

知的生活の方法 (著: 渡部昇一)

1. 知的正直

(1) 「知的正直」 = 「わかることに対し、ズルしない」

知的に高レベルになるためには「知的生活」を営む必要があるが、それは「知的正直」になることから始まる

cf) シェイクスピア『ハムレット』の老ポローニアスの言葉

「己に対し、忠実になれ。さもすれば夜の昼に継ぐが如く、他人に対しても忠実ならん。」

→ 他人に嘘つきであるものは自分自身に対しても嘘つきであり、自分の身を滅ぼすことになる

例) 自分の体に嘘をついて無理をしすぎて、病気になる

例) 他人に自分を偽り続けて心の病気になる

(2) 「本を読む」 = 「著者の体験を追体験」

本は筆者の経験の凝縮。本に記載されている事柄・それを表現する言葉は筆者自身のものであり、筆者の経験から形成されたもの。本には筆者の世界（経験の集合体）がかかっている、といえる。

cf) デカルト『方法序説』

「私は、成年に達して自分の人生の先生たち（ジェズイット）の手から解放されるやいなや、文学の学問（人文学）を全く捨てたのである。そして、**私自身のうちに見出される学問、あるいは世界という大きな書物のうちに見出される学問のほかに、もはやいかなる学問も求めまいと決心して、私が私の青年時代の残りを旅行に用い、あちらこちらの宮廷や軍隊を見、さまざまな気質や身分の人々を訪れ、さまざまな経験を重ね、運命が私に差し出すいろいろな事件の中で私自身を試そうとし、いたるところで、自分の前に現れる事物について反省してはそれから利益を得ようとつとめたのであった。**」

① デカルトは本を読むことで全世界を知ったような気になってはいけないと自戒した（？）

② 本に書かれていることは、筆者の世界であって、世界でも限定的なものであると考えた（？）

cf) 西田幾多郎『善の研究』

「……**思惟と経験とは同一**であって、その間に相対的の差異を見ることはできるが絶対的の区別はないと思う。しかし余（よ）はこれのために思惟は単に個人的で主観的であるというのではない、前にもいった様に純粹経験は個人の上に超越することができる。かくいえば甚だ異様に聞えるであろうが、**経験は時間、空間、個人を知るが故に時間、空間、個人以上である、個人あって経験あるのではなく、経験あって個人あるのである。**個人的経験とは経験の中において限られし経験の特殊なる一小範囲にすぎない。」

① 経験によって思惟が生まれる、思惟は言語によって行われるから言語も経験から生まれるものといえる

② 「本を読む」 = 「筆者が体験した世界（経験の特殊なる小範囲）を知ること」

(3) 知的生活を送る理由

知的生活は目的があるからやるのではなく、ひたすら熱中することで、何かの結果を出す営み。

→後で貧乏と知的生活について論じているが、その部分と結び付く

(4) 「分かること」 = 「分からないことを分ける」

「分かる」の語源は「分ける」。混沌とした物事がきちんと分け離されると、明確になる。

cf) デカルト『方法序説』

下記にデカルトがあげたものの中で「2 問題の分割」にあたる。デカルトは「**わかる**」ことは対象を「**明晰**」と思うものまでに分割することとしている。(詳細は津崎良典『デカルトの憂鬱』を参照せよ。)

「1 明証性の尊重 **2 問題の分割** 3 単純性の尊重 4 網羅的列挙

第一は、私が明証的に真理であると認めるものでなければ、どんな事柄でもこれを真実として受け容れないこと。

第二は、私が検討しようとする難問を、必要に応じて、多数の小部分に分割すること。

第三は、最初は最も単純で認識しやすいものから始めるということ。段階を追って最も複雑なものの認識に至り、秩序を仮定しながら、私の思考を秩序だてて導いてゆくこと。

最後に、自分は何ひとつ見落さなかったと確信するほど完全な列挙と、広範な再検討を行うこと。」

難問を細かく分割し、わかりやすくしようすることは近代科学が目指したことと思われる。つまり、物を構成要素(しかも出来る限り小さく分ける、「原子」「量子論」などの概念がその例)に分け、その構成要素の性質を調べることによって物事をうまく説明しようとする試み。

