

# ジークムント・フロイトの「喪の仕事」概念について ——その問題点と可能性——

On Sigmund Freud's Concept of 'Mourning Work (Trauerarbeit)':  
Problems and Possibilities

上智大学グリーフケア研究所特別研究員

秋丸 知貴

Tomoki AKIMARU

**要旨:** フロイトが「喪とメランコリー」(1917年)で提出した「喪の仕事 (trauerarbeit)」概念は、グリーフケアの古典的理論として頻繁に引用されるキーワードである。しかし、翻訳の難しさに加えてフロイト自身がこの概念の内容を明確に定義していないために様々な混乱が生じている。例えば、フロイトがこの概念で説明していない内容まで過剰に読み込んでしまう問題や、この概念が有効な範囲を越えて臨床に適用することで逆効果を生んでしまう問題などである。そこで、本稿はフロイトの原文に即して「喪の仕事」概念を詳細に分析し、その理論的限界の背景を明らかにし、そのマイナス面を補いつつさらなるプラス面の可能性を模索する。

**キーワード:** ジークムント・フロイト、喪 (悲哀) とメランコリー、喪 (悲哀) の仕事、精神分析、グリーフケア

## はじめに

愛する対象の喪失に対する予期あるいは結果として、深い悲しみの経験が生じる。これが「グリーフ (grief)」であり、それを何らかの方法で癒すことが「グリーフケア (grief care)」である。

一般に、グリーフケアの学問上の本格的な出発点は、精神分析の創始者ジークムント・フロイト (1856-1939) が1917年に発表した「喪とメランコリー」とされる<sup>1)</sup>。グリーフケアの研究書の多くがこの古典的論文を引用するか、あるいは有形無形に影響を受けている。その中でも、特にこの論文で初めて提示された、グリーフの克服過程としての「喪の仕事」概念は、今日でもグリーフケアの研究や実践において広く言及されている。

しかし、このフロイトの「喪とメランコリー」における「喪の仕事」概念には少なくとも三つの大きな問題がある<sup>2)</sup>。

一つ目は、翻訳の問題である。「喪の仕事」の独語原文は「Trauerarbeit」であるが、この論文が英訳された際に「mourning work」と翻訳された<sup>3)</sup>。つまり、独語の「Trauer (悲/喪)」について、英語では「grief (悲)」ではなく「mourning (喪)」が当てられることに

なった。ここで「grief」が「mourning」よりも広義の概念である以上、「mourning」への限定は概念内容において何らかの縮減が生じていることになる<sup>4)</sup>。

二つ目は、この論文においてフロイトが「喪の仕事」概念をあまり明確かつ詳細に定義していないという問題である。実際に、フロイト自身が本文中で、「私達はどのような経済論的方法によって喪（Trauer）がその仕事を完遂するかを言うことさえできない<sup>5)</sup>」ことを認めている。その上で、ここでその要点を整理してまとめるならば、フロイトのいう「喪の仕事」とは「現実を受け入れて喪失対象への愛着を心底断念する心理過程」と要約できる。

三つ目は、もしフロイトの「喪の仕事」概念がそうした喪失対象との絶対的決別を指す場合、それは本当にグリーフケアにおいて有効なのだろうかという問題である。そもそも、人間は喪失対象への愛着を完全に断念できるのだろうか？

本稿は、これらの三つの問題を順に分析し、フロイトの「喪の仕事」概念の射程と限界を提示する。結論として、フロイトの「喪の仕事」概念を、喪失対象との精神的絆を大切にする現在のグリーフケア研究の観点から批判しつつ改めてその可能性を考察する。

## 1. 「喪の仕事」概念の翻訳について

まず、用語の整理をしておこう。フロイトの「喪の仕事」概念の初出論文である「喪とメランコリー」の独語の原題は、「Trauer und Melancholie」である。これが英語で出版されて「Mourning and Melancholia」と翻訳された時に、一つの翻訳上の問題が生じることになる。

ここで「Trauer」は「mourning（喪）」と英訳された訳だが、「Trauer」には「grief（悲）」の意味もある。基本的に、「grief」の方が「mourning」よりも指示範囲が広い。つまり、「mourning」は主に死別の悲しみを意味するが、「grief」は死別のみならず愛する対象の喪失の悲しみ一般を包括する。そのため、「Trauer」を「grief（悲）」ではなく「mourning（喪）」と訳す場合には、様々な悲しみの中でも特に死別の悲しみに意味限定が生じていることになる。

また、「grief」は名詞であるのに対し、名詞「mourning」は動詞「mourn」の現在分詞であるという違いがある。つまり、「grief」は一般的な離別の悲しみの心的状態や心的過程を指すのに対し、「mourning」は「喪」、つまり死別の悲しみという特殊な心的状態や心的過程を指し、さらに「死者を悼むこと」や「自らの行いを慎むこと」という心身の主体的行為も意味している。従って、「Trauer」を「grief（悲）」ではなく「mourning（喪）」と訳す場合には、死別の悲しみに加えて主体的行為という特殊性も含まれているといえる。

確かに、フロイトが「Trauer und Melancholie」の中で語る「Trauer」には死別時の悲しみや主体的行為の意も含まれるので、その部分を指してこの論文名を「Mourning and Mel-

anacholia」と英訳することは間違いではない。また、その事情は邦訳の「喪とメランコリー」でも同様である。さらに、フロイトが「Trauer und Melancholie」の中で語る「Trauerarbeit」には死別の悲しみに対する主体的回復過程の意も含まれるので、その部分を指して英語で「mourning work」、日本語で「喪の仕事」と翻訳することも間違いではない。

問題が生じるのは、この「mourning work（喪の仕事）」という言葉で、死別のみならず広く対象喪失の悲しみ一般に対するグリーフケアの問題に使用する場合である。例えば、「生き別れの悲しみに対する喪の仕事」という用例を考えればすぐに分かるように、その場合は本来の限定された内容を適用範囲外にまで当てはめることによる意味過剰が生じることになる。

