

# ヒルティ『幸福論』における「仕事術」の現代的意義について

On the Modern Significance of “Work Operation” in Hilty’s *Eudaemonics*

笠井 哲

福島工業高等専門学校 一般教科

KASAI Akira

National Institute of Technology, Fukushima College, Department of General Education

(2022年8月31日受理)

The purpose of this paper is to consider the modern significance of work operation in Hilty’s *Eudaemonics*. He balanced the contradicting activity called the thinker and the businessman. Hilty said that improvement of work is the source of the happiness. He preaches the work operation, the time operation, the custom theory in *Eudaemonics*. As for these techniques, all pass in today.

**Key words:** Hilty, *Eudaemonics*, happiness, work operation, time operation, custom theory

## 1. はじめに

カール・ヒルティ（1833～1909）は、スイスの思想家で法学者であった。彼の『幸福論』は、アラン（1868～1951）<sup>1)</sup>やラッセル（1872～1970）のそれと並ぶ「三大幸福論」の一つである。

ヒルティの『幸福論』の特徴は、「幸福とは何か」を論じただけでなく、「幸福になるには如何にすべきか」という幸福になる方法、つまり幸福術を語った著作ということである。しかもその方法は、ヒルティが日常生活の中で実践していたものばかりであった。後述するように、ヒルティは何役もこなしながら、祖国スイスと家族のために多忙な生活を送ったのである。

『幸福論』は三部構成であるが、本稿では、第一部について考察する。彼は、仕事の充実こそが幸福の源泉であるとし、仕事術、それに関連する時間術や習慣論などの現代でも通用する技術を説いている。本稿の目的は、ヒルティ『幸福論』における「仕事術」の現代的意義を考察することである。

それに先立ち、ヒルティが如何なる人物であったか、伝記に触れておきたい。

ヒルティは、1833年にスイスで生まれた。小学校に入学した彼は、当時、まったく教養のない貧しい子どもたちと一緒に学んだ。そこで彼は、自分の民主主義的な感覚が養われたとしている。

その後、ヒルティは郷里のドイツ系プロテスタントの高校に入学する。高校卒業後、ドイツの大学に進んだ。

まず、ゲッチンゲンの大学で法律を三年、さらにハイデルベルクの大学で学んだ。

弁護士として働いていたヒルティは、その道ではスイス陸軍の裁判長にのぼりつめたほどの有能ぶりである。同時に熱心な勉強家で、文才にも長けていたので、ベルリン大学に教授として招聘される。そこで法学に限らず、博学を生かして幅広い著作活動を行ったのである。中でも彼が感化された書物が聖書であったから、宗教倫理的著作を多く残すことになる。

シュトゥッキは、『ヒルティ伝』で、「ヒルティの著作は、かつて宗教的・倫理的分野にあらわれた、最も美しいものに属する」<sup>2)</sup>という。その一つが、本稿で取り上げる『幸福論』である。

ヒルティは法律学者であり、裁判官であり、軍人であり、大学教授であり、哲学者であり、宗教家であり、詩人であり、政治家でもあった。思想家と実務家という、通常相反する二つの活動において、それぞれ大いなる成功を遂げ尊敬された人物であった。彼がまず、幸福を如何にとらえていたかについて考察したい。

## 2. 幸福とは

ヒルティは、『幸福論』の「幸福」の章を、「哲学的見地からはどのようにも反対できようが、しかし人が意識に目覚めた最初の時から意識が消えるまで、最も熱心に求めてやまないものは、なんといたってもやはり幸福の感情である」<sup>3)</sup>と始めている。

彼は、幸福をあらゆる思想の鍵と見なし、次のような見解を表明している。最も厳格なストア主義者でも、極端に世を逃れようとするキリスト者でさえ、さらに仏教徒も「無」のうちに幸福をおいている。したがって幸福の追求ほど、万人共通のものは他にないのである。

「人間が幸福を求めるこれらの道は外的なものには、富、名誉、生の享樂一般、健康、文化、科学、芸術などがあり、内的なものには、やましくない良心、徳、仕事、隣人愛、宗教、偉大な思想と事業にたずさわる生活などがある。これらの外的な手段はすべて、誰でも容易に手に入れるわけにいかず、したがって人類全体の幸福を築くことができず、その上、高尚な精神の人には、良心のやましさを伴う享樂以外の何物も与えないという点で、すでにきわめて大きな欠点をもつものである」<sup>4)</sup>。

ヒルティによると、富や名誉、絶大な権力などを手にすれば、守ろうとする気持ちが生まれ、頑なに人を拒絶するようなことにもなりかねない。これでは、幸福とはまったく反対の結果を招くだけであるという。

単に物質的に満たされるよりも、多少は良いとされている、美や芸術的な作品を生み出すことも、富や名誉と変わりはない。両者の間に一線を引くのは難しい。

人間の本性は、面白おかしく遊ぶことにはではなく、働くことに向いている。したがって、娯楽は仕事の合間にほんの少しあれば良い、スパイスのようなものであり、気分転換のためのものである。過剰な娯楽に身をゆだねれば、苦い幻想が待っているだけである。

人間に本当の喜びを与えるものは、必ず人間の天性に合ったものである。つまり、本当の喜びは、正しく働くことにより、はじめてもたらされるというのである。したがって、ヒルティは次のようにもいっている。

「仕事は、人間の幸福の一つの大きな要素である。いな、単なる陶酔でない幸福感は、仕事なしには絶対に与えられないという意味でなら、実に、その最大の要素でさえある」<sup>5)</sup>。

