に睡眠と云ふものは、Subconsciousness の世界に此の意識的活動に表はるべき潜在力を養ふ積極的活動である。睡眠は活動、或は建設的のものであって、Subconsciousness に土台を拵へる処の積極的働きである。

[心理状態の二種]

我々の心理状態の活動には二つある。

其の一つを神経機関の Organization。

第二を心意的活動の Organization と云ふので、此の二つは離る可からざる関係を持って居るのであります。

是れ迄は意識作用は、睡眠時間は中絶するものであると考へて居ったが、全然違うのである。精神的活動は永久に止まないものである。睡眠中にも変形の活動をして居るのである。睡眠中、大に意識的活動の素養をなすものであることを発見せられたのである。寝た間に、心の活動と云ふものが止まって居るのではなく、仕事を変じて居るのである。我々の精神活動の原動力となるものは脳細胞であります。之れが完全に発達し、其の細胞と細胞との関係が結び付き、一致協同して始めて意識的活動が起るのである。そこで Subconsciousness は睡眠中に於て、其の命の土台である処の細胞を建設せねばならぬのである。其の欠損したる処を補ふ必要からして、此に Subconsciousness の状態に入る。夫れを顕微鏡で見れば、下図のよーになるのであります。

眠って居るときは不規則になり、心も不規則になるのである。其の変化は、細胞の中に非常に酸素の分量が欠乏して、

其の多くの手が縮まって来るのである。そして其の働きを減じて来る。其の間に於て欠損を補ふ。故に、睡眠は決して消極的のものではないのであります。

も一一つ、我々の此の意識の活動は大脳の中の働きである。そして其の働きを減じて、大脳と小脳の中枢の関係が分離し、下だけは働いて居るけれども、上の観念の働きは仕事を休む。つまり眠ると云ふことは、脳の中心と中心との一時的中止、及び細胞の修繕に力を入れると云ふことである。

[安眠の必要]

そこで品性を修養し、観念連合を強固にし、感情の状態を完全にする力の根を養ひ、精力の淵源を豊にするには、充分なる安眠と云ふことを怠ってはならない。常に安眠を不足にし、安眠中も尚ほ不完全なる働きをするよーなことになると、其の人は其の力の根底を破壊することになる。貯蓄を放散することになる。昼考へた処の観念、意識、感情を将来の為めにSubconsciousnessの中に貯へんとするならば、安眠を充分にすることが必要である。それで脳髄の発達の盛なる人は、之れに正比例して睡眠の時間も余計に要するのであります。老人になって新観念が出来ないよーになると、睡眠が減じてもよいよーになります。併し、睡眠時間は其の人人に由って差があります。

Edisonの如きは、二時間乃至三時間であった。伊藤公も極めて少ない方でありました。之れに反してDarwinの如きは、二十四時間の中、二時間集中する丈けで、Spencerの如きは余程寝る時間が多かったのである。

Doctor Johnsonと云ふ人は朝寝をした処ではない。昼から三時頃に起きたと云ふことである。処が五十四才の時から朝五時に起きることにした処が、間もなく死んだのであります。或人が、彼れの死は睡眠不足の為めに其の時機を早めたものであると言って居ります。

六日間睡眠をさせなかったならば、遂には死ぬのであります。故に、充分に眠って、充分に働くと云ふことが大に大切なことであります。

[中表紙]
大学部全体の御話
明治四十二年十一月二十四日

明治四十二年十一月二十四日
大学部全体の為めに

社会又は心理学的境遇
意識
Subconsciousness
Unconsciousness
The unknown

Subconsciousnessとは今潜在して居るが、一つの条件を与へると直ぐ意識に現れて来る。故に、之れは大分意識に近いのである。そーして此の中に入って居るものは、我々の祖先、即ち、人類の一度経験したものが入って居るのであります。

Unconsciousnessとは意識に遠い、即ち意識になりにくいものである。故に此の前申したよーに、我々の生理的の運動、即ち消化器、呼吸器、循環器の作用、或は眼の伸縮の働きの如きものは我々の意識の作用には余り上って来ないものである。併し、UnconsciousnessとSubconsciousnessとは時に同意味に使はるゝことが多いのでありますが、多くは意識に上らない活動をSubconsciousnessと言ひ、精神上の働きをUnconsciousness、即ち無意識と申します。Subconsciousnessの境域よりも一層下にあって、意識に上りかねた状態を言ふのである。しかし、そのSubconsciousnessの中に、Unconsciousnessの活動は影響するものであります。こゝにある働きは、猶ほ一層深いところに影響するのであります。只、程度の少し違ふことを言ふのである。所謂、意識に上らない処の精神活動を言ひ、Unconsciousnessは生理的の方面を言ふこともある。図解に示したよーに、Subconsciousnessは意識に近いものであり、Unconsciousnessとは意識に上りにくいものでありますが、又精神上の方面にも言ふことがあります。

[感情]

Unconsciousnessの下は猶ほ通常に言ふSelf主観の区域を超越して居るのであります。之れがSchleiermacherの言った感情と云ふよーなもの。つまり宇宙の本体と云ふよーなものは、此の我々の肉眼で見ることの出来ないのみならず、心眼で道理を以て弁明することも出来ぬが、只Subconsciousnessを以て考へられる。つまりSchleiermacherの所謂、波動である。Kantの実践理性に言ふ良心で、つまり我々が善悪を批評し、直感することである。直感と云ふ中にもいろいろあって、階級的規則を直感と言ひ、Kantは公理を直感と言って居ります。我々人間の行為の原動力はSubconsciousnessで、之れを科学の方から言へば本能であって、我々の先祖から我々に受けた処のもの、行為の習慣が我々の心の中に存在して居る。之れが、つまり我々の行為の原動力であります。そこでSubconsciousnessの中には我々が意識をしないけれども、誠に有力なるものを持って居るのであります。我々が理想にあこがるゝとか、又向上してゆく力、之れが即ちKantの言ふ実践理性、或はSchleiermacherの所謂、感情で、宗教家の言ふ神の力、其の他宗教に言ふ神通力と云ふよーに、色々の名をつけて居ります。我々の遺伝、習慣となって意識となって居るものを良心と言ふのであります。未だ意識に上らない精神活動の状態をSubconsciousnessと言ったのであります。