このフロイトの「Trauer und Melancholie」が「Mourning and Melancholia」と英訳された影響により、一般に精神分析関係の文献では、「Trauer」は、英語圏では「mourning」、日本語圏では「喪」と訳される傾向がある<sup>6)</sup>。しかし、「Trauer」を「mourning（喪）」と訳すか「grief（悲）」と訳すかは、「Trauerarbeit」を死別のみならず広く対象喪失の悲しみ一般を扱うグリーフケア研究において使用する際には注意すべき問題といえる。

これに関連して、「grief」と「mourning」の日本語訳に触れておくと、共に「悲しさ」と訳される場合と「悲しみ」と訳される場合がある。この場合、「悲しさ」は「悲しい」という形容詞の名詞形なので「悲しい」という心的状態であることを、「悲しみ」は「悲しむ」という動詞の名詞形なので「悲しむ」という心的行為をしていることを意味すると解せる。

また、「grief」と「mourning」は、共に「悲哀」と訳される場合と「悲嘆」と訳される場合がある。この場合、「悲哀」は「悲」と「哀」という同義の二語を重ねることで愛する対象の喪失がもたらす悲しみの経験全てを、「悲嘆」は「悲」に表出を表す「嘆」を付加することで特にそうした悲しみの経験の際の感情化・言語化・態度化・行為化を意味すると捉えられる（つまり表面に現れない場合の「悲哀」は「悲嘆」とは区別される）。

さらに、「Trauerarbeit」の「arbeit」について言うと、これをフロイトが不健康な精神状態から健康な精神状態への主体的回復を達成する文脈で用いているので、英訳の際に主体的・能動的・義務的・達成的な行いを意味する「work」と訳すのは妥当である。そして、独語の「arbeit」や英語の「work」は、日本語では主体的行為を意味する「営み」「勤め」「作業」「仕事」等と訳すことができる。この中で、最も主体的・能動的・義務的・達成的な行いの意味合いが強いのは「仕事」と考えられる。

これらのことから、「Trauerarbeit」の日本語訳は、「悲」「悲しさ」「悲しみ」「悲哀」「悲嘆」あるいは「喪」等と、「営み」「勤め」「作業」「仕事」等の組み合わせとなる。ここに、「Trauer und Melancholie」の邦訳において、「Trauerarbeit」の日本語訳が「喪の作業<sup>7)</sup>」「喪の仕事<sup>8)</sup>」「悲哀の仕事<sup>9)</sup>」等と一定しないことの原因を見出せる。

おそらく、日本語における最も簡潔な用語法は、小此木啓吾（1930-2003）の先駆的研

究『対象喪失』（1979年）のように、対象喪失一般については「悲哀の仕事」、その中でも特に死別に関しては「喪の仕事」を用いることである<sup>10)</sup>。ただし、対象喪失一般においても、その別離の決別性と悲哀の強烈性を詩的・比喩的に表現し、それに対処する主体的・能動的・義務的・達成的な行いの意味合いを強調する意図があるならば、「喪の仕事」という用語を使用することも妥当であると思われる。

なお、フロイトに続いて死別悲哀の本格的研究を行ったエーリッヒ・リンデマン（1900-1974）は、代表的論文「急性悲嘆の症候群とマネジメント」（1944年）で、「mourning work」に代えて、より柔軟な「grief work」という用語を用いている<sup>11)</sup>。一般的なグリーフケアの研究や実践においては、この「grief work（悲哀の仕事）」という用語を用いる方が余計な意味の混乱を招かないといえる。

## 2. 「喪の仕事」概念とは何か？

それでは、フロイトのいう「喪の仕事」概念とは一体どのようなものであろうか？

この問題について、本節ではフロイトが「喪の仕事」概念を集中的に論じた「Trauer und Melancholie」を、関連する複数の論稿と併せて読解する。議論の都合上、ここでは「Trauer」を「悲哀」、「Trauerarbeit」を「悲哀の仕事」に統一して議論を進める。

まず、フロイトは、愛する対象の喪失に対する心的反応を正常なものと異常なものに分けている。健全な前者が「悲哀（Trauer）」であり、病的な後者が「鬱病（Melancholie）」である。ここで「悲哀」は、喪失した場合それを生じさせる対象に人間以外の抽象概念も挙げられているので、死別以外の悲しみも含むことは明らかである。

悲哀（Trauer）は通常、愛する者の喪失に対する反応であるか、あるいはその愛する者の代理である祖国、自由、理想等の抽象物（Abstraktion wie Vaterland, Freiheit, ein Ideal usw）の喪失に対する反応である。同じ条件下でも、病的な気質が疑われる人達は、悲哀の代わりに鬱病（Melancholie）を示す<sup>12)</sup>。

フロイトにとって、愛する対象の喪失に対する心的反応が正常なものであるか異常なものであるかを分ける基準は、一定の期間内で自発的・主体的・能動的に精神的健康を回復するかしないかである。

実に注目すべきことに、たとえ正常な振舞いからひどく逸脱している場合でさえ、私達は悲哀を決して病的状態とは見なさないし、医者の治療に委ねようもしない。私達は、悲哀は一定期間の後に克服される（sie nach einem gewissen Zeitraum überwunden sein wird）と信じており、悲哀を妨げることは不適切であり有害であるとさえ考えている<sup>13)</sup>。

フロイトによれば、死別の悲哀からの回復にかかる期間は通常一年から二年である。その一方で、その期間が過ぎても回復しない場合は病的悲哀、つまり鬱病と見なされる。実際に、フロイトは病的悲哀には終わりがないと診断している。

彼はまた、父親の死以来、病気がとても悪化していると述べている。そして私は、彼の病気の重症化の主な原因は父親に対する悲哀であると認めるので、その限りにおいて彼に同意する。悲哀は、病気の中にいわば病理的表現を見出したのである。通常の悲哀が一年から二年で終わる (eine normale Trauer in 1 bis 2 Jahren ihren Ablauf erreicht) のに対し、彼のような病的な悲哀は持続において際限がない<sup>14)</sup>。

悲哀の示す外面的特徴は、沈痛さに貫かれた関心・意欲の減退と現実からの後退である。それは、自我が他に注意を向けられないほど喪失対象に囚われており、心的自由を奪われていることを意味している。