幸福であろうとすれば、人は一週間に6日は働かなければならないし、額に汗してそのパンを食べなければならぬ。この成功の前提を避けるなら、幸福を追求する人の中で最大の愚者である。

「仕事なしには、実際この世には幸福はない。消極的にとれば、この言葉は完全に正しい。といて、仕事はそのまま幸福であり、したがってあらゆる仕事は必ず幸福感を伴うというのなら、それはもはや誤りである」<sup>6)</sup>。というのも、賢明な人ほど自分の仕事の欠点を知っており、その日の仕事を終え、「すべてが良い」といえた人は

一人もいなかったからである。さらに、ヒルティは幸福と倫理について、次のように述べている。

「幸福の第一の、絶対に欠くことのできない条件は、倫理的世界秩序に対する堅い信仰である。このような秩序なしに、世界はただ偶然によって、あるいは弱者に対する取り扱いはほとんど残酷なまでに厳しい自然法則によって支配され、また人間の策略と暴力によって動かされるものだとするならば、個人の幸福などはもはや問題にはならない」<sup>7)</sup>。

ヒルティは、二つの世界観を提示する。一つは倫理に支配された助け合いの世界、もう一つは弱肉強食の世界である。人が幸福になるためには、前者の倫理に支配された世界が不可欠だということである。

動物の世界では、体の大きな動物が小さな動物を食べるのも、病気で死ぬのも当たり前で、それが自然法則である。しかし人間の世界は異なるので、幸せでいられるというのが、ヒルティのいう倫理的世界秩序である。

もし誰もが倫理に懐疑的になり、そういう秩序が存在しないとせば、世界は自然に戻っていき、強い者が支配する世界になる。ヒルティはその一例として、マキアヴェリ (1469～1527) の『君主論』を挙げている。

### 3. 仕事術

さてヒルティが、自らの幸福論を仕事の話から始めているのは注目すべきである。彼は、「上手な仕事の仕方」というタイトルのもとに、仕事こそが人間に幸福をもたらすという話をする。

「仕事の上手な仕方は、あらゆる技術のなかで最も大切な技術である。というのは、この技術を一度正しく会得すれば、その他の一切の智的活動がきわめて容易になるからである」<sup>8)</sup>。

そうであるのに、会得した人は比較的少ない。一般的に、できるだけ少なく働くか、または短い時間だけ働き、残りの人生を休息のうちに過ごそうという傾向があるというのである。

「それなら働きと休息とは、一見両立しない対立物のようにみえるが、果たしてそうであろうか」<sup>9)</sup>。

ヒルティによると、誰もが賞賛される勤労から逃れようとする限り、社会状態の改善などは無駄であり、それは治る見込みのない社会の病気なのである。

「休息を求めるのは、もとより人間の本性である。どんなにつまらない、精神的に貧弱な者でも、この欲求を持っているし、また、どんなに高い精神の人でも、たえまなく努力することは願わない」<sup>10)</sup>。

彼は、仕事と休息を対比して、二つを対立するものにとらえる考え方を批判している。というのも、もし休息がづらい仕事の後の楽しみだと思ってしまうと、およそ仕事によって幸福を得ることが、できなくなってしまうからである。

ここで、ヒルティはキリスト教徒に相応しい表現をしている。すなわち、もし勤労が避けられず、しかも休息がこれと反対のものであるならば、『旧約聖書』「創世記3の19」にあるように「あなたは顔に汗してパンを食べねばならぬ」というのは、まったく残酷な呪いの言葉であり、地上は実際涙の谷であろうという。このように、彼の幸福論を特徴づけているのは、キリスト教的価値観である。

こうして、ヒルティは仕事と休息を等価としようとしている。つまり、人間とは働く点に本質があり、それは喜びだというのである。彼によると、休息はその中で自然に与えられるものであり、わざわざ仕事を犠牲にしてまで取るものではない、というのである。ヒルティは、「働きの喜びは、自分でよく考え、実際に経験することからしか生まれない」<sup>11)</sup>という。仕事は、自分の行っていることの意味をよく考え、かつ実際にやってみないとわからないものである。その経験は、次のようなことを自ら試してみようとするすべての人に教える。

「人の求める休息は、第一に、肉体と精神とをまったく働かせず、あるいはなるべく怠けることによって得られるのではなく、むしろ反対に、心身の適度な、秩序ある活動によってのみ得られるものである。人間の本性は働くようにできている。だから、それを勝手に変えようとすれば、手ひどく復讐される」<sup>12)</sup>。

人間の本性は働くこと、というヒルティの考えからすれば、仕事を持っていないことが最大の不幸ということになる。

「人を幸福にするのは仕事の種類ではなく、創造と成功の喜びである。この世の最大の不幸は、仕事を持たず、したがって一生の終わりにその成果を見ることのない生活である。それゆえこの世には労働の権利というものがあり、また、なければならぬわけだ」<sup>13)</sup>。

プライベートな時間が大事で、仕事は生活するお金を稼ぐために、大切な時間を売り渡していると考える人もいる。しかしそれでは仕事が虚しい行為になってしまう。

上でヒルティが使った、「権利」という言葉に注目したい。仕事は権利である。仕事をしている時間自体が最上の幸福だと考える方が、幸福の範囲は拡大する。そうなれば、仕事の性質などは問題ではなく、仕事による創造

と成功の喜びが、純粋に幸福の源泉になる。

仕事にも、あらゆる技術と同じく、そのコツがあり、それをのみこめば、仕事はずっと楽になる。仕事をする気になるだけでなく、仕事が出来るといことも、決して簡単なことではないが、多くの人はそれを知らない。