そこで我々が、よく知らねばならぬ。又我々の修養、或は実力と云ふものも、此の意識に上らない所の下の方のものに気をつけねばならないのであります。

此の前に、自覚の特徴として、第一に弁識力
第二、活動
第三、目的確立
第四、改善
と云ふ四ヶ条について、極大体だけ申しておきました。所が、

今言ふたよーに説明が不充分であった為めに、はっきりと其の意味がよくとれて居ないかと思ひます。此の意味と我々の精神的の四囲の境遇と其の下の Subconsciousness と云ふものについて、もー一層考へておかねばならぬかと思ふ。

此の Subconsciousness と云ふものと、此の上に在る処の今日の我々の精神的境遇、或は社会と、此の両者を結びつける働きをするのが、意識の目的であります。即ち、此の意識以上にある処の世界の影響を Subconsciousness に与へ、Subconsciousness の働きを此の意識以上にある其の社会、即ち此の精神的境遇に及ぼすと云ふことです。之れは余程深い意味が其の中に入って居るのであります。其の関係を今日は、充分わかるよーに説き明かしたいと思ふのです。其の前に、意識の働きを明らかにしなければなりません。

[注意力]

此の前に、意識の特徴を凡そ四つにわかって説き明かしを致しましたが、猶ほ夫れだけでは、はっきりとしない。もー一層具体的に意識の働きを考へないと、其の関係がはっきりとしないと思ふ。つまり、此の意識を明らかにする、意識の特徴を確実にするならば、此に一番大切な要素となるべきものがある。即ち、英語で言ひますならば、Attention 注意力である。注意力は意識の真髄とも言ふべきもので、凡ての精神活動の重要なる中心をなして居る。そこで、凡ての意識、即ち知情意と云ふ、いろいろなる形に現れる意識には、此の注意と云ふ力が伴随するのである。若し此の力の不充分なる、注意力の弱き者は、即ち意識の弱きもの、即ち能力の弱きものである。低能児、所謂 Idiot と云ふ様なものは、注意力の弱きものを言ふのである。今日、賢愚をはかるには、此の注意力を計るのである。又、低能児をして健全なる、当り前の能力に回復せしむるには、此の力を回復するのである。

我々の実力を積むと云ふことも、我々の品性を修養すると云ふことも、此の力を磨くより外、仕方はないのである。此の注意力はど一云ふ力であろ一か、又ど一云ふ心理状態であろ一かと云ふと、第一の特徴は Clear consciousness 明晰なる意識、つまり此の注意力の第一の特色は意識を明晰にするのである。之れについて心理学者の Kahn は、我々の眼の作用を例証として説明して居ります。其の他の学者も之れに賛成して其の詞をひいてあるよーに、私も感じて居るのであります。夫れで、ど一しても意識を明らかにするには、注意力を用ひねばならぬ。

そこで注意力は一観念、一感覚、或は一対象物が明晰の度、顕著の度を増加したものである。故に、観念なり感覚なりが明晰になることと、其の意識が熱烈になる、顕著になると云ふことは、即ち注意力に由るのであります。之れが学問をする時に興味が必要である、又必ず感情が伴はねばならぬと云ふことを申しますが、之れは注意に由って出来るものである。又、古い学説には、感情と興味とは注意の条件であると言って居りますが、之れは間違ひであって、注意と云ふ働きには興味と感情が共在するのであります。即ち注意の条件は興味と感情であると云ふことは、今日では一致しないのである。兎も角も、興味と云ふことは大切なものであります。此の感情、興味を強くすると云ふことは、意識を強くすることが其のもとである。即ち、注意を強くすることであります。

或心理学者は、注意とは目的に向ふ所の傾向である。之れを意志とも言ふ、と言って居ります。

[意識と注意は同一なり]

やはり、此の意志と云ふものと注意とは離る可らざる関係のあるものである。意志とは注意の条件を人格化したる総称であると言ふことが出来るのであります。夫れで此の注意は、意識の真髄であると云ふことは確に間違ひないのであります。

Kahn と云ふ人は、意識と注意とは同一物である、と言って居ります。此の説き明かしは、注意とは凡ての意識の中に含蓄して居るものであり、凡ての意識には必ず注意の伴ふものである。詞を換へて言へば、注意が種々に変化したものが、種々の意識である。夫れでありますから、注意の程度と意識の程度とは正比例になる。即ち、同じ結果になるのです。注意の度が進めば、必ず意識の度が進むのである。

此の注意を感情、自我意識、又は推理の働きと云ふよーに、いろいろなる方面に現れた意識を説明すると、もー一層明らかになりますが、之はやはり今日のしまひの方迄行く為めに残しておきまして、時間の余りがあるならば申すことに致しましょー。

[注意の条件]

其の次は注意の条件。注意は如何なる条件の下に起るものであるかを申します。夫れを大別して二つとし、更に第一を三つに小分けし、第二を三つに分けます。

第一　主観的条件
- (1) 教育
- (2) 社会的感化力
- (3) 遺伝

第二　客観的条件
- (1) 強度
- (2) 広度
- (3) 時間

其の教育と社会的感化力、及び遺伝は Subconsciousness である。つまり、第一の主観的条件は Subconsciousness であり、第二の客観的条件は四囲の境遇であって、注意の起りは此の両方から来るのであり、又互に相反射して出来るのであります。

そこで第一、此の主観的条件は我々の凡ての教育に由って拵へました所の我々の習慣であり、第二の天性であります。我々が教育に由って、訓練に由って拵へた所のもの、又は受けた所の習慣であります。故に、同じ四囲の境遇にあっても、同じ暗示を受けても、其の意識になると云ふことは必ず人に由って相異るのである。其の向ふ処の種類が違ひ、又人に由って其の注意の注ぐ度も違ふのであります。つまり、我々がど一云ふ習慣を持って居るか、ど一云ふ興味を持って居るか、又ど一云ふ知識を貯へて居るかと云ふことに由って違ふのであります。