愛する者の喪失に対する反応である重い悲哀も、深く苦痛に満ちた気分、(故人を思い出させるものでない限り) 外界に対する関心の喪失、(故人の代わりになりうるものでも) 新たに愛する対象を選ぶ能力の喪失、故人の思い出と関わりのないあらゆる行為に背を向けること、を含んでいる。私達は、こうした自我の抑制と制限 (Hemmung und Einschränkung des Ichs) は悲哀にひたすら没入していることの表れであり、他の意図や関心が入る余地はないことを容易に理解できる<sup>15)</sup>。

フロイトの認識では、悲哀はまだ病気ではない。これに対し、類似していながら病気に分類される鬱病を特徴付けるのは、「限度を越した自我感情の下落 (außerordentliche Herabsetzung seines Ichgefühls)」、つまり「大いなる自我の貧困化 (großartige Ichverarmung)」である<sup>16)</sup>。逆に言えば、悲哀が病気に陥ることを免れるためには、自我の退行が一定の限度を越えないだけの精神力や精神的健康さが必要ということになる。

鬱病の心的特徴は、深く苦痛に満ちた気分、外界に対する関心の喪失、愛する能力の喪失、あらゆる行動の抑制、そして自我感情の下落 (Herabsetzung des Selbstgefühls) ——自己非難や自己罵倒として表現され、処罰への妄想的期待にまで亢進する——である。この病像は、一点を除いて悲哀も同じ特徴を示すことを考慮すれば理解しやすくなる。つまり、悲哀では自我感情の障害 (Störung des Selbstgefühls) が現れない。その他は、悲哀と鬱病は同じものである<sup>17)</sup>。

フロイトは悲哀の内面的心理を、自我がリビドー (心的エネルギー) を注いでいた愛着

対象が失われていることに気付きながらその現実を認めず、今もまだその愛する対象と結び付いていると思ひ込もうとする頑固で盲目的な心の働きとして説明している。この場合、愛する対象は心の中に「願望空想<sup>18)</sup>」として記憶や期待の形で存在し続けることになる。この空想対象への執着が、まず悲哀における内向的な「自我の抑制と制限」の原因である。さらに、これが悪化して自我が病的に退行すると、幻覚対象を実在であるかのように信じ込む妄想が生じることになる。

現実検討 (Realitätsprüfung) は、愛する対象はもはや存在しないことを示し、今やその対象との結び付きから全てのリビドーを撤収するように命令する。これに対し、当然の抵抗も生じる。つまり、一般に観察されることだが、人間はリビドーの向け先を変えたがらない。たとえ、代わりのものが既に誘っていてさえもである。この抵抗はとても強力なので、幻覚性の願望精神病により現実からの離反と対象への妄執を発生させることもある<sup>19)</sup>。

フロイトは、こうした悲哀の気分を「苦痛に満ちた<sup>20)</sup>」と形容する。なぜなら、愛情の空振りによる欲求不満が不快の感情をもたらすからである。失われた対象に一方的に報われない愛情を注ぎ続けること、つまりリビドーの備給 (cathexis) が願望的な空想対象に留まるのが、悲哀である。

これに対し、鬱病では、自我の病的な退行によりリビドーの備給が妄想的な幻覚対象に行われる。さらに、自我感情が下落するとリビドーが自我の内まで後退し、自我は混同的に自らが成り代わってまで愛する対象に妄執するようになる。つまり、「対象へのナルシスの同一化が愛情備給の代替物となり、結果的に愛する者との葛藤があるにもかかわらず愛情関係を諦める必要はなくなる<sup>21)</sup>」。この場合、「愛する対象への非難がその相手から離れて患者本人に転換されたものが、自己非難である<sup>22)</sup>」。

鬱病の過程を再構成するのは、少しも困難ではない。[...] 対象へのリビドー備給は、ほとんど定着しないことが証明され、廃止されるが、自由になったリビドーは、他の対象に向きを変えるのではなく、むしろ自我の内に引き籠もる。しかし、そこでリビドーは、他の用途に用いられるのではなく、自我と喪失対象の同一視に使われる。今や、対象が投影された自我は、一つの対象のように、その喪失対象のように、ある特別な審級から批判しうる。こうして、対象喪失は自我喪失に転じ、自我と愛する相手を巡る葛藤は、批判自我と対象投影自我との対立に転換される<sup>23)</sup>。

ここで注目すべきは、フロイトが、愛する対象の喪失に対する心的反応では憎しみの感情も現れるとしていることである。つまり、愛する対象を喪失すると、その対象に抱いて

いた憎悪も触発され、両者が葛藤し始める。この愛憎の両価性（Ambivalenz）の葛藤は「無意識の内で行われる<sup>24)</sup>」が、その原因となる喪失対象が具体的で直接的である悲哀では原初的で単純なので意識化が可能である。また、病的悲哀における「死別後の強迫的な非難」においても、「葛藤の原動力が両価性であることは疑いない」<sup>25)</sup>。

愛する対象の喪失は、愛情関係における両価性（Ambivalenz）を発動し発現させる格好の契機である。従って、強迫神経症に向かう気質がある場合、両価性の葛藤は悲哀に病的な形を与え、自己非難の表現を取るように強いる。その場合、愛する対象の喪失は自分に責任がある、つまり自分が望んだせいだと口走らせることがある。愛する人が死んだ後のそうした強迫神経症的な抑鬱では、リビドーの退行的撤回が伴わなければ、両価性の葛藤がそれだけでどれほど強力かが示される<sup>26)</sup>。

この両価性の葛藤は、喪失経験が観念的で抽象的になってくると複雑化し、他の様々な葛藤も触発しつつ複合的になるので、意識化が困難になる。また、こうした強化された両価性の葛藤は、「異常に濃密な逆備給を要求する痛ましい傷口のように作用<sup>27)</sup>」し、「患者を完全なまでに消耗<sup>28)</sup>」させ、「自我を完全な貧困化に至るまで空虚にする<sup>29)</sup>」。この二つの傾向が、鬱病では顕著である。

さらに、フロイトによれば、鬱病では両価性の葛藤が処罰感情にまで充進する。そして、その処罰感情が喪失対象と混同的に同一視された自らに向けられると、極端な場合には「全生物に生存を強いている欲動の克服<sup>30)</sup>」、すなわち自殺にまで至ることになる。