一方で、物事を説明するためにはただ構成要素にわけばいいというわけではなく、「**うまく説明できているかどうか**」の観点を盛り込んだ視点も重要であると指摘される。(方法序説では4にあたるだろうか?現代ではフィリップ・アンダーソンの「**More is different.**」がそれを指摘していることのひとつではないか。)

(5) 「わかる!」ための適切なタイミング

『子供の頃に適切でない宗教教育を受けると…(カール・ヒルティ)』

本文では、早期に文豪の文学を経験し、それを「わかった」「面白い」と評する学生に対して一石を投じている(筆者は、子供に夏目漱石や芥川龍之介が本当の意味でわかるはずはない、と指摘。)

① 名著でも「経験」や「出会い」が早すぎると、「わかること」と「認められること」を混在してしまったことになる

② つまり、早期の「経験」「出会い」は『**知ったかぶり**』(知的不正直なもの)を生んでしまう(?)

※「早期にわかる」ことだけが認められてしまう、わかる時期だけが大事とされる教育の中では本来の「わかる」ことによる充足感より「褒められる」ことに快感を覚えてしまう子供が出てくる。

2. 知的生活に必要な「読書」に関して

(1) 「良書」について

本を読み始めた当初は手探りで、自分にとっての良書が最初から存在しているわけではない
読書をたくさんすることによって自分の「好き」が現れてくるのでとにかく繰り返し「読め！」

(2) 上達の順番

①ある事にどっぷり浸かる→②好きになる→③何度も繰り返す→④小さな差異に気づく→⑤プロフェッショナル
好きになるにはとにかくどっぷり浸かるしかない（最初から「好き」があるわけではない）
やるか・やらぬかを「好きかどうか」で決めては行動が広がらない
やること・経験することによって「好き」を形成していく。

(3) 古典の意味・存在意義

古典は「いいもの」だから残ってきた

いいものは筋書きが面白いのは当然で細かな言葉遣いや表現(またそれらを生み出す著者の思想)が面白い

cf) ピエール・ブルデュールが『ディスタクシオン』で指摘したように、教養ある者（もしくは知的に優れたとされている人々）は内容のみならずその表現の方法に着目する。（そのように教育されるような環境下で育つ。）

(4) 本との向き合い方

・本は身銭を切って買う

身銭を切るのは手元に置いておくため

繰り返し読めるし、もしものときにパッと読み直すことができる

自分で線を引いたり、考えたことを記入したりすることができる

・ノートに本で読んだ内容をメモしない

読んだ内容をメモすることは億劫になって続かない、「続ける」ことが知的生活では重要

・知的生活と日常生活は相反

「すぐには読めそうもない高価な本を買ってすき腹をラーメンで抑えるというのが知的生活への出発点とってよい。」

3. 物質的な豊かさと心の豊かさ

(1) 物の豊かさ(物質的)を求めるのが日常生活

※物で豊かになるには限度がある、なぜなら個人が持てる財は限られているから
物質的豊かさを求める生活は**人より多くの物を持つこと**で満足を得る生活
物がなければ、かつ比較する相手がいないければ、不満足になる

(2) 心の豊かさ(精神的)を求めるのが知的生活

※心は物に対する感受性と考えることができ、いくらでも豊かにすることができる
知的生活では詩や文学など様々な本を読み、時代や場所のワクを越えてその時代の人と共感できる
= 心がつながる、精神的につながる
多くの「心」(感受性)を持つことを誇りに思い、世間には様々な価値観があることを認めることができる

(3) 知的生活を送るための**貧乏経験**

物の豊かさが**ない**ことで、**どうやって豊かに生きるかを無意識に考えざるを得ない状態に置く**

・幸田露伴「連環記」に出てくる寂心(慶滋保胤:よししげやすたね)

4. 知的生活のための「時間の使い方」

(1) 時間は有限

学ぶべきことに時間をかけ、分からないことの調査には時間にはメドをつける
規則正しい生活によって「時間の**密度を濃くする**」ことで有効に時間を使う

例) 時間を濃くするには外からの中断や遮断をさせない(そのような外部環境を作る)