之れは、実験心理学で研究が出来るよーになって居る。いろいろな機械を用ひて、注意の度を計ることが出来るよーに

なって居ります。もー一つは、解剖学、組織学などが盛んになって、委しく之れを実験することが出来るよーになりました。けれども、そー云ふ機械を用ひなくても、常識を以て皆さんが容易に悟ることが出来るのであります。

(1) 触感の一番鋭敏な所は何処かと云ふと、そー云ふ教育を一番余計に受ける境遇にある処であります。目も見えず、耳も聞こえないケレンと言ふ人などは、凡てのことを只一つの触覚に由って解釈するのである。そー云ふ人が大学を卒業して、大きなる著書をする。其の他、宇宙の凡ての物を触覚に由って、悉く解して了うのであります。

私は盲唖学校に行って驚いた。唖と云ふものは耳も口もきけないから、只目を以て人の話をきゝ、口と舌と唇と歯と、そこらの動き方に由って、人の言ふことをすっかり了解するのであります。あなた方は話をきくとか、其の他音楽、美術と云ふよーなものについては了解するであろーが、内省的、即ち哲学とか心理学とかの深い問題について、凡ての経験を統一して深い問題を解決する。こー云ふよーなことを、Reasoning power と言ふ。其の力がどれ丈け養はれて居るであろーか。之れは余程六つかしいことであろーと思ふ。例へば此の頃、どー云ふ書物や雑誌が世間に喜ばれて居るかと云ふことはわかるであろー。けれども、夫れが何故に喜ばるゝか、何故に宜しくないかと云ふ様な事はわかりにくいでしょー。そして、あなた方の注意は興味ある所に注がるゝのである。故に、あなた方の興味は、どー云ふことに注意を注ぐかと云ふことに由ってわかるのであります。

(2) 社会の感化力。 之れは我々が社会から教育を受け、社会から暗示を受けることを意味するのであります。

(3) 遺伝。 此の遺伝と云ふのは、先祖から及び、人類的に伝はったものが、皆、我々の Subconsciousness の中に沢山あるのである。我々の教育にてなれる精神的傾き、我々の気質、本性と云ふものは、どー云ふことに注意を惹くかと云ふことに由って出来るのであります。此の注意は又、人をして千差万別ならしむるのであります。同じ境遇に居っても、同じ本を読んでも、同じ話を聞いても、銘々採る処が違ふと云ふのは、此に原因するのであります。

丁度、同じ畑に植えても同じよーなものばかりは出来ぬよーに、我々は同じ畑に居っても様々なものが出来るのであります。夫れが即ち銘々の Genius であり、天性であって、之れが銘々の目的を定め、天職の定まる所なのであります。

第二、客観的条件。之れに二つあって、一は物質的条件で我々の五官を刺激するものである。我々の目に見え、耳に聞こえ、我々の身体に触れる所の感覚、或は技術を見る。斯くの如きものを云ふのである。

第二は精神的、心理的、社会的四囲の境遇から来る暗示。我々が人の行ひを見、人の話をきき、書を読む。斯くの如きものが、我々の Subconsciousness を促す所の刺激である。暗示であります。之れが、我々の注意を起す処の本になるのである。其の又要素を分けると、第一を強度と云ふ。熱烈なる刺激の度合に由るのであります。例を言へば、今此に話をして居るが、太鼓の音でもするならば、あなた方は其の方に注意を向けるのである。又楽隊が通って、其の楽隊が度を増すならば、必ずあなた方の注意は惹きつけらるゝのでありましょー。

第二は拡がりである。拡がりと云ふのは、小さいものの方よりも大きいものゝ方が余計に注意を促すのである。狭いものよりも広い物に注意が行き易いのであります。

第三は、其の刺激の続く長さであって、つまり時間に由るのである。余り早く変るならば効が少ない。多くは、長く続くものが有力であるのです。

[程度]

夫れで、印象が深うなると云ふよーなことは、注意の続くことに関係があるのです。併し、此の注意の続くことも、其の人の Subconsciousness の中に含まって居る処の注意力の強弱に由るのであります。此の注意力の強弱が其の人の力の強弱であり、意識の程度であり、自覚の程度である。即ち、注意の程度が其の人の全体の程度であります。故に、自覚に必要なる注意力を養成することは、実力を養ふ上に最も大切なることであります。

之れを養ふ条件が二つある。

其の一は主観的条件で、夫れは (1) 教育 (2) 社会的感化力 (3) 遺伝、の三つに分けます。

もー一つは客観的条件で、小分けすると強度、広度、時間と云ふよーなものであります。つまり外から受ける処のものと、内から即ち我々の Subconsciousness の中から出るものとに由って、其の人の意識の状態がはっきりときまって来るのであります。

私は、皆さんが銘々の実力を増し、或は精神の渇望を慰安する為めに信仰を得んことをお望みになる、之れは誠に大切なことであると思ふ。そー云ふことを始めとして精神の事、自分の中の事、又は複雑なる社会の関係を考へることの出来る力、即ち深い注意力を養ふことが必要である。之れは誠に大切なことであると考へましたから、数回之れを説きましたが、今日もやはり予定の所迄進まれないのは、この問題が六つかしいからであります。故に、猶ほおわかりにならぬ所があるならば、今おきゝになってもよし。又、教育部からお出しになったよーに、研究して其の考へを纏めてお出しになっても宜しうございます。

今の意識と注意との関係の大体わかったお方は？

実は私は、あなた方が我国今日の一般婦人よりもお進みになるよーにと日夜考へて居りますが、皆さんどーか、もー一層自動的に研究なさることを希望致します。

[中表紙]
大学部全体の御話
明治四十二年十二月八日

明治四十二年十二月八日
大学部全体の為めに

過去十年間、今日に至る迄、我々は努力奮闘を続けまして、今や旱天に雲霓を望むが如くに、其の結果を見んとして居り、殊に明年、即ち来学年に於きまして、相当の収穫を得んことを渇望して居るのであります。其の如何なる結果、如何なる収穫たるやは、今年、殊に只今最後に於ける全校の傾向、あなた方生徒、学生各自の態度に由って、之れをトすることが出来る。其の態度、其の傾向は悉く、此の間からの問題として居る処の銘々の Subconsciousness の中に内在して居るのであります。