従って、鬱病患者による対象への愛情備給は二通りの運命を経験する。一つは喪失対象との同一視への退行であり、もう一つは両価性の葛藤の影響を受けた、葛藤により近いサディズムの段階への退行である。このサディズムによってのみ、鬱病をこれほど興味深いものに——これほど危険なものに——している自殺傾向の謎が解き明かされる<sup>31)</sup>。

それでは、こうした悲哀から人間はどのように回復するのであろうか？

フロイトは、健全な人間は次のような心的過程を経て悲哀から回復すると説明している。

まず、自我は、愛する対象を喪失してもそれを否認し、幼稚な「願望の全能性<sup>32)</sup>」の下で、愛する対象がまだ存在しているという空想を抱いている。しかし、やがて次第に現実を直視し、愛する対象は既に失われているという厳粛な事実を受け入れていく。つまり、自我は自発的・主体的・能動的にそうした現実の意識化に努め、喪失対象への愛着を一つずつ断念していく。これが、「悲哀の仕事（Trauerarbeit）<sup>33)</sup>」である。

この「悲哀の仕事」は、極めて苦痛に満ちている。なぜなら、悲哀において自我はただ

でさえ愛情が空振りして欲求不満で不快な上に、さらにその「悲哀の仕事」の間中ずっと愛する対象は既に失われているという不快な現実を突き付け続けられるからである。

悲哀 (Trauer) が生じるのは、現実検討の影響下である。現実検討は、対象はもはや存在しないので、対象とは別れねばならないと断固として命令する。今や悲哀は、対象に濃密に愛着していた全状況において、この対象からの撤退を遂行するという仕事 (Arbeit) を持つ。従って、この離別の苦痛に満ちた性格は、対象との結び付きが失われている現状確認が反復される間中、対象への愛情の備給が濃密でありながら満たされないという既に見た説明と合致する<sup>34)</sup>。

この「悲哀の仕事」では、自我が愛する対象が存在しない現実を受け入れるためには、通常の認識以上の心的エネルギーが必要である。そのため、愛する対象への思い入れが強ければ強いほど、その全てを断念するためには膨大な心的エネルギーが消費される。さらに、「現実検討の命令を一つずつ遂行するためには時間が必要<sup>35)</sup>」である。その結果、「悲哀の仕事」では、自我の内向的な「抑制と関心喪失<sup>36)</sup>」が強化されることになる。しかし、「その仕事 (Arbeit) の後に自我のリビドーは対象から解放される<sup>37)</sup>」。そして、自我は再び心的自由と外界への興味と行動の意欲を取り戻すことになる。

正常とは、現実に対する尊重が勝利を保つことである。しかし、その使命はすぐには達成されない。その使命は、やがて時間と備給エネルギーを大量に消費しながら一つずつ遂行されるが、その間、失われた対象は心の中に存在し続ける。記憶と期待の中では、まだリビドーは対象に結び付いているのだが、その一つずつの全てに的が絞られ、過剰備給がなされて、リビドーは対象から引き離される。こうした現実という命令を一つずつ遂行する妥協の実践がなぜ異常なほど苦痛に満ちているのかについて、経済論的根拠を述べるのは容易ではない。奇妙なことに、その抵抗に満ちた苦痛は私達には自然に思える。しかし事実、自我は悲哀の仕事 (Trauerarbeit) を完了した後は再び自由になり抑制も取れるのである<sup>38)</sup>。

フロイトによれば、自我が対象喪失の現実を受け入れるのは、いわば自己保存本能が働くからである。つまり、健全な場合、人間は死者と心中するのではなく現世で生き続けることを望む。これに対し、限度を越えて自我が消耗している鬱病では、基本的な生存欲求の否定である「不眠や拒食<sup>39)</sup>」が見られる。既に見たように、この極限が自殺である。

また、鬱病の変形として「躁病 (Manie)」がある。躁病は、鬱病において愛する対象を失った現実を受け入れずに撤回し、自我の内に拘束されていた大量のリビドーが、何らか契機により「抑鬱や抑制<sup>40)</sup>」を脱して、「飢えた人のように新たな対象備給に向かうこ



とで、悩まされていた対象からの自由を明らかに誇示しようとする<sup>41)</sup>」症状である。「悲哀の仕事」が躁病とも異なるのは、愛する対象の喪失という現実を受容するために一旦「自我の全エネルギーを消尽する<sup>42)</sup>」ところである。

喪失対象にリビドーがまだ結び付いていることを示す記憶と期待の状況の一つ一つの全てに、もはや対象は存在していないと現実を判決を下す。そして、自我はいわば運命を共にするかどうかという問題に直面させられ、生存する方が自己愛的満足の総量が多いと計算して喪失対象との結び付きを解くことを決定する。この解放はとても緩慢に一步步進むので、その仕事 (Arbeit) の完了時には必要とされた精力は使い果たしていると想定できる<sup>43)</sup>。

ここで注意すべきは、フロイトが無意識における愛憎感情の葛藤の進行過程を、「鬱病の仕事 (melancholische Arbeit)<sup>44)</sup>」と呼んでいることである<sup>45)</sup>。これは、フロイトが、鬱病では悲哀以上に両価性の葛藤が深刻化しており、これを解消するのが鬱病の課題だと考えていることに由来している。ただし、悲哀にも原初的な形でこの両価性の葛藤が生じる以上、フロイト自身は明言を避けているが、これも「悲哀の仕事」の内に含まれるか<sup>46)</sup>、あるいは少なくとも並行していると考えられる (この場合、悲哀は病気ではないので「鬱の仕事」といえるだろう)。

フロイトによれば、両価性の葛藤においては、「憎悪が対象からリビドーを引き離そうとすると、愛情はその猛攻に対してリビドーの定着を守ろうとする<sup>47)</sup>」。この繰り返しの内に、喪失対象への愛着は完全に放棄され、その仕事が終了した暁には、「自我は自らが対象に優越していると認識できる満足を享受するのかもしれない<sup>48)</sup>」。