「(一) 障害に打ち克つための第一歩は、その障害を知ることである。仕事ができるのを妨げるのは、主として怠惰である。人は誰でも生まれつき怠惰なものだ。感覚的に受動的な通常の状態から抜け出すためには、常に努力を必要とする。善事に対して怠惰であるということが、われわれの本来の根本的な欠点である。それだから、生まれつき働き好きな人間などありはしない」<sup>14)</sup>。

人は、好きなことであれば打ち込むが、そうでなければ怠惰になりがちである。すなわち場合によって働き者であったり、怠け者であったりする。だからこそ、怠惰の克服が重要になる。ヒルティは、怠惰を克服する第一のお勧めとして、愛と義務感情から働きなさいという。また、自分だけのために生活をしないということが、屈せぬ力を与える唯一の道であるともいう。

次に、怠惰を抑える第二のお勧めとして、習慣化に関する言及がなされている。

「(二) 次に怠惰を抑えて仕事に向かわせる最も効果的な手段として役立つのは、習慣の大きな力である。普通には、ただわれわれの肉体的性質にのみ役立っているこの強大な力を、また同様に精神的方面にも役立てていけないわけがあるか」<sup>15)</sup>。

愛と義務感情だけでは克服できない種類の怠惰も、習慣になるほど続けることで克服できるのである。そういう習慣化が難しいと困っている人に、ヒルティは習慣化のコツを挙げています。

「まず何よりも肝心なのは、思いきってやり始めることである。仕事の机にすわって、心を仕事に向けるという決心が、結局一番むずかしいことなのだ」<sup>16)</sup>。

仕事を進める方法として、思い切って着手することが大切だという。そしてヒルティによれば、仕事の机につく、精神をそのことに向けるという決心が根本的に最も困難なので、一度ペンとか鋏を手に取り、最初の線を引き、最初の打撃を下すならば、すでにそのやるべき仕事は非常に容易になっているという。

さらに、ヒルティは次のような指摘もしている。上に述べたようであるにもかかわらず、人はただ仕事の準備だけして、一向に着手しない。それはとりもなおさず、怠惰のためであるという。いよいよどうしてもやらなければならないとなると、時間不足のため焦る感情に襲わ

れ逆上すしたり、体もおかしくなったりして、仕事に差し支える。

次に、創造的な仕事については次のように述べている。

「(三) 精神的な創造的な仕事をするのに、仕事の区分や、あるいはそれ以上に序論のために、時間と仕事の興味を失っている人がきわめて多い」<sup>17)</sup>。

ヒルティによれば、仕事の基本は「とにかく始めること」であるという。仕事の手順や時間配分ばかりに気をとられていると、時間を無駄に費やしてしまうだけでなく、それだけで疲弊してしまうことも少なくない。こうしたことは後回しにして、自分が得意で最もたやすくできるところから始めれば良いのである。

物事を成し遂げるには、できることを一つひとつ行うしかない。ヒルティの考えでは、とにかくできることから着手する。次は、今できることをひたすら一所懸命に行う。こうした習慣をつければ良いという。

「(四) よく働くには、元気と感興とがなくなったら、それ以上して働き続けられないことが大切である。もっとも、最初はあまり感興がわかなくても始めねばならぬ」<sup>18)</sup>。

しかし、仕事の結果としてある程度の疲れが出てきたら、すぐに中止すべきである。ただし、仕事そのものをやめてしまう必要はないという。

「(五) その反対に、多く働くためには、力を節約しなければならぬ。そしてこれを実行するには、とくに無益な活動に時間を費やさないと心掛が必要である。われわれが無益な活動のために、どれだけ多くの仕事の興味と勢力とをそがれているかは、ちょっと口に言えないほどだ」<sup>19)</sup>。

第一にヒルティが挙げているのは、新聞を読み過ぎることであり、第二に不要な会合や政治活動である。実に多くの人が、朝の一番いい仕事の時間を、新聞を読むことで始めている。また晩には、何かの会や社交クラブでその日を終えるようにしている。多くの仕事をするには、精神的雑用も肉体的雑用も避けるべきであるという。

さらに、ヒルティの本業である精神的な仕事については、「(六) 最後に、精神的な仕事(われわれは常に第一にこれを念頭においてきた)を容易にする最も有効な、とっておきの方法が一つある。それは繰り返すこと、言い換えれば、いくどもやり直すことである」<sup>20)</sup>という。

如何なる仕事であっても、コツさえマスターすれば決して難しくはない。そのコツの一つは「繰り返すこと」であるとヒルティはいう。換言すれば、何度も手を加えて仕上げていくという方法をとることである。

「だから、本当の勤勉は、現代のある有名な著述家が言ったように『ただ休む暇なく働き続けることではなく、頭の中の原形を目に見える形に完全に表現しようという熱望を持って仕事に没頭することである』」<sup>21)</sup>。

#### 4. 時間術

ヒルティは時間術について、『幸福論』の「時間のつくり方」の章で次のように始めている。

「時間がない。これはちゃんと正式にきまっていない義務や仕事をのがれようとする時に、人が最も普通に用いる便利な口実であるばかりでなく、また事実上、しごくもっともな、そしてもっともらしく見える言い分である。時間がないという事実は、確かに否めないのである。

が、それでもなお、これは一つの口実であろうか。私は条件つきではあるが、ためらいなく『そうだ』と答える、そして同時に、主としてどのような理由から時間がなくなるのか、またどのような方法で、少なくともある程度まで、必要な時間をつくり得るかを示そうと思う。それで、私の説教は、神学者の先生の説教のように三段にではなく、ただ二段に分かれている。これは、読む時間さえ持たない読者の安心のために、一こと言っておく」<sup>22)</sup>。