夫れで、今日は殊に此の問題を適切に考へて居る処の所以であろーと思ふのであります。私は此の時に当って、少しでもあなた方の方から何かの反響あらんことを期待して居ったのであります。然るに、此の前に一年の方から、今朝になりまして二年、三年の方から、大分之れに関する経験をお出しになりまして、私の非常に参考になり、且つ其の内容に接することを非常に喜んだのであります。茲に、今日私の説く即ち此の間からの問題を如何に各自の生活に応用するか、其の応用の方面に関するものゝ要点を挙げて見ましょー。

（報告及び質問等を省く）

つまり全体が、今日は其の応用の方を充分に深く考へたい。夫れがほんとーに自分の修養になる処の方法を見出だしたいと云ふ処にあるかと思ふのであります。夫れで先づ始めに、此の Subconsciousness と品性修養、実力培養とは、如何なる関係あるものかと云ふ問題、及び人の性は善であるか、悪であるか、又は善悪混交して居るものであるかと云ふ問題は、昔から、東洋に続いて参りましたよーに、今日は、之れを Subconsciousness と云ふ。

Subconsciousness の傾向は善か、悪か、或は善悪混交のものか。而して若し善悪混交、或は悪のものであるならば、之れを改善することが出来るか否や。又善なるものとすれば、猶ほ之れを充分、進歩発達し得るものか否やと云ふことに答へるのが順序であろーと思ひます。

Subconsciousness と品性修養の関係

前にも大体述べたよーに、此の Subconsciousness は銘々の中にある遺伝的、先天的傾向であって、吾人の思想及び行為の本源であり、根であり、動機である。此の根より個人の意志、品性、及び国民性は、意識の指導に由って進歩、発達し得るものである。故に、此の先天的傾向が個人、或は人種の発達を助長し、或は妨害するものである。之れが、品性或は知力と、此の Subconsciousness との関係の大体である。故に、人の性は此の先天的傾向の総和を云ふものである。そこで、も一一層委しく申すならば、此の Subconsciousness の中にも吾人の受けて居る処の遺伝、即ち先祖から受けたもの、国家社会から受けた遺伝、又吾人が後天的に習得した処の習慣及び神聖原理、英語で言ふ処の Divine principal であります。

夫れで、此の Subconsciousness の中には、我々の無数の先祖が生存して居る。此の幽冥界と言ってもよろしい。又、此の人類の歴史が書かれてある処の書物、又我々の生存し来った社会、国家が潜在して居る処と言ふことも出来るのです。其の上に、宇宙の神聖原理と云ふべき、永久不朽な無限な精神力が含まって居る処である。斯う云ふよーに、深い考へを只斯くの如き抽象の詞で、殊に此の学術語を使ふてお話し致しますと云ふと、其の内容が充分わかりかねるであろーと思ふけれども、之れを充分皆さんがお感じなさるよーにするには、余程の時を用ひねばならぬ。之れは到底、此の時間に為し能ふ処ではないから、皆さんが充分お考へになって、猶ほ其のあとは指導者になり、私になり、おきゝになることを希望致します。

[Subconsciousness の傾向]

そこで此の Subconsciousness の傾向を大別致しますと、凡そ二つにすることが出来る。

其の第一を特殊的傾向。之れを英語で言へば、Specific tendency 或は disposition と云ふよーな字に当ります。適性或は天才、即ち銘々皆、幾らか違ふ所を持って居る傾きである。之れは、下等動物には著しく現れて居る。特に、生れ落つるや直ちに其の傾向を現はして来るのであるが、人間は段々教育せられて、之れが顕れて来るのであります。人に由っては七、八才で顕はれる人もあり、十七、八になって顕れる人もあり、或はずっと年を取ってからわかる人もある。此の特殊的傾向は何に由って現れるかと云ふと、やはり此の Subconsciousness の中にあるのであります。

第二が普遍的傾向である。此の普遍的傾向とは、人類には誰れも彼れも悉くある処の傾向を云ふのであります。之れはど一云ふ傾向であるかと云ふ事については、猶ほ委しく後に申すつもりであります。夫れで、我々人間は教育に由って品性を益々善化することが出来、知力を開拓することが出来るのは、此の Subconsciousness があるに由るのである。此の Subconsciousness の中に、特殊的傾向と普遍的傾向とを具備するに帰因するのであります。若しも此の傾向を欠いて居ったならば、吾人の行為も、吾人の思考も絶無になるのである。故に、人間の知識も、品性も、人格も発生することはないのであります。其の仮説の誤らぬことは、少しく自分の行為、活動に注意を致したならば、立ち所に証明することが出来る。我々の行為、我々の考へが如何に冷静に見えましても、或は無感情に見えましても、必ずやその奥には、其の本には深い、静かなる深大なる処の原動力が動いて居るのである。即ち我々の行為、思想の下には、太洋の Under waves の如き浪が動いて居るのである。機械で言へば、恰も時計の原動力、即ち、Zemmai が音なく動なく見えましても、凡ての時計の働らきを動かす処の本を作って居るのである。之れが、此の Subconsciousness と我々の品性、実力との関係の大体であります。

[Subconsciousness の善悪の批判]

次に、此の Subconsciousness は善か悪か、或は善悪混交のものであるかと云ふ問ひに答へるには、比較的、相対的に申すならば、善もあり悪もあると考へておいて差支へはない。併し乍ら、其の Subconsciousness の一番深い本に至っては、之れを、善なりと答へねばならぬ。何故に、我々の Subconsciousness の中に善悪が混交して居るか。之れは原因を持って居りますし、又、其の之れに相当する結果は、我々の経験に於て証明することが出来るのであります。我々の中には甚だ野卑なる、甚だしきは野獣的なる動機、傾向があるのである。之れは、我々の人間と云ふ名の付く前の先祖、即ち全く本能的動物であった処の、其の先祖の遺伝を引いて居り、又人間の境涯に入りましてから後にも、多くの先祖の有して居った処の欠点やら悪習慣やらを、沢山に伝承して居るものであるに違ひはないのです。之れを中世紀以前の宗教では原罪、先天的の罪と云ふものがあると思ふて居るが如くに、確に我々の中には何かの悪性を備へて居る。之れが我々の安寧を妨げ、我々の幸福を阻害し、我々の平和を破滅するものである。