悲哀は、対象の死を宣言し、生き残るという報酬を自我に提供することにより、自我に対象を断念する (auf das Objekt zu verzichten) ように仕向けるが、これと同様に、両価性の葛藤の各々は全て、対象を貶め、蔑み、いわば打倒することにより、対象へのリビドーの固着を緩める。自らの怒りが爆発した後か、対象が無価値なものとして放棄された後に (sei es nachdem die Wut sich ausgetobt hat, sei es nachdem das Objekt als wertlos aufgegeben wurde)、この無意識における過程は終了する可能性がある<sup>49)</sup>。

以上のように、フロイトのいう「悲哀の仕事」とは、まず自我が愛する対象の喪失という現実の受け入れに努めることである。これは、無意識の生存本能により自動的に推進されるが、自我が現実を意識化して無意識的な願望空想を脱却するという意味では自発的で主体的で能動的といえる。そして、対象へのリビドーの定着としての愛着には量的な限りがあるので、正常な場合「悲哀の仕事」は一定期間内で終了するのだといえる。

また、それと重なる「鬱（病）の仕事」も、愛憎感情の葛藤により喪失対象との愛着を動揺させ切り離す営みである。この両価性の葛藤は、気質に基づき無意識的に駆動するという意味では自動的であるが、自我が無意識的な愛憎感情を自覚し意識化することで促進されるという意味ではやはり自発的で主体的で能動的といえる。いずれにしても、フロイトによれば、鬱病が自然に寛解する場合は、憎悪による喪失対象への愛着の切断が全て完了したためと考えられる。

以上のことから、フロイトのいう悲哀の克服過程としての「悲哀の仕事」では、喪失対象への愛着を心底断念するためには、理性的な自我による無意識の意識化が二重に重要であると読解できる。

これらを要約して、フロイトは「悲哀の仕事」の「正常な帰結<sup>50)</sup>」を次のように解説している。

まず、一つの対象が選択される。例えば、ある特定の人物にリビドーの結び付きが生じる。その愛する人物がもたらす現実の傷や幻滅 (*realen Kränkung oder Enttäuschung*) の影響により、この対象関係は動揺させられる。その結果、その愛着対象からリビドーは撤収され、新しい対象へと付け替えられる<sup>51)</sup>。

これを言い換えれば、次のようになる。健全な人間は、いつでも愛する相手との別れを受け入れる自制心を持ち、その相手に対する自らの憎悪も受容すべきである。それにより、その相手と決別し、新しい相手を求めることができる。つまり、人間は報われない古い愛は捨て、新しい愛を生きるべきである。そうすれば、「貧しく空虚<sup>52)</sup>」だった世界は再び豊かで満ち足りたものになるだろう。

### 3. 「喪の仕事」概念の問題点と可能性

確かに、前節で見たフロイトの「喪とメランコリー」における「喪の仕事」概念の内容には一定の論理的整合性がある。

いつでも、人間は現実を受け入れる理性を保つべきであるし、後ろ向きよりも前向きに生きる方が望ましい。もし愛する対象を失った場合でも、いつまでも未練や後悔に囚われて塞ぎ込んだり人間関係が貧しくなったりするのはやはり健全ではない。外界への新たな興味と意欲と行動は、精神的健康の回復と人生の充実の証である。それらは、グリーフのセルフケアの目標の一つであり、周囲によるサポートケアの目標の一つであることも疑いない。

しかし、喪失対象への愛着の完全な断念を推奨するこのフロイトの「喪の仕事」概念の論理的帰結は、愛着対象との絶対的決別に他ならない。死別について言えば、これは遺族

に一刻も早く故人を意識的かつ積極的に忘れることを勧めているのと同じである。これを端的に表現すれば、「死んだ人のことは忘れるのが一番」ということになるだろう。しかしながら、本当に人間は愛する対象を書類棚を整理するように事務的に忘れることができるのであろうか？

もちろん、愛する対象でもそれほど深い関わり合いでなければ、「去る者は日々に疎し」で時と共に忘れることができるかもしれない。それでも、もしその愛する対象が自分の人生のかけがえのない一部であり、生きる意味や目的そのものであったならば、本当に完全に忘れ去ることができるとはとても考えられない。むしろ、もし本来人間が愛着対象を完全に忘却できない生物だとすれば、無理な悲哀の排除はいずれ必ず心身に悪影響を及ぼさざるをえないはずである。

実際に、フロイト自身が自らの理論とは裏腹に、9年経っても27歳の愛娘ゾフィーとの死別の悲哀を克服できていないことは注目に値する。しかも、フロイトは故人との精神的絆を大切に保持することも積極的に肯定さえしている。

このような死別のあとの烈しい悲哀は、いつもまもなく終わりますが、そのあと、故人に代わるものがない、心慰まぬ日々が長く続くものです。ほかのもので代用しようとしても、やはり故人とはどこか違います。ほんとうはそれでよいのです。それでこそ、故人への愛を持ち続けることができるのです<sup>53)</sup>。

この手紙を著書で紹介している弟子のルートヴィヒ・ビンスワンガーは、この文章をフロイトの「喪とメランコリー」の理論内容と比較して、「『人間』の広さ、深さにおいて、学者フロイトよりも、人間フロイトの方がはるかにまさっている<sup>54)</sup>」と称賛している。しかし、権威ある学者であるフロイトが「喪とメランコリー」を公刊している以上、これはそうした美談で済む話ではない。なぜなら、もしフロイトが学者として正式に発表した「喪の仕事」概念が人間的には不十分なものであるならば、それを盲信的に臨床に適用した場合、クライアントの健全な悲哀の克服にとって無効であるどころかかえって逆効果になりかねないからである。

実際に、ジョージ・A・ボナーノ（1950-）は、『リジリエンス』（2009年）で、フロイトの「喪の仕事」概念を批判して、喪失対象について繰り返し意識化することは脳のシナプス結合を強化するので忘却にはむしろ逆効果であると警告している。

喪の作業において、何かについて一生懸命考えたり、繰り返し考えたりしたら一体何が起きるだろうか？ こうすることによっても、故人の記憶はより鮮明になり、意識を占拠するようになる。心の中に何かが増していくと、神経回路を強化することになる。さまざまに異なる考えを持つと、互いの関連やその間の経路が強化される。起