以上のように、ヒルティは「時間がない」というのはもっともらしい口実であるし、確かに時間がないと認めざるをえないことが少なくないのも事実であろうとする。それでも、彼はためらうことなく「時間がない」というのは、言い訳に過ぎないと断言している。

そして誰もが時間がないと感じている最大の理由は、常に止まることがないという時間の本質にあるというのである。時間はたえず流れていき、決して元に戻すことができない。そのため時間とともに生きようとするれば、走り続けなければならない。常に落ち着かず、人の心をいらつかせるのはそのためである。この傾向は、時代とともに、ますます苛酷になるばかりである。

時代の動きに遅れまいと必死になるあまり、多くの人はあまりに速い時間の流れに自分を見失いそうになっている。自分がなぜこれほど忙しいかわからないまま、時間に追われているのである。

ヒルティは自分の日常の経験から、次のような例を持ち出している。誰もが、「時間を無駄にしてはいけない」、「時間を大切にしなければ」と口にする。そのためか、かなりの知識人の中にも、時間がないからといって、例えば贈り物を受け取っても礼状一つ出すことを怠る人が少なくない。礼状を書く、短い時間さえない人など、滅

多にいるはずなのに、如何なることであろうか。

礼状や手紙の返事をすぐに出さないのは、時間がないからではなく、ただ、だらしがないからに過ぎない。これを時間がないからだと思いついでいるとしたら、自分をごまかしているだけなのである。いつまでこういうことを続けていくのだろうか。時の流れの中であえて歩調をゆるめ、考え直してみる必要があるようである。

ヒルティによると、現代人が、大いに考え違いをしている点が二つある。一つは、先に述べた「時間がない」という不安に駆られていることである。もう一つは、「良い仕事をするためには、休養が必要である」と思いついでいることである。

絶えず時間がないと不安に駆られ、焦って働いたところで、良い結果が残せるとは限らない。人々が精神的に追まわれ、過労に陥っている現代よりも、そういうことが少なかった時代の方が、多くの分野で成果が残されている。

例えば、宗教改革を推し進めたルター（1483～1546）がその良い例であるとヒルティはいう。ルターは、信じられないほどの短期間で、聖書の翻訳という膨大な仕事を成し遂げている。それを終えた後も、疲れを見せることなく、長期にわたる休養をとることもなかった。

また、ヒルティはミケランジェロ（1475～1564）やラファエロ（1483～1520）のように、絵画だけでなく建築にも彫刻にも、さらには詩作にも広い領域にわたって優れた作品を残す人もいないとする。追われるような仕事をしなくても、十分な休養をとらなくても、良い仕事を成し遂げることができる、とヒルティは考えている。

「(一) 時間をつくる最も良い方法は、一週に六日―五日でも七日でもなく―、一定の昼の(夜でない)時間に、ただ気まぐれでなく、規則正しく働くことである。夜を昼とし、日曜日を働き日とすることは、決して時間と働く力を得ることのできない最もまずい方法である。また、数週あるいは数カ月にわたる、いわゆる『骨休め』も、もしそれを文字どおりにとって、仕事をまったく止めるという意味ならば、むしろ考えものである」<sup>23)</sup>。

ヒルティの忠告は、わかりやすい。すなわちウィークデイの昼間に、規則正しく働くことである。続けて、一定の時間をどれくらいにしたら良いのかは、仕事から生じる自然の疲労を目安にする。仕事の結果、どうしても疲労が生じる場合には、それまでの一定時間を少し減らすべきだということである。いずれにせよ、規則正しく働くことが、時間を作る最も良い方法である。彼によれば、中年の精神と肉体の健康を保ち、女性の美しさを保つに

も役立つのである。

次に、一定の職業に就くべきであることを、「(二) 規則正しい仕事をいちじるしく容易にするものは、もちろん一定の職業である。職業は必ず、きまった仕事の義務を伴うからである」<sup>24)</sup>。という。

そしてヒルティは、現代の多くの金持ちの不幸は、かれらが職業を持たないことであるとしている。さらに彼は、当時の女性の向学心を、職業活動を求める人間本性の衝動に違いないという。

「(三) 今日しばしば議論されるもう一つの問題は、仕事のために一日の時間をどう区分するかである」<sup>25)</sup>。

ここで、ヒルティは仕事時間を一日の中で、如何に配分すべきなのかという問題を取り上げている。彼は、仕事から本当の精神的な満足感を得たいと望むのであれば、母国スイスで行われている時間配分が良いという。

スイスでは、間に長めの休み時間を取りながら、午前中に4時間、午後4時間というように働く。ヒルティの場合、一日8時間では足りないので、夜2～3時間仕事をするように、時間を配分している。彼によれば、仕事から大きな満足感を得るためには、何通りかの時間配分を試み、自分に最も合った配分の仕方を見つけるべきである。

続けて、準備に時間をかけ過ぎるべきでないという。

「(四) 次に大切な点は、あまり自分自身を大事がらないことである。いいかえれば、時間、場所、位置、気乗りや気分などの準備に長い暇をかけないことだ」<sup>26)</sup>。

つまり、気が乗るか乗らないかは、仕事を始めれば自然に解決する。はじめはどれも気が進まないようなことでも、それが本当に重大な病気からでも出ていない限り、仕事に受け身でなく進んでやれば、大体はなくなるものであるというのである。

ヒルティはまた、体験上のことであろうが、「最も良い考えは、仕事の最中に、それも全然対象の違った仕事の最中に、浮かんでくることが多い。現代のある説教者は、まったく真理とはいえないにしろ、しかし独創的な言葉を述べている。『聖書の中には、仕事をしていない人に天使の現われた例は一つも挙げていない』」<sup>27)</sup>という。