之れが本となって意識的に多くの欠点を顕はし、罪悪を犯して、いろいろなる悪習慣を養ふて居るのであります。併し又、夫れと同じよーに、我々には実に善性がある。多くの美徳、多くの善傾向を有して居るのである。之れは我々の先祖より、又我々の生活して居る社会より受けついだ処の善傾向で、常に我々を善化する処の力となるのであります。

常に此の善傾向と悪傾向、即ち善動機と悪動機とが矛盾、衝突を来すのである。時に負けることがあり、勝利を得ることが少くはないのでありますけれども、此の二つの傾向がある為めに、人間は多くの困難を経て努力、奮闘を要するのである。之れが、我々に其の適性と云ふよーなものを顕して来る本となるのである。併し今日迄、其の悪い傾きを亡ぼし、善い傾きを助長しよーと勉めたけれども、中々内の誘惑に堪へず、外の境遇に勝つことが出来ずして、嗚呼、我れ悩める人なる哉。天道是邪非邪。人生に価値があるかないか。寧ろ自暴自棄するか。或は、放蕩無頼に我儘なる、一時的生活を為すか。人生に、何処に価値を認めらるゝか。何処に自分の価値を認めらるゝかとして、煩悶に陥った者が沢山ある。併しながら、其の悩みより、死より、暗きより救ひ出だして、真に永遠の生命を与へ、確信を与へた所の哲学、宗教、文学がないことはないのである。

[物質的勢力は人間を救はず]

之れを救ふのに、或は物質的文明に由らんとした時代もあるけれども、結局、如何なる時代にも、物質的勢力に由って人間を救ひ出だし、真に彼れ等に安心を与へることは出来なかったのであります。

[精神力]

然らば申す迄もない。之れを救ふものは、精神力である。此の Subconsciousness の中にある、即ち、一番其の奥の院にある其の Subconsciousness、総体のやはり原因になって居る処のものであります。此の要素、此の原理が我々人間凡ての Subconsciousness の中に必ず潜在して居るものであります。之れが即ち性善説を称へる所以であり、之れが即ち Kant の Practical reason を主張した点であります。之れが即ち我々の人生、我々の性情の Essence である。之れが一番、我々の精神的生活の真髄である。原理である。此の原理は如何なる暗示も、如何なる誘惑も、如何なる遺伝も、此の原理を滅ぼすことは出来ぬ。此の原理を消すことは出来ないのである。故に、我々の中には必ずや、どーしても消すことの出来ぬ、どーしても滅ぼすことの出来ぬ、如何にしても犯す可からざる一種の原理、一つの力が、必ず我々の心の奥底に光って居る。生きて居る。動いて居る。之れが如何に危うく見えても、如何に不安に見えても、如何に堕落するよーに見えても、退歩するよーに見えても、世界は決して奈落の底には落ちぬのである。又、新らしき力を回復して進歩する所以であります。我々人間の中には滅ぼす可からざる、汚す可からざる、絶ゆ可からざる一つの原理がある。Subconsciousness の中に一つの、こはされない、汚されない、犯されない所のものがある。丁度、肉体の生命が一つの原形質に由って養成せられて居る如く、我々の心の中に此の部分があって、如何なる病気の人も、如何なる弱き人も、如何なる悪習慣を養ひし人も、驚く可き力を回復し、驚く可き変化を生ぜしむることが出来る所以であります。

[神は吾人の中に在り]

そこで我々が、我々の神は我々の中に在ると言ふのは、夫れである。我々の Subconsciousness の中に、我々の精神的生命の中に、此の原理が生存して居るのである。之れが即ち人格の中心であり、之れが即ち宇宙統一の原理であり、之れが即ち社会有機体の統一原理である。之れを神と名づけ、之れを絶対中心と名づけ、或は之れを銘々の人格と名づけ、いろいろ考へよーはあるとしても、斯くの如き永久不易の原理が我々の Subconsciousness の中に実在して居ると云ふことは、誰れも拒む事は出来ない。又、我々誰れもが、真に之れを信ずることが出来るであろーと考へます。そこで我々の Subconsciousness は甚だ不完全なものであり、善悪混交したものであるけれども、Subconsciousness 及び我々のほんとーの此の精神状態を改善して行くことが出来る。進歩、発達せしむることが出来る。是れ迄よりも多くの勢力を増進せしむると云ふことを信ずることが出来るのである。又、之れは我々の意識に上る処の人間の経験に由って判断することの出来る確実な事実である。然らば Subconsciousness、即ち我々の全人格の傾向の土台である此の Subconsciousness を如何にして改善することが出来るか、如何にして之れを進歩、発達せしむることが出来るかと云ふことが、第二に起って来る問題であります。

如何にして Subconsciousness を発達せしめ改善するか

[暗示]

其の方法を一言で言へば、吾人の意識の指導に由る処の暗示を与へる働きと、暗示を受ける感応性の働きとに由って、之れを改善し、之れを発達せしむることを得る。然らば何故に此の働きに由って、我々の心性を改善することが出来るか

と云へば、先づ第一に此のSubconsciousnessは暗示を受ける処の、即ち暗示を感受する処の普遍的傾向を有して居るからである。前に普遍的傾向と申した処の主なるものは此の暗示を受ける処の感応性を申すのである。此の暗示とは、普通言ふ処の意味と科学的の術語とありますが、其の区別を申さなくとも、人間には模倣性がある。又夫れの、も少し発達したものが発明力である。又、動機の方から言へば、同情と云ふものがある。此の暗示を感ずる普遍性と云ふものが吾人のSubconsciousnessを育て、又改築するのである。此の模倣性と此の感受性があるからして、社会の流行と云ふものが生れ、夫れが成長して風俗、習慣が出来、社会を一致団結して率いる処の制度や文物が出来るのである。社会を一有機体として動かす原動力たる輿論、或は意志と云ふものが生ずるのである。つまり此の暗示を与へる力、又暗示を受ける力、人と人との同情、其の模倣性があるに由って、我々の中に社会性と云ふものがある。個人我から家庭我に進み、家庭我が国家我になり、国家我が人類社会我になると云ふのは、此の力に由るのである。即ち、我々の品性が発達致し、実力が実現し、社会が発達するのは、実に此の人間のSubconsciousnessの中にある此の暗示を受ける処の模倣性、或は同情と云ふ力に由るのである。是れを違ふ詞を以て現せば、我々個人の進歩、発達、及び社会の改善に必要なる働きである類化作用、応化作用、協同的生活と云ふものも皆、之れに由って起るのであります。若しも此の暗示、感受性がなかったならば、社会に言語は成り立たない。美術、宗教は起らない。又美術、宗教はあっても、此の感受性がなかったならば何の用もなさぬのである。何の感化をも受け与へることはないのである。若しも其の類化作用がなかったならば、個人も社会も進歩、発達はしないのである。我が国が四十年間に斯くの如く進歩、発展をすることが出来ないのであります。