こりやすい結果とは、故人に関するひとつひとつの記憶や希望が関連していき、互いの連結がより強固になる<sup>55)</sup>。

そうであるならば、フロイトの「喪の仕事」概念は、精神的健康の回復という目標とは逆に、不健康に無意識の願望や衝動を抑圧し続けることを勧めていることになる。従って、これ一つとっても、フロイトの「喪の仕事」概念をそのまま無批判に臨床に適用するのは問題であり、少なくとも何らかの検証や留保が必要であることは間違いない。

さらに、そもそも人間は喪失した愛着対象と絶対的に決別すべきなのだろうかという根本的疑問がある。確かに、喪失対象を忘れられるほど他の対象に没頭できることは健康的とあって良い。しかし、それは喪失対象と絶対的に決別しなくても可能なはずである。少なくとも、過去を全て切り捨てるのではなく、喪失対象への愛と思い出を大切にしながら新たな対象との愛着関係を結ぶことは両立可能である。

例えば、パートナーと離縁したり死別したりした人の場合、そのパートナーとの過去を全く無かったことにすることは、本人にも新たなパートナーにも不可能である。なぜなら、人間は関係性の持続的蓄積としての「アウラ」的存在であり、一度他者と関係性を持ったならば必ずその関係性を含み込んだ存在になるからである<sup>56)</sup>。そうである以上、過去を完全に無かったこととして隠蔽するよりも、どの程度明示化するかには濃淡があるとしても、やはり過去を織り込んだ上で新たな人間関係を築く方がより安定的といえる。

いずれにしても、こうしたフロイトの「喪の仕事」概念に代表される、喪失対象との精神的絆を断ち切る古典的理論に対し、現在のグリーフケア研究では、精神的絆を継続する理論が優勢になっている。つまり、一定の期間を超えても喪失対象への愛着を失わないことは、必ずしも病的悲哀や現実適応への失敗ではなく、喪失対象との関係を結び直し、その喪失対象に基づいていた人生の意味や目的を築き直すものとして肯定されている<sup>57)</sup>。

例えば、継続する絆の例としては、死別の際に遺族が故人を完全に忘れ去るのではなく、訃報を通知したり、葬式を上げたり、墓参したり、形見を整理したり、記念日に行事を行ったりして、故人をその度ごとに偲ぶことが挙げられる。また、故人が天国から見守ってくれているといった物語を個人的に内面化したり、故人の生前の行いを社会的に顕彰すること等もこれに含まれる。これらは、故人との関係を個人的・社会的に再構築することで遺族の動揺する心身を安定させる効力があると考えられる。

その意味では、むしろこうした絆を継続させようとする主体的行為の方が、私達が普通連想する「喪の仕事」に相当する。つまり、喪失対象との断絶を説くフロイトの「喪の仕事」概念のもう一つの問題点は、「喪の仕事」として一般的にイメージされるものとその理論内容がズレていることである。それにもかかわらず、両者が同一視されやすいのは、「喪の仕事」という用語が慣習的な実体験を想起させるので、権威を持つとされるフロイトのテキストの中に書かれていないことまで過剰に読み込ませてしまうからだと思われる。

何よりもまず、フロイトの「喪の仕事」概念に違和感を覚えるのは、問題が全て利己的な利害損得の観点から論じられている点である。実際に、この概念を丁寧に読み解くならば、故人の無念を心の内で慰めたり、故人の生前の愛情や恩義に感謝したり、故人に対する生前の言動を反省したり、故人の分まで立派に生きようと決意を新たにするといった、広く一般に見られる利他的・献身的な要素がほとんど論じられていないという問題がある。

また、純粹に理論上の問題を言えば、よく知られているように、フロイトのいうリビドーを性的な心的エネルギーと捉えるか一般的な心的エネルギーと捉えるかという難問がある。さらにフロイトは、悲哀を健康、鬱病を病気と理論先行的に分類し、しかもその力点は鬱病の説明に置かれているために、悲哀との中間に曖昧な領域が生じているという問題もある（例えば、二年を超える悲哀は全て鬱病なのか等。二項対比の理路上、本稿は病的悲哀を鬱病と換言したが、フロイトのテキストでは両者が同一なのかは必ずしも明らかではない）。そして、フロイトは「喪の仕事」において、理性的な無意識の意識化ばかり重視しているが、やはり感性も持つ生身の人間ならば喜怒哀楽の感情の発散もまた重要なのではないかという疑問がある。

このように、フロイトの「喪の仕事」概念は様々な不備や問題を抱えている。それでは、この概念に有効性はないのであろうか？

留意すべきは、やはりこのフロイトの「喪の仕事」概念には有効性もあることである。例えば、喪失対象との過去を一切清算して新たな人生を立派に歩む人達は現実に少なからず存在する。また、家庭内暴力や学校教師や職場上司によるハラスメントを始めとして、もし愛着対象との関わりが有害無益な場合は、過度の期待や理想化から脱却し、盲信や妄執を断ち切って絶縁することも必要である。そうした場合には、フロイトの「喪の仕事」概念は非常に有効な理論モデルといえる。

結論を言えば、グリーフケアにおいては、喪失対象との精神的絆を切断するか継続するかについては二者択一ではなく臨機応変に使い分けることが大切である。過去との精神的絆を切断する方が良いのか継続する方が良いのかは、時に個人の中でさえ揺れ動く。そうである以上、私達はクライアントを「プロクルステスの寝台」に縛り付けるのではなく十分に自由を担保し、その両方の傾向を見定めつつバランス良く寄り添うことこそが重要であると指摘できる。

## まとめ

以上のように、フロイトの「喪の仕事」概念は、対象に愛情（心的エネルギー）を注ぐことを「備給（cathexis）」とし、これを喪失対象から完全に撤収することを最終目標とするものであった。それでは、なぜフロイトはこのように喪失対象との絶対的決別というある意味で偏った結論に辿り着いたのであろうか？

思想上の理由の一つは、フィリス・R・シルヴァーマン（1927-2016）とデニス・クラス（1940-）が『継続する絆』（1996年）の序論で考察するように、フロイトの精神分析理論が相互依存よりも個人の自律性と非依存性を重視する近代西洋的価値観に影響されていたことである<sup>58)</sup>。そこでは、主体的個人が理性を通じて内面のみで問題を解決することが称揚され、他者との関係性は等閑視されることになったのだといえる。