確かに、仕事をしているときの方が、アイデアが湧いてくるといえる。着想や閃きも、ほとんどは仕事を進めている最中に浮かぶものである。しかも、別の仕事をしているときにそうなる場合が多い。

次にヒルティは、隙間時間の有効活用についても、「(五) これと密接に関連するのは、小さい時間の断片の利用である。多くの人は仕事にとりかかる前に、何ものに妨げ

られない無限の時間の大平原を目の前に持ちたいと思うからこそ、彼等は時間を持たないのだ」<sup>28)</sup>という。

すなわち、ヒルティは時間がないという悩みから解放されるには、細切れの小さな時間、隙間時間を活用することも大切であるという。人は、仕事に取りかかるには邪魔の入らない十分な時間を持ちたいと思う。しかし、これは一種の自己欺瞞に過ぎない。この考えにこだわると、時間が足りなくなるのである。

彼の考えでは、精神を集中しなければならない仕事なら、最初の1時間、いや最初の30分くらいが一番有効な時間だといっても過言ではない。細切れの時間を生かせるようになれば、巧みな時間配分のコツを半ば手に入れたようなものだとはいえる。

さらにヒルティによれば、特に普通の仕事の場合は、大体15分も費やせば間に合うような準備、整理のための機械的にやれる仕事はたくさんある。これらを間断なく断片的な時間で片づければ、主要なことをする時間は十分に浮く。この小さな時間を利用し、あまり時間がないから今初めても仕方がないというのを除くことがきわめて重要である。

「(六) それからまた、時間節約のおもな方法の一つは、仕事の対象を変えることである。仕事の変化はほとんど完全な休息と同様の効果がある。この方法にある程度まで熟達するときは—それは塾考よりも練習によって得られるものだが—われわれはほとんど一日中働き続けることができる」<sup>29)</sup>。

ヒルティの考えでは、一つの仕事を完全に仕上げたから次の仕事に取り組むのは、良い方法ではない。なぜなら、気分が乗るか乗らないかは、自分の思うままに、自由にコントロールできることではないからである。

こうした例として、ヒルティが芸術家のケースをあげているのは参考になる。画家は、キャンバスをたくさん置いて描いている。こちらで描いた後、しばらく経つとあちらへ行き描く。気分次第でこちらの絵を描く、あちらの絵を描くようにする。これは、画家がたくさんの絵を描ける理由の一つである。一枚の絵を描き上げるまで、他の絵は描き始めないとすれば、それほど描けるものではない。

「(七) もう一つの点は、手早く仕事をする事、そして単なる外形をあまり気にせず、あくまで内容に重きをおくことである。手早く仕上げられた仕事が最も良く、また最も効果的だというのが、私の持論である。おそらく仕事をするたいていの人たちが、自分の経験上、この意見に賛成するであろう」<sup>30)</sup>。

本を選ぶ際には、ヒルティのこの後続く教訓は注目に値する。世界の文学作品の多くのものが、純粹に偶成的な作品、つまり偶然にできたものである。例えば、バイブルがそうであり、使徒の手紙もその類である。旧約聖書の大部分、コーランの各章もその時次第でできたものであるという。

近世ではバニアン『天路歷程』や『アंकルトム的小屋』、ルターの小論文などはいずれも偶成的に書かれたものであり、体系的なものではない。体系的なものは概ね虚偽であり読まれなくなる。長続きするものは、概ね偶成的であるというのがヒルティの見解である。

さらに、別の時間節約法についても述べている。

「(八) もう一つの有効な時間節約法は、すべてのことをただ『仮に』あるいは一時的にはなく、すぐにきちんとやることである」<sup>31)</sup>。

すなわち、やりかけの仕事を置いて、次の仕事に移るときも、ある区切りまではきとんと仕上げるようにすることが大切である。いい加減にやると、結局やり直さなければならないから、やるべきことは、きちんとやらなければならない、ということである。

「(九) これと外面的につながるのは、秩序と原本を読むことである。秩序がよければ、物事を探して、そのために、だれでも経験するように、時間ばかりでなく、仕事の興味まで失わなくて済むし、また研究対象を次ぎ次ぎに片づけていくことができるのである」<sup>32)</sup>。

以上は、誰にでも当てはまる時間術の王道であり、精神論ではなく技術である。まとめておこう。

- (1) 週に6日、昼間、「規則正しく仕事」をする。
- (2) 規則正しく仕事をするのに必要なのは、「定職」を持つことである。
- (3) 一日の仕事の「時間配分」をする。例えば、午前4時間、午後4時間、晩に2～3時間である。
- (4) 準備に時間を費やさず、「すぐ」仕事に取りかかる。
- (5) 「細切れ時間」を利用し、「雑事」に手を抜かない。
- (6) 同じ仕事を続けず、適宜仕事を変えると、疲れず、効率も上がる。
- (7) スピーディーに仕事をする。スピーディーに仕上げられた仕事が最も良い。
- (8) すべての直ちにきちんと仕上げる。
- (9) 読書は、系統立て秩序よく、原典で読む。

ただし、(9)は19世紀ヨーロッパの読書階級に限った時間術である。

また、「しかし、時間をつくる技術の要点は、以上で尽きるわけではない。それは要するに、あらゆる無益なこ

とをわれわれの生活から追い出すことである」<sup>33)</sup>とヒルティはいう。

彼によると、第一に無用なのは時間を問わずにビールを飲むことであるという。おそらくビール醸造家は、現代最大の時間泥棒であるとまで断言する。

次に彼は、新聞の読み過ぎについて挙げる。こういふと、新聞をじっくり読むのは、政治や社会に対する関心が高いからだという人もいる。教養人の中には、新聞を読みふけり、それだけで世の中を理解した気になっている人も少なくない。