[類化と応化]

伊藤公爵の言はれた様に、Adopt、Adapt、Adeptして、我が国がよく外国の文物、制度を入れて類化したればこそ、今日迄に至ったので、我が国はよその長所を取って、自分のものに類化したのである。類化すれば、やはり世界に応化したのである。我が国民が、世界的に変ったからである。猶ほ之れを他の詞で言へば、感化を受ける。感化を与へる其の善悪、其の強弱に由って、進歩の度が異るのである。 つまり、此のSubconsciousnessは、我々に改善を与へ、我々のSubconsciousnessの中に、大変化を来たす処の力である。

此のSubconsciousnessに、内容が増進し、其のOrganismが完全に進むことに由って、我々の人格が進み、我々の実力が培養さるゝものであると云ふことは、実に此のSubconsciousnessの中に、新らしい力を与へ、新らしい活動を起こし、新らしい能力を起すと云ふことに由らんければ、出来能はぬのである。

之れは、Subconsciousnessを改善するには暗示を受けると云ふこと、暗示を与へると云ふことの大切なる一例を申したのであります。猶、も一二ヶ条を申して、皆さんが其の必要をお認めになって実行なさるよ一に申したいと思ひましたが、時がありませんから之れは次に申すこととして、私は暗示を与へる者の種類について申しましょー。そこで私は、暗示を与へる者の種類を大別して二つと致したい。

(1) Transitive suggestion　　他動的暗示
(2) Autosuggestion　　自動的暗示

此の他動的暗示とは我々が四囲の境遇、及び精神的境遇より受くる処の凡ての種類を云ふのである。其の種類を簡短なる詞で申すならば、

(1) 感覚運動的暗示
(2) 観念的暗示
(3) 運動的暗示
(4) 感情的暗示
(5) 理想的暗示　（思想的）
(6) 人格的暗示　（即ち、人から受くる感化）
(7) 社会的暗示
(8) 反抗的暗示　（防御的）
(9) 否定的暗示
(10) 模倣的暗示

之れは必ずしも科学的に立てた順序ではないが、我々が学問をする、或は修養をすると云ふのは、全く之れ等の暗示を受ける働きを云ふのであります。

他動的暗示は外から与へる暗示であるが、自動的暗示は内から、即ち自分で自分に与へる暗示である。即ち、我が内から起して行く処の暗示であります。

此のAutosuggestion内から与へる暗示はも一一つ根本的で、外から受ける暗示と同様に、我々の修養に、実力培養に大切なものであります。我々は夫れを如何に受けることが出来るか、如何に与へることが出来るかと云ふことに説き及ぼす前に、先づ我々は、此の暗示を受ける者の心理状態、主観的条件は如何なるものであるかと云ふことを心得ることが必要であります。其の条件は二つある。其の一は遺伝、習慣、社会感化等。　第二は外部から受ける刺激を云ふ。即ち、如何なることに注意をし、興味を感ずるかと云ふことは、我々の性質に由り、も一一つは四囲の境遇によると云ふことを申したのであります。之れは根本条件であります。

一時的条件を大別すれば、凡そ四つになります。

(1) Dissociation。我々の頭の中の中心が、分離した状態。睡眠、又は催眠状態の如きもの。
(2) 知識の不充分。子供とか、無学なる人とか、野蛮の人とか、科学的の能力を欠いて居る人。例へば、死後に於て肉体の復活すると云ふよ一なこと。Christ教に於て未だ科学の起らない時代、人智の進まない時代に於ては、肉体の復活を信じたのであるけれども、今日、生理の原則を弁へた以上は、そ一云ふことを信ずることは出来ないのであります。
(3) 暗示者の感動、或は感性。同輩や愚人からの説よりも、先生や父親や有力者とか云ふ人の命令或は暗示は、強くこたえるのである。
(4) 其の暗示を受ける人の性情。つまり其の感応性の種類に由るのである。

そこで人を教育するにも、亦自分を修養するにも、いろいろと其の時の心理状態を観察しなければならぬ。又、夫れを統一する処の力がなければ有力なる暗示を与ふることは出来ないのであります。

其の次には、其の暗示の選択と云ふことが必要であると云ふことは、此の前少しお話を致しました。そこで、暗示を受くるものゝ心理状態に由って、大に暗示の善悪適否を選択する必要があるのである。此に於て、暗示を受けること、及び暗示を与へることは意識の指導を受けねばならぬ。故に、我々の意志は、此の Subconsciousness の門口に立って居る処の門番である。容易には其の中に人を入れない。入る可からざるものを防御し、入るべきものを誘引する処の門番であり、裁判官である。此の意志の働き、即ち此の前に説いた処の注意力の大切なことは、既にお考へになったことであろーと思ひます。

此の Subconsciousness と云ふ問題を私が半ばに挾んだ目的は、目的論、所謂動機論に必要と云ふことと、もー一つは過日来、私が婦人の発展の出来ないのは、どー云ふ訳であろーかと云ふことをいろいろ考へました結果、之れは新らしい発見ではないが、新らしいことかの如くに感じたのは、此の Suggestion と云ふこと。あなた方が如何に不知不識の間に社会から暗示を受けるのであるか、及び自覚的、選択的に必要なる暗示を受けることが出来ないかと云ふことを私が感じたのに帰因するのであります。

[二種の悪暗示]