しかし、もしそうした主体的個人が理性を働かせること自体が愛着対象からの心的エネルギーの備給（及びそれにより形成される基本的信頼感）を基盤としているならば、肝心の愛着対象を喪失した場合にはそもそも理性を働かせることができないことになる。もしそれができるとすれば、それは既に心的エネルギーが十分に備蓄されているか、あるいは他の愛着対象から心的エネルギーの備給があるという恵まれた環境にある場合だけである。フロイト自身はそうした幸運な境遇にいたので、この条件は盲点になっていたのであろう。しかし、誰もがそうした恵まれた環境にあるとは限らない以上（例えば孤児の場合等）、喪失対象や周囲との関係性を除外して個人が理性的に内面だけで問題を全て解決できるとするフロイトの理論にはやはり普遍妥当性の面で問題があると言わざるをえない。

さらに、フロイト自身の個人歴に由来する特殊な理由も考えられる。実際に、小此木啓吾は『対象喪失』で、『『悲哀の仕事』の洞察は、父ヤコブの死に対するフロイト自身の喪の仕事の主体的体験から生まれた』ためであると示唆している。つまり、1896年に死んだ父親に対する、フロイトの息子としての愛憎や対抗心という個人的な心理条件がその理論構築に偏った影響を与えたのだと説明している<sup>59)</sup>。

これを受けて、山本力（1950-）は『喪失と悲嘆の心理臨床学』（2014年）で、「さらに父親との死別だけでなく、プロイエル、フリース、そしてユングら親友や愛弟子との離別もフロイトの対象喪失論を理解する上で欠かせない」と補足している。すなわち、特に自らの学問的後継者として絶大な愛と期待の対象であったカール・グスタフ・ユング（1875-1961）と1913年に決別したことで、「ユングへの愛と期待を撤収すること、つまり脱カセクスこそモーニングワークの結末であるとフロイトは考えたのではなかろうか」と喝破している<sup>60)</sup>。

出来事とテキストの時系列的な照応関係から考えて、これらの洞察の蓋然性は極めて高い。そうである以上、やはりフロイトの「喪の仕事」概念は、そうしたフロイト個人の特殊事情の偏った影響を考慮しなければならないと主張できる。

フロイトの「喪の仕事」概念は、対象喪失による悲哀とその回復の問題について、広く後世の関心を集め、最初の理論的枠組みを提出するという意味では極めて有益であった。また、既述したように、愛着対象との関係が危険であったり不利益であったりする場合には少なくない有効性も有している。その一方で、臨床の現実在即して用いなければ全く逆効果を生む危険性も孕んでいることは既に見た通りである。その両面を見極めた上で、このフロイトの「喪の仕事」概念は今後もグリーフケアの研究と実践に役立てられていくべ

きであると結論できる。

〈注〉

- 1) Sigmund Freud, „Trauer und Melancholie“, in *Internationale Zeitschrift für Ärztliche Psychoanalyse*, 4(6), Leipzig and Vienna: Hugo Heller, 1917, S. 288–301. この論文は、1914年に精神分析協会の会合で報告され、1915年にほぼ完成していたが、公刊は1917年である。なお、フロイトは1916年の小論「無常」では、まだ悲哀を十分に理解できていないと告白している。「愛したり賛美したりしているものを失うことに対する悲哀 (Trauer) は、一般人にはとても自然なので当然だと見なされている。しかし、心理学者にとっては、悲哀は一つの大きな謎であり、誰も自分では明らかにしないまま別の不明なものに帰する現象の一つである。私達の考えでは、私達はリビドーと名付けられる一定量の性愛能力を有しており、それは私達の発達の最初においては自分自身の自我に振り向けられている。後に、とはいえ実際にはごく初期からなのだが、リビドーは自我から対象へ向け変えられ、いわば私達は対象をそのような形で自我に取り入れる。もしその対象が棄損されたり喪失されたりすると、私達の性愛能力 (リビドー) は再び自由になる。リビドーは他の対象を代替物とするか、あるいは一時的に自我へ戻りうる。しかし、なぜこのリビドーが対象から分離することがとても苦痛に満ちた過程であるのかについては、私達はよく理解していないし、それを現在のところいかなる仮説から引き出すこともできない。そう、これが悲哀である」(Sigmund Freud, „Vergänglichkeit“, in *Gesammelte Werke: chronologisch geordnet*, Band 10: Werke aus den Jahren 1913–1917, Frankfurt am Main: S. Fischer, 1946, Achte Auflage 1991, S. 359–360. 邦訳、「無常」本間直樹訳、『フロイト全集』14、2010年、331頁)。
- 2) 本稿では、「Trauer und Melancholie」からの引用は全て次の全集から拙訳し、頁番号のみを記す。Sigmund Freud, „Trauer und Melancholie“, in *Gesammelte Werke: chronologisch geordnet*, Band 10: Werke aus den Jahren 1913–1917, Frankfurt am Main: S. Fischer, 1946, Achte Auflage 1991, S. 428–446.
- 3) Sigmund Freud, “Mourning and Melancholia”, in *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, translated from the German under the general editorship of James Strachey, in collaboration with Anna Freud; assisted by Alix Strachey and Alan Tyson, Volume 14 (1914–1916), London: Hogarth Press, 1957.
- 4) 邦訳の題名は、当初「悲哀とメランコリー」が多かったが、近年では「喪とメランコリー」が主流になっている。「悲哀とメランコリー」井村恒郎訳、『フロイト選集』10、日本教文社、1955年(改訂版1974年)。「悲哀とメランコリー」井村恒郎訳、『フロイト著作集』6、人文書院、1970年。「喪とメランコリー」『人はなぜ戦争をするのか』中山元訳、光文社古典新訳文庫、2008年。「喪とメランコリー」伊藤正博訳、『フロイト全集』14、岩波書店、2010年。「喪とメランコリー」『メタサイコロジー論』十川幸司訳、講談社学術文庫、2018年。なお、本稿の「Trauer und Melancholie」からの引用は全て、以上の既訳を参考にさせて頂いた上で拙訳している。以下、邦訳の該当頁は全て『フロイト全集』14を示す。
- 5) S. 442. 邦訳、289頁。
- 6) 山本力「死別と悲哀の概念と臨床」『岡山県立大学保健福祉学部紀要』第3巻1号、1996年、6頁。
- 7) 伊藤正博訳及び十川幸司訳。
- 8) 中山元訳。