しかし、ヒルティによると、新聞のようなメディア情報だけでは、社会の本当の動きを知ることはできないのである。自ら社会に出て、自分の目で見て、自分の肌で感じることの重要性を忘れないことである。

せっかく新聞を読んでも、得た知識を何の役にも立てなければ、それもまた、時間の無駄に他ならない。朝の一番良い時間帯を、新聞を読むことでつぶしてしまうことも考え直さなければならない。

また、ヒルティの考えでは人づき合いが良いことも、時間がなくなる理由の一つである。いくつもの会に属し、しかも会の活動に熱中しているような人が、仕事のために時間を十分持てるわけがない。お祭り騒ぎのようなイベントは、その開催だけでなく、準備のためにも多くの時間を取られる。こうしたことを整理するだけでも、かなりの時間を生み出すことができるはずである。

また「一部の現代人の間で、体裁のいい口実のもとに、多くの時間を浪費しているのは、芸術である。しかもそれは、もっとも音楽だけはいくぶん別だが、決して彼ら自身で実習する芸術ではなく、むしろただ受動的に受け容れるに過ぎない。今日多くの人々は、彼等が本来自分の内に持っている、理想主義の精神や美や偉大に対する感覚をすべて、このやや上品な享樂のうちにむなしく発散させている」<sup>34)</sup>といっている。

芸術を愛好する人は多いが、中には見栄で芸術を趣味としている人もいるので、ヒルティはそれを批判している。ヒルティは演劇や音楽会なども、精神の空虚を満たす試みに過ぎないと指摘し、俗悪な小説や戯曲などを読むことも非難している。一般教養に役立つことでなければ、時間の浪費だというのは厳しい見解である。

以上の時間節約法に付け加え、ヒルティは「時間があまるほど無いということは、われわれが地上で到達する幸福の最も重要な要素である、と。人間の最大部分は、たえず続けられる仕事と、これに基づく祝福とからなっている」<sup>35)</sup>といっている。

そしてこのことは、最後には仕事を楽しみに変えるからである。すなわち、「人間の心は本物の仕事を見出した時ほど愉快な気分になることはない」ということである。そこから、ヒルティから次のような忠告が出てくる。

「人は幸福になりたいと思うならば、何よりもまず正しい仕事を探すが良い。失敗の障害はたいてい、その人が全然仕事を持たないか、仕事が少なすぎるか、あるいは正しい仕事を持たないことに、その根本の原因がある」<sup>36)</sup>。

しかし、ヒルティは決して、仕事をすれば良いなどという単純な発想ではない。仕事を自分の仕える偶像にしてはならない。むしろ仕事を通じて、本当の神に仕えるのである。彼によれば、こういう考えを持たない人は、結局、年を取った時に、精神、あるいは肉体に不都合なことが起こりやすいのである。

「しかし普通に、どんな信仰の人にも、生涯彼を見捨てず、どんな不幸な時にもいつも彼を慰めてくれるただ二つのものがある。すなわち、仕事と愛である」<sup>37)</sup>。

ヒルティによれば、これらを放棄し、または大切にしない人間は、自殺行為に等しいことをしているとんでもないくらいである。どんなに休息を欲していたとしても、仕事のない休息に耐えられるものではないという。

「余計なことや無益なことのためには決して時間を持たないが、しかし正しいことや真実なことのためにはいつも充分時間があるというのが、本当の仕事である」<sup>38)</sup>。

そして、この地上における人生が自分の生命の一部に過ぎなくて、その仕事が永遠の価値に組み入れられているような世界観を持てば、正しい仕事に対する見方も容易につくるとヒルティは考える。

## 5. 習慣論

習慣が重要なことを、ヒルティは著作のいたるところで述べている。『幸福論』では、「良い習慣」という章において、まず善悪との関連で次のように述べている。

「人間生活の理想は、すべての善は習慣的に自明であり、すべての悪はその人の本性に反するために、ほとんど肉体的に不愉快な印象として感じられる、というような生活である。このようにならない限り、いわゆる徳も信心も、すべてまだ良い意図というにとどまり、実際には善への道へ通ずると同じように、悪の道へも容易に通ずるのである。

ところで、生活上の最も優れた良い習慣とは、どのようなものであるか。われわれはただ、その中の二三についてわざと体系を立てずに述べてみたいと思う。という

のは、今日の社会は『体系的』な道徳論にはいささか飽きているので、純粋に実践的な、そして経験的なこの種の言葉が、かえって人々の注意をひきやすいただろうと考えているからである」<sup>39)</sup>。ここで、道徳や信心は、それが習慣になってしまうまでは本物ではない、とヒルティは主張している。そこで、われわれも「良い習慣」とは何か、について考えていくことにする。

「第一の主要な規則は、すなわち、われわれは消極的に悪い習慣を棄てようと努力するよりも、むしろ常に良い習慣を養うように心がけねばならぬということである。なぜなら、内的生活においてもまた、単に防衛的であるよりも、攻撃的である方が、精神的にずっと楽だからである。つまり、攻撃的であれば、勝利のたびに喜びを感じずるが、しかし単なる防衛はいたずらに多くの力を消耗するばかりだからである。この場合、大切なことは、いつでも行動に出られる即座の結審である。個人の生活行程についてもまた、ヴォルテールが国家について言った言葉が充分よくあてはまる、『私の見るところでは、すべての事件は、その成敗一瞬のあいだに係るものである』<sup>40)</sup>。