そこで之れを申した目的は、あなた方があなたの強敵である消極的暗示を防御しなければならぬと云ふことと、又 Subconsciousness の中に遺伝的に、又不知不識の中に社会から受けた悪暗示、特殊の悪傾向を破壊し、消滅せんければならぬと云ふことにあるのです。つまり、あなた方が受ける悪暗示に二種ある。

其の一は女子、無能力、小人、不浄、劣等、つまらんと云ふよーな卑屈心、恐怖心、萎縮心を受けること。自らを卑下し過ぎる、自信力を破られることです。自暴自棄に陥り易いと云ふ傾向です。自覚を妨げられると云ふ傾向です。之れに由って世界は、女子を謙遜にし、柔順にして優美にするものと誤解して居るが、其の実は決してそーではない。此の反動として女子を虚栄に導き、一種の名誉心、傲慢、我儘、不優美、之れを外柔にして内剛と云ふ。其の詞はよいが、実際、外柔にして内頑、外卑屈にして内傲慢な者となる。つまり虚栄心、傲慢、孰れも悪暗示であるのです。

此の、婦人を小人とし、劣等人種とし、婦人を不浄なるものとし、婦人を無能力、虚弱者と云ふよーに思はせたものは、此の婦人は一人前の人となることの出来ないよーに社会も思ひ、婦人自らも斯く信ずるよーになった一番の起りは何であるかと云へば、之れは女性特殊の生理的状態、即ち定期的に起る処の婦人特殊の生理的作用。之が婦人は汚れたる者、弱きもの、劣等なるもの、女子は罪悪ある者としたことは、如何なる生理学者、人類学者が論ずる所を見ても疑なきことと考へます。其の一、二の例を申すならば、彼の Sumatra の黒奴の間には、此の女子の病気間は一定の場所に独居しなければならぬ。家庭より、社会より別離しなければならぬ。其の訳は、其の婦人に近付けば何かの害毒を被る、非常に危険なることと思ふ。万一、知らざる隣人が之れに近づく時は、其の婦人はミーカイン、ミーカインと言ふ。其の意は、危険です、危険です。私は不浄である、汚れであると呼ぶ習慣がある。

又、他の未開の地方では、蛇又は月に関係あるものとして、其の家の娘がそー云ふ時機になりますと、其の家の老人は杖を以て藪や森を回って、蛇を打ち殺すのである。そーして、婦人は森や藪は通られぬものとなって居る。其の訳は、若し婦人が藪などに於て蛇に出遭へば、之れは蛇の仕業であると思ったのであります。

又、或る地方では、婦人がそー云ふ症状になると、日中には外に出ない。何とならば、此の婦人が日を拝したならば、必ず蜥蜴に変ずると信じて居る。又或る処では、此の期間は婦人を籠に入れて、暗い所につり下げる。如何となれば、其の婦人は、太陽と地と即ち天地から離れねばならぬと云ふ観念があるからです。

其の他、宗教では、其の現症が悪魔にとりつかれたものであるとして、神聖なる儀式には婦人は列することは出来ない。

又、或る地方では、砂糖を煮る時、及び冷やす時に、斯くの如き婦人が近よる時は、其の砂糖が黒く変ずると考へて居り、又阿片を作る時に斯様な婦人が近付くと、其の阿片が苦くなると思って居ります。

我国でも、婦人は高野山などに登られない。所謂、女人禁制と云ふことがある。神道では、そー云ふ時には神聖なる場所に臨まれない。宮詣なども せられないと云ふことがあります。こー云ふ伝説が社会的、又遺伝的に不知不識、婦人の脳裏に染み込んで居ると云ふことは動かす可からざることであります。

又、孔子の教へに於ても、我が国の神道に於ても、亦今日多数の教育家から見ても、其の他いろいろの考へから見ましても、婦人は小さいものである。嫉妬深いものである。邪見と云ふよーなものが頭の中に潜んで居るものと云ふよーな考へがあります。

兎にも角にも、今日の社会の輿論のよーに、不知不識の間に受けて居る印象は、女子は余りきれいなものではない。尊いものではなく、つまらぬものであると云ふよーな考へがあるのです。故に、さ程高尚な教育を施すには及ばぬ。又、そー云ふ教育を受け得る者でもないと云ふ考へがあるのです。

斯くの如き悪傾向が、自ら Subconsciousness の中にあるのではないかと云ふ感じが、私はあるのである。之れが、婦人自ら立たうと思っても足が進まない、力を出そーと思ふても何時の間にか引っ込んで了う、熱しよーと思ふても何時の間にか冷えて了う訳であろー。

殊に今年のよーに経済界が沈衰して、人心の振はない時に於て、真先きに婦人の頭に、そー云ふ悪い暗示が入り込んで、今年我々がどーかして達しよーと力を出しつゝあるに拘らず、如何にしても力なきことを感ずるのは、やはり、そー云ふ社

会の悪傾向、消極的暗示が伝はって、不知不識の間に斯くの如き悪暗示を受けて居るのではあるまいか。故にあなた方は、夫れを防御する、斯くの如き考へは入る可らず、斯くの如き弱虫は我々の頭から叩き出す。斯の如き撹乱者は決して我々の Subconsciousness の中に入れないと云ふ決心をなさらねば、どーしても、も一一つの力を発揮することが出来ないのではないかと云ふことを、私は感ずるのであります。

[Good suggestion を自動的に与ふべし]

そこで終りに於て、私が切にあなた方に望む処は、独り此の悪暗示を防御すると云ふことではない。あなた方の発展に必要なる善暗示を自動的に、有意識的に自ら与へることが出来ると云ふことである。我々は此の働きに由ってのみ、新らしきものを得るのではなく、弱き悪暗示を排斥することも出来、新反対分子を注入することに由って、旧分子を分化作用に由って変更することも出来るのである。

そこで此の Self-suggestion、Autosuggestion を与へるに、最も大切なる時機は、今から寝に就かうとする時と、将に起き出でんとする朝と、之れに類似して居る。将に年の暮れんとする歳暮と新年を迎へんとする元旦とは、我々に Autosuggestion を与ふる最も好時機であります。若し此の時機を逸すれば、明年の収穫を逸するのである。

