



精神的健康と読書

宮田尚之

近年各方面で精神的健康と言うことが、やかましく言われている。しかしこれが何を意味するかということは、なかなかむづかしい問題である。昔から普通、精神は知情意と3大別される。この3者が円満に統合的によく発達した人を、一応、精神的健康者といえると思う。これら3者が偏って発達している人は性格異常者である。これら3者が、統合されず分裂している人は、精神分裂病という精神病である。そしてこの精神病の最も大きいひとつの特徴は、この病者が、自分は病人であることをほとんど自覚しないということである。

さて、この知情意のうちでは、「知」が最も基礎的なものであって、昔から「頭がよい」といわれるのは、この知の発達した人のことである。本学の学生諸君はもちろん知的に発達している人々に相違ない。しかして「知」とは教えられたり、学んだりして得た経験的精神内容、つまり教育と学習などの総和である。学校とは簡単にいえば、教育と学習がよく行なわれるように作られた場所であり、学生とは、教育を受け、学習を行なうことを本務とする人々といえる。従って、もし学生にして、これらをしない者は、本質的には学生といえないと思うのである。

先ず教育のことであるが、近頃学生の中には、時々大学の教育がつまらないという者がいる。それは自惚に過ぎると思う。それらの人々は、「自ら天性が優秀であると信ずるために教育を受けなくてもよいと思うのは誤っている。天性の優秀な者こそ、ますます教育の必要がある」とのソクラテスの名言を銘記して頂きたい。

次に学習のことである。それには色々の方法があるが、やはり読書が最も大きい部分を占めている。そしてその読書のために図書館がある。周知のように京大の図書館には、250万冊以上の図書がある。もし学生諸君が毎日1冊ずつ本を読むとしても、学生生活4年間に、 $365 \times 4 = 1,460$ 冊しか読めないのである。それを死ぬまであと50年間続けたとしても、18,250冊しか読み得ない。それは京大図書館の本の1%にも満たないので、あと99%の本は読めないことになる。つまり99%のことは知らないということになるのである。ましてそれが全日本、全世界となると全く問題にならない。すなわち不知の部分の如何にも大きいことを謙虚に自覚すべきであろう。

大学生は一般に知的に発達している人々である。そのため情や意に欠ける傾があり、一種の性格異常に近い人々が多いように推察される。しかしこの異常者の中には、未来の人類社会の進歩・発展に寄与し得る貴重な人々が多く含まれている。そしてそれらの人々は、精神病でないから、自らの異常性をよく自覚しているはずである。どうか諸君は、くれぐれも誤りのない自覚をもち、常に情意の円満な発達に留意され、必ず読書や研修を怠らず、恵まれたその知的能力を十分發揮できるよう努力して頂きたい。かくてはじめて真に優秀な精神的健康者といえると思うのである。

(教養部教授・保健診療所長)