「攻撃は最大の防衛なり」とは、人口に膾炙している言葉である。これは、スポーツだけでなく、人生全般に通用すると考えられる言葉である。日々善行をなすような人生を実現するためには、悪行を反省するという消極的なことでなく、一つずつ善行を積み重ねていく積極的な行動をすべきであるといえる。

「第二の点は、恐怖心を持たぬということである。そのことが、強い宗教的根拠なしに高度になし得られることであるかどうかは、ここでは深く詮索するつもりはない。恐怖の感情は、人間のあらゆる感情の中で最も不愉快なものであり、だからぜひともこの習性から逃れねばならぬというばかりでなく、その上最も無用な感情であることは何といっても間違いない」<sup>41)</sup>。

人間は、苦しいことは実際より激しく、長く続くと考えがちである。ヒルティによれば、何か困難があれば、三日間だけ続くと考えておくべきであり、こう考えた方が落ち着いて事に当たることができるという。

哲学的な見方で、最も効果のある恐怖の防止法は、自分の内部に何か正しくないものがあるから恐怖心が起こるのだと考えることだとヒルティはいう。その原因を探し出し取り除いてしまえば、恐怖は消えてなくなる、というのが彼の主張なのである。

「(三) 恐怖の動機となるのは通常、人生の財宝の問題である。だから、人はなるべく早く年若いころに、つま

らぬものよりも少しでもまさらしたものを選ぶという習慣、すなわち、相容れない二つのものを同時に求めないという習慣を養うべきである。いわゆる『失敗した人生』の欠点はすべて、この二兎を追う愚にあるのだ」<sup>42)</sup>。

ここで彼がいう、人生の財宝とは何か。それは、堅固な道徳的確信、優れた心の教養、愛情、誠実さ、仕事の能力と楽しみ、心身の健康、程良い財産である。その他はすべて、まったく価値がないか、これらのものとはまるで比較にならないのである。

これらと相容れないものとしては、大きな富、非常に大きな名誉や権力、絶え間ない享楽があり、人間はこの三つを欲しがらるものである。ヒルティによると、これらは、比較的簡単に手に入るものであるが、それは他の本当の財宝を諦める代償として得られるものといえる。

次に名誉や享楽ではなく、愛の重要性を述べている。

「(四) 名誉やいわゆる享楽のみを追っていると、人は結局、第三者に従属する奴隷となってしまう。だから、われわれはただちに愛を持ってこれに代えなければならない」<sup>43)</sup>。

ヒルティは、愛について次のような思想を展開している。われわれはどのような高い代償を払ったとしても、すべての人を愛する習慣をつけるように努めなければならない。

ヒルティの考える愛は、聡明なものである。そうしたいと思わないのに、いつの間にかどのような悪人をも欺いてしまうのである。悪人というものは、一般に考えられるほど、悪事を働けないものである。彼らは、人間に対する本当の知識を、持っていないからである。

悪人はいつでも、他人の利己心に訴える。しかし、相手に利己心がなければ、たちまち調子を狂わせてしまう。反対に、人間に対する愛が強くなれば、眼力も鋭くなる。そういう大きく深い愛を持つ人は、他人の心の奥底を見通すことができるようになる。

「(五) 以上あげたすべての点、特に最後の点においては、中途半端は駄目である。むしろあらゆる小利口さを捨てた全面的な一大決心だけが有効である。ところが、習慣の方は、その反対に大きな習慣をささえて、いわばそれを可能にするような、多くの小さな習慣があるのである」<sup>44)</sup>。

さらに、人にだまされないための知恵を身につけるべきである、ということヒルティは次のように説く。

「(六) われわれはしかし、また決して他人にだまされてはならない、たとえうわべだけでもそれはいけぬ。むしろ、ずるい人々は、われわれが常に彼らの考えを見

ぬいており、彼らが何を欲しているかを知っているということを見せてやらねばならない」<sup>45)</sup>。

ここでヒルティは、悪人への対応の仕方について説いている。自分自身が、人間を盲目にする利己心にとらわれていないならば、このように他人の心を読み取ることは、誰にでも相当程度できる。

しかし、このようなやむを得ない防御の場合は別として、一般的には他人を善意に解釈し、すべての人の心の中には善があると考えた方がよい。そうなれば相手もまた、そのようになろうと努め、実際にも善い人になる。われわれもまた、嫌な思いをしなくてすむと考えられる。

「(七) 悪は、格別きびしく叱ったり、非難したりする必要はない。多くの場合、それが明るみに持ち出されるだけで充分である。そうすればその人は、表面上たとえ反抗しようとも、必ず自分で良心のさばきを受けるものである」<sup>46)</sup>。

非難すべき人と話すときは、怒ったり、わざと柔和な顔をしたりせず、冷静に、また隠し立てをせずにあっさりと話をする事だ。怒りが相手を感化することは、ありえないからである。

「(八) 深い愛情なしには、徳ある人も、とかく退屈なものになりがちだ」<sup>47)</sup>。

ここでヒルティは、当時のプロテスタント、カルヴィン系のプロテスタントの中には、冷淡な徳のある、品行方正者がいたことをいっている。彼によれば、品行方正でない人が、しばしば謎のような魅力を有することがある。それは、多くは愛情があるからである。あるいは愛情があるように見えるからである。

悪人でも冷酷な利己主義を示すときは、たちまち魅力を失う、とヒルティは指摘する。ここでは、自分が品行方正だからといって自己満足せずに、人間的な温かさを持ってということである。日々出会う人には、相手が誰であれ、できるだけ親切にふるまうべきであることを、彼は次のように述べている。