例) ×こまめなメールチェック ×電話がある時間に仕事

→ 考えるときは中断のない時間を大幅にとる

(2) 時間の使い方

- ・正常に脳が働くためまでに時間がかかるので、**早めにとりかかることで脳の「準備体操」と考える**
- ・暗記物は時間を決めて細切れ時間に
- ・時は金なり、の逆も然りで、金で空間や時間を買うこともできる

(3) 偉人の時間の使い方

例 1 カント

- ・朝は 5 時おき、夜 10 時就寝と規則正しい生活
- ・起きると薄い紅茶を 2 杯のみ、タバコを一服吸い、7 時に寝間着のまま講義の準備し、その後、着替えて 9 時まで講義をし(自宅に講義室あり)、寝間着に着替え 1 時 15 分まで仕事をし、昼食をとる

例 2 菊地寛も夏目漱石も朝に小説をかき終えていた

- ・頭が働きたすまでにはある程度のウォーミングアップが重要
- ・時間も用途によって使い分ける

例 3 あるサラリーマン(S 氏)の話

- ・始発に乗って出社すると、電車はがら空きで、電車の中では専門書を読む
- ・出社後、魔法瓶から紅茶を注いでゆっくり簡単な朝食をとり、それが終わると 6 時ぐらいなので、9 時までの 3 時間翻訳をする

- ・S 氏は自分だけの知的生活を保持しようと勤めた

「毎日、必ず始発電車に乗ることに私は一生の希望を託しているのです。そうでもしなければ、みんなと同じ平凡なことになっちゃうからなあア」

- ・彼は結局巨万を得た

5. 知的生活のために「休息をとる」

(1) 睡眠

考えることは脳の栄養を使うので脳を休ませる必要あり → 睡眠による休養が必要

cf) 千谷七郎教授の言葉

「**個体的有機生命は、それだけで孤立する生命としては生きることのできないので**、もし生命そのものが、**個体生命を越えた宇宙生命**でなかったら、**生きた細胞もなければ、成長も、生命の継承もない**であろう」

(「**喪われゆく"生なりズム"**」,「自由」昭和 49 年 2 月号)

上記に対する筆者の見解

「個人の生命は、その個人を越えた宇宙生命につながっていると考えない限り、精神医学の現象は説明しにくい」

眠ることの意味は宇宙生命や、超自然的存在によりよく触れて、再び活力を得る、ということではないかと筆者

「われわれは自己を越えた何者かに連なっており、」

仏教では自己を越えた超自然的存在を仏と呼んでいるが、それと類似？人の行動は集団においては統計で分かるが、個々はわからない

(2) 交際を楽しむ

・カントの午後の日課

1 時から 4 時(多いときは 6 時)まで友人との食事を楽しみ、その後は 1 時間ほど一人で散歩をし、きっかり

10 時には就寝

・専門的な勉強、あるいは職業的な仕事のみでは知的生活は不十分で、知的な関心を持つ人との交流や特定の目的に束縛されない自由な読書時間が必要→ **多くの人と交流し、間口を広げながら一人で収束させていくことが必要？**

(3) 食事について

・カントの朝食は紅茶とたばこ、昼食はスープ、乾果実、さや豆類、煮魚、バターやチーズ、二度焼きの黒パン、赤ワインや白ワイン、果実、お菓子、夕食はとらない

・頭を働かせるためにはあまり**食べ過ぎないことが肝心**

参考資料

下記に主な参考資料を挙げる

・上記レジュメは渡部昇一『知的生活の方法』に関するもの

・NHK「100 分 de 名著」

「ディスクタンション」『善の研究』の回は特に参考にした

・デカルト『方法序説』

・津崎良典『デカルトの憂鬱』

・デカルト『方法序説』についての下記ページ

<http://soqdoq.com/descartes/%C2%A72-4->

[4%E3%81%A4%E3%81%AE%E8%A6%8F%E5%89%87%E3%81%AE%E7%99%BA%E8%A6%8B/](http://soqdoq.com/descartes/%C2%A72-4-4%E3%81%A4%E3%81%AE%E8%A6%8F%E5%89%87%E3%81%AE%E7%99%BA%E8%A6%8B/)