- 9) 井村恒郎訳。
- 10) 小此木啓吾『対象喪失——悲しむということ』中公新書、1979年、100頁。
- 11) Erich Lindeman, “Symptomatology and management of acute grief”, *The American Journal of Psychiatry*, 101, 1944, pp. 141–148.
- 12) S. 428–429. 邦訳、273–274頁。
- 13) S. 429. 邦訳、274頁。
- 14) Sigmund Freud, „Bemerkungen über einen Fall von Zwangsneurose“, in *Gesammelte Werke: chronologisch geordnet*, Band 7: Werke aus den Jahren 1906–1909, Frankfurt am Main: S. Fischer, 1941, Siebte Auflage 1993, S. 408–409. 邦訳、「強迫神経症の一例についての見解〔鼠男〕」福田覚訳、『フロイト全集』10、岩波書店、2008年、211頁。また、フロイトは同稿のための覚書では、「喪の哀しみ」の期間を「一年半から二年で終了」と述べている（「強迫神経症の一例（鼠男）のための原覚え書き」総田純次・福田覚訳、『フロイト全集』10、305頁）。
- 15) S. 429. 邦訳、274頁。
- 16) S. 431. 邦訳、277頁。
- 17) S. 429. 邦訳、274頁。
- 18) Sigmund Freud, „Metapsychologische Ergänzung zur Traumlehre“, in *Gesammelte Werke: chronologisch geordnet*, Band 10: Werke aus den Jahren 1913–1917, Frankfurt am Main: S. Fischer, 1946, Achte Auflage 1991, S. 420. 邦訳、「夢学説へのメタサイコロジー的補遺」新宮一成訳、『フロイト全集』14、岩波書店、2010年、264頁。
- 19) S. 430. 邦訳、275頁。
- 20) S. 430. 邦訳、275頁。
- 21) S. 436. 邦訳、281–282頁。
- 22) S. 434. 邦訳、280頁。
- 23) S. 435. 邦訳、281頁。
- 24) S. 444. 邦訳、291頁。
- 25) S. 446. 邦訳、293頁。
- 26) S. 437. 邦訳、283頁。
- 27) S. 446. 邦訳、293頁。
- 28) S. 431. 邦訳、276頁。
- 29) S. 440. 邦訳、286頁。
- 30) S. 432. 邦訳、277頁。
- 31) S. 438. 邦訳、284頁。
- 32) Freud, „Bemerkungen über einen Fall von Zwangsneurose“, S. 444. 邦訳、「強迫神経症の一例についての見解〔鼠男〕」251頁。
- 33) S. 430. 邦訳、275頁。
- 34) Sigmund Freud, „Hemmung, Symptom und Angst“, in *Gesammelte Werke: chronologisch geordnet*, Band 14: Werke aus den Jahren 1925–1931, Frankfurt am Main: S. Fischer, 1948, Siebente Auflage 1991, S. 205. 邦訳、「制止、症状、不安」大宮勘一郎・加藤敏訳、『フロイト著作集』19、岩波書店、2010年、101頁。
- 35) S. 439. 邦訳、286頁。



- 36) S. 431. 邦訳、276頁。
- 37) S. 439. 邦訳、286頁。
- 38) S. 430. 邦訳、275-276頁。
- 39) S. 431-432. 邦訳、277頁。
- 40) S. 441. 邦訳、288頁。
- 41) S. 442. 邦訳、288頁。
- 42) S. 442. 邦訳、289頁。
- 43) S. 442-443. 邦訳、289頁。
- 44) S. 443. 邦訳、289頁。
- 45) 小此木啓吾は、この「メランコリー（鬱病）の仕事」を「悲哀の仕事」と対比すべき一つの心的プロセスと見なしている。小此木啓吾『現代の精神分析——フロイトからフロイト以後へ』講談社学術文庫、2002年、152頁。
- 46) 実際に、小此木啓吾は次の文献では「メランコリーの仕事」の内容を「悲哀の仕事」に含めている。小此木啓吾『フロイト思想のキーワード』講談社現代新書、2002年、179-180頁。
- 47) S. 444. 邦訳、291頁。
- 48) S. 445. 邦訳、292頁。
- 49) S. 445. 邦訳、292頁。
- 50) S. 435. 邦訳、281頁。
- 51) S. 435. 邦訳、281頁。
- 52) S. 431. 邦訳、277頁。
- 53) 1929年4月12日付のフロイトからビンスワンガー宛の書簡。また、フロイトは1923年の4歳の孫ハイネルレとの死別の悲哀を6年後も克服できていない。L・ビンスワンガー『フロイトへの道——精神分析から現存在分析へ』竹内直治・竹内光子訳、岩崎学術出版社、1969年、116-118頁。
- 54) ビンスワンガー『フロイトへの道』116頁。
- 55) ジョージ・A・ボナーノ『リジリエンス——喪失と悲嘆についての新たな視点』高橋祥友監訳、金剛出版、2013年、31頁。
- 56) 秋丸知貴「ヴァルター・ベンヤミンの『アウラ』概念について」『モノ学・感覚価値研究』6、京都大学こころの未来研究センター、2012年、131-138頁。
- 57) 「継続する絆」研究の展開については、次の文献を参照。高木慶子編著・上智大学グリーフケア研究所制作協力『グリーフケア入門——悲嘆のさなかにある人を支える』勁草書房、2012年。島藺進『ともに悲嘆を生きる——グリーフケアの歴史と文化』朝日新聞出版、2019年。
- 58) Dennis Klass, Phyllis R. Silverman, and Steven L. Nickman (eds.), *Continuing Bonds: New Understanding of Grief*, New York: Taylor & Francis, 1996.
- 59) 小此木『対象喪失』。特に第3章「フロイトと転移の中の喪の仕事」を参照。
- 60) 山本力『喪失と悲嘆の心理臨床学——様態モデルとモーニングワーク』誠信書房、2014年。特に第2章「対象喪失論の起源と展開」を参照。