「(九) すべての人に対して、一様に親切であるということは、結局できないことだ、と君には思われるかも知れない」<sup>48)</sup>。

これも、やはり習慣の問題である。すべての人に親切であれ、とは確かに難しいことである。したがって、せめて弱者に親切にしてあげたらどうか、とヒルティはいうのである。

また、最初から冷淡な態度を取った方がよい相手がいることも指摘している。それは、人を感服させようとしているような人であるとか、誰彼なしに知り合いになり

たがあるような人である。

要するに、好奇心で近寄ってくるような人、虚栄心で近寄ってくるような人、そして都合が悪くなれば、すぐ去って行くような人、そういう人たちには冷淡な態度をとってもよからう、というのである。

ヒルティは、あらかじめあらゆる良い習慣の目録をつくるのではなく、実際に一つの良い習慣から始める方が有効であるとして、「良い習慣を実行するについての困難、本来はただ一つの困難は、自然の我欲を心からとり除くことである」<sup>49)</sup>という。

これまで彼があげた習慣論は、疑いのないものであるにもかかわらず、実践を妨げているのが我欲であり、それは斥けられなければならないのである。実に、あらゆる哲学や宗教の問題である。

## 6. おわりに

これまでヒルティの思想を考察した結果、仕事が幸福を得るための大きな要素であるのは疑いようのない事実である。仕事なしで幸福が得られることは、ありえないといえることができる。幸福になりたければ、懸命に働かなければならない。日々の糧は、仕事をして手に入れるべきである。

とはいえ、あらゆる仕事が幸福を伴っている、幸福につながっている、と考えるのは正しくない。自分には、限界もあれば欠陥もある。したがって、自分のやるすべての仕事が幸福に直結しているとは限らない。実際に懸命な人ほど、自分の限界や結果をよく知っている。

そうであれば、仕事なしで本当の幸福を得られないのは矛盾であろう。この矛盾を解く鍵は、仕事にではなく自分自身にある。どこまで主体的に、自分らしく仕事ができるか。仕事に追われるのではなく、自分自身の意思を持って仕事を動かしていくことができるか。

そうした意気込みと意思を強く持つことによって、はじめて自分の限界や欠陥を乗り越えることができる。乗り越えた瞬間、仕事は幸福の大きな要素に変わる。与えられるまま、ただこなしていくのではなく、与えられた仕事に自分らしい工夫や発見を加えて、自分の喜びに変えていく。真に賢明な人は、こうして仕事を自分自身のものに変えてしまうことができる人である。

ヒルティは、われわれが仕事や時間の奴隷にならないように注意している。つまり、仕事や時間に対して、自分が主導権を握ってコントロールしていくことの重要性を説いているのである。幸福感は、他人が与えてくれるものではなく、自分が感じ取っていくものだからである。

たとえ、小さな目標であっても、成し遂げたときの達成感は大い。自分の力でできたことを実感することで、大きな幸福感が実現するといえよう。

参 考 文 献

1) アランについては、次の拙論を参照されたい。  
アランの『幸福論』の現代的意義について, 研究紀要 (福島工業高等専門学校) 第 62 号, pp. 123-132, 2021 年

2) アルフレート・シュトゥッキ, ヒルティ伝 新装復刊, 国松孝二・伊藤利男 訳, p. 176, 白水社, 2008 年

3) ヒルティ『幸福論 (第一部)』草間平作訳, p. 206, 岩波文庫, 1961 年改訳

4) 前掲書, pp. 210-211

5) 前掲書, p. 222

6) 前掲書, p. 223

7) 前掲書, p. 227

8) 前掲書, p. 13

9) 同前

10) 前掲書, p. 14

11) 前掲書, p. 15

12) 同前

五十嵐は、この点について次のように述べている。  
「ヒルティにとって仕事・労働とは、人間が生活するためにやむなく行うものではなく、むしろ人間が人間として本来的に生きる時間、つまり人間として on である時間なのである。それを支えるものとして休息 off が存在する。車を動かすためにガソリンが必要なように、休息は人を『働く』という本来のあり方へと充電するためにあるのだ」。

五十嵐沙千子, 哲学における幸福論～ヒルティ、アラン、ラッセル～, 倫理学 (筑波大学倫理学研究会) 第 36 号, pp. 57-58, 2020 年

13) 前掲書, p. 16

14) 前掲書, p. 22

15) 前掲書, p. 23

16) 前掲書, p. 24

筆者のヒルティとの邂逅は、次の著作でこの引用箇所を読んだことによる。

渡部昇一, 続知的生活の方法, p. 86, 講談社, 1979 年

17) 前掲書, p. 25

18) 前掲書, p. 27

19) 同前

20) 前掲書, p. 28

21) 同前

22) 前掲書, p. 178

23) 前掲書, p. 182

24) 前掲書, p. 184

25) 前掲書, p. 185

26) 前掲書, p. 186

27) 前掲書, p. 187

28) 同前

29) 前掲書, p. 188

30) 前掲書, p. 190

31) 前掲書, p. 192

32) 前掲書, p. 193

33) 同前

34) 前掲書, p. 196

35) 前掲書, p. 201

36) 同前

37) 前掲書, p. 202

38) 前掲書, p. 204

39) 前掲書, pp. 148-149

40) 前掲書, p. 149

41) 前掲書, p. 150

42) 前掲書, p. 151

43) 前掲書, p. 153

44) 前掲書, p. 156

45) 前掲書, pp. 156-157

46) 前掲書, p. 157

47) 前掲書, p. 158

48) 前掲書, p. 159

49) 前掲書, p. 161