寝る前に Self-suggestion、Good suggestion を与へることの必要なることの大体は、此の前、眠ると云ふことの時に、少し申したと思ふ。Conscious は眠るけれども、人格製造は其の働きを止めない。恰も、我々が食物に由って血液を増加し、欠けて居る細胞修繕を勉むるが如くに、我々が日中考へたこと、日中活動したこと、日中熱心になったことは、悉く材料として安眠中に、一夜の内に、いろいろなる働きをなし、Subconsciousness の内に於て、いろいろな企てをして居る。もしも我々が働き過ぎて、昼の間に考へたことが矛盾、衝突を起して、心の調和を得なかったならば、此の不安の念は必ずや寝る前に於て、其の Subconsciousness を破壊し、矛盾を来して、我々の性情に損害を来すものである。

故に我々は、寝る前に充分なる決心を定め、充分なる安心、充分なる勇気、充分なる喜びを以て心を整へ、調和、統一を計ることが必要であります。我々は怒って日の入るを許す勿れと云ふことがあります。不平不満の心を抱いて眠りに就くのは、自らを毒するのである。我々はどーしても、寝る前に人と和らがんければならぬ。寝る前に Self-control して凡ての考へを總めて、心の調和、満足を得て、之れで何にも心配はない。何も恐るゝものはない。之れで勇気に満ちて居ると云ふ心持になって、然る後、寝に就くことが必要であります。

[歳暮の急務]

之れと同じよーに、我々は今年中に反省して、此の年の暮れる前に凡ての誤を改めて、凡ての欠点を補ひ、凡ての借金は払ふて了はんければならぬのです。何一つ遺憾に思ふことなく、心配になる処がないよーに致すと云ふこと、其の勇気をひき起こす事が大切であります。故に我々は此の年の暮に於て、凡ての人に対することは許すのです。人と和らぎ、厚意を持ち、希望を持ち、善意を以て今年を送り、明年を迎へると云ふことは、明年の為めに、及び将来の為めに誠に大切なことであります。

[忘年]

此の決心は、此の思想は、此の考へは、実に明年の予言であるのです。此の考へは、此の暗示は実に、我々の人格の予想である。次に、年の暮を忘年と言ひ、或は忘年会と言ひます。今年に於ける悪しき記憶、やり損ひをしたこと、困ったことを皆、忘れて了うのです。そして善い経験、役に立つこと、喜ばしい経験を覚えて、悪しきを思はない。善を思ふと云ふ処の自動的暗示を此の暮に於て、此の眠る前に於て、深く有力に充分なる感動あるよーに、自ら自らを励ますよーにすることが大切であります。

次に我々が Self-suggestion を与へるによい状態は、催眠の状態である。之れは心の病気、心より起れるからだの病気を治すのに必要であって、皆さんがよく御承知のことである。之れを我々が修養と、又実力培養との自動的暗示としなければなりません。斯う申しても、私は決して催眠を勧むるのではない。催眠にかゝれと言ふのではない。一言で言へば、専心、意識集注、無我夢中になると云ふことであります。

つまり反対なる心の働きを防いで、我が意識に由って定めた精神活動を充分興奮して、夫れを充分にすることを催眠状態と申すのであります。

例へば、我々の悪しき性情を生れかはらせる、悪しき傾向を根本から覆すと云ふことは、六つかしいことである。数人の子供は病床に臥し、夫は危篤に迫り、生活費は欠乏して食べるにも食べられず、働きにも出られないと云ふよーな時には、非常なる力を要求するのです。之れを精神一到と言ひ、或は、精神山を移すと言ふのです。之れは沢山に宗教家の経験した所であり、非常な勇者や美術家や詩人達が経験した所でありますが、確に斯くの如き力が得らるゝのである。

之れは前に言ふた、我々の Subconsciousness の一番深い処にある神聖原理である。我々の中に在る処の深い Meditation により深い Suggestion に由って、一種の不思議なる力を受ける処の其の働きであります。つまり、意志の支配を受ける処の組織的、統一的の有意的暗示である。之れは詞をかへて言へば、人工的の大震動を我々の Subconscsiousness の中に与へることであります。

皆さんの感じて居るよーに、此の明治四十二年は我が国、社会的に、及び広くは人類的に消極的暗示を被って、萎靡振はざる有様になり、殊に我々婦人は夫れが動機となって、深い弱点を不知不識の間に暗示されて居ります。斯くの如き原因を研究し、其の関係を充分に研究致して、此の年末に於て我々は如何にすべきかと云ふことを考へて、茲に大なる我々の責任を自ら自覚するのです。此の国家の必要、各自の要求は、最も有力なる深い暗示を我々の Subconsciousness の中に与へるのである。凡ての経験、凡ての知識を総合致して、将に来らんとする新年を迎へるに、如何にすべきか。今後に於て我々は如何なる理想を実現しなければならぬか。如何なる目的を達しなければならぬか。如何なる責任を尽さんければならぬか。充分に自分の多くの動機、多くの経験、多くの知

識を組織、統一致して、茲に明年の一年に於ける計画を確定し、銘々の生涯に於ける目的を樹立して、之れを協同的に、一般的に如何に交通することが出来るか。如何に我々の望む所の神聖の空気を実現することが出来るか。如何に我々の抱いて居る目的の上に、感情の上に大調和を計る可きか。如何に協同の実を挙げることが出来るか。充分に有意的に人工的に考へを纏めることが必要であります。

此の理想、此の感情、此の思想は、必ず明年の我々の結ばんとする、刈り入れんとする収穫の上に、非常なる影響を及ぼすものであって、之れは種であります。此の種に由って、将来の結果は卜せらるゝのである。どーか、今挙げました処の三つの点、詞は足りないけれども、どーか皆さんが、Autosuggestion の中に自動的暗示を与へて、此の来らんとする年を迎へるよーに、新年の用意をなさって下さることを切に希望致します。

日本女子大学校長成瀬仁蔵先生述
実践倫理講話筆記
明治四十二年度ノ部　補遺
2017年2月28日発行

編集・発行
日本女子大学成瀬記念館
〒112-8681 東京都文京区目白台2-8-1

制作
開成出版株式会社
〒101-0052 東京都千代田区神田小川町3-26-14