

## 退屈論——世界の自明化と退屈の問題(1)

木 村 洋 二

On Boredom (1); World-construction and the problem of boredom

Yohji Kimura

### Abstract

Boredom is the great problem of the civilization. The "Schema-operating Model of Mind" which had been presented in "The Mechanism of Laughter" (1983) is elaborated here to explain what boredom is. Basic assumptions are; 1) Human mind can be conceived as a information processing system in which a more or less schematized program ("schema") is driven by the activating signals supply the detail mechanism of which is not yet known. 2) The amount of this signals supply ("psychic energy") is to be automatically accommodated to the necessary level of activation ("arousal") to operate the schema in a given situation. 3) If there is a certain time-lag for adjusting the activation level, it is possible that some shortage or excess of signals supply result from sudden loading or disloading of a given schema. 4) The former, shortage of activation signals, gives the feeling of surprise and the latter, surplus "energy", generates the sense of pleasure. 5) A solution of any problem (or any successful adaptative activity), by which the schema in operation is unloaded, makes the activating signals surplus and creates the sense of pleasure, which has been called "internal rewards". 6) The pleasure of success becomes greater in proportion to the degree of the activation, in other words, to the psychic tension or subjective efforts. 7) The more successfully man assimilates the world and schematizes his activity, the less pleasure he will experience by the same activity. 8) In the ideal state of adaptation where the world is taken for granted through the appropriate schema operation, human mind has to endure severe absence of pleasure, that is boredom.

Key words; boredom, taken-for-grantedness, schema, cathexis, information processing, routinization, world-construction, everydaylife, surprise, fear, anxiety, pleasure, self-rewarding system, curiosity, decadance, M. Bovary, S. Freud, O. S. Waucope, D. Berline, A. Zijderveld

### 抄 録

課題の解決は負荷そのものの消失を意味し、図式化の進展は負荷レベルの低下をもたらす。出力は負荷に応じてしか上がらない以上(仮説1), そうした低負荷状態のもとでは実出力は低迷し, せっかくの余剰出力も, もはや微々たる快感しか生み出すことができない(仮説3)。こうしてホモ・サピエンスは, 何の課題もない理想的な適応状態のもとで, よろこびではなくよろこびの欠如, つまり退屈を経験する。

基本仮説 1) 出力は負荷に応じて加減される 2) 出力の調整には若干の時間遅れがある 3) 余剰出力は快感を生む 4) 図式化の進展は出力を減少させる 5) 適応の成功は退屈を生む

キーワード; 退屈 快感 自明性 世界 驚き 緊張 負荷 システム 賦活出力 びっくり箱 笑い 単調 安堵 不安 恐怖 内的報酬 好奇心 ボヴァリー夫人 フロイト

退屈は、文明の最大の問題のひとつである。「笑いのメカニズム」(木村 1983) において着想された「負荷—出力モデル」は、退屈の問題を考える上でも有効であるように思われる。本稿では、このモデルを敷衍して退屈の一般理論を構成し、退屈をめぐる人間学的・社会学的問題を考察する。

## I. 退屈の理論

「意欲したいと思う対象が人間に欠けている——あまりに簡単に満足を得てしまうと意欲の対象もまた人間から奪われてしまうことになる——ような場合には、今度は恐ろしい空虚と退屈とが人間を襲うことになるだろう。」  
ジョーペンハウエル

### 1. 退屈とは何か

#### 1) 余剰出力快感生成説

フロイト (1970) によれば、笑いは「それまでにある心的な通路への給付に使われていた心的エネルギーの量が使用不可能となり、それによってこれが自由に排出されることができるようになるときに」生じる。そして、「機知の快感は節約された抑制の消費から生まれ、滑稽の快感は節約された表象 (給付) の消費から生まれ、ユーモアの快感は節約された感情の消費から生まれる……」。フロイトはつまり、表象の連結や抑制の解除によって余剰となった「心的エネルギー」の放出量それ自体が、笑いの快感の大きさに対応する、と考えた。

世界で初めての分裂病理論というべき「ファントム理論」を安永浩に発想させたイギリスの哲学者 O. S. ウォーコップ (1951) は、さらに明確に、次のように述べている。「嬉しい出来事はエネルギーの発出量が必要を越えた場合の出来事のことである。それが必要を越える程度に応じてその出来事は嬉しいものとなる。」「防衛的必然によってエネルギーが強要される場合には、エネルギーはその必要に比例するのであって、その必要を越すということはない。」

比較的近いところでは、実験心理学畑の D. E. バーライン (1972) が、「覚醒水準の上昇—急落」仮説によってジョークの快感を説明しようと試みている。「……快感と報酬は、覚醒水準の違ったかたちの変化によって起動されるふたつのメカニズムのうちのいずれかによって生み出され得る。ひとつは、覚醒水準の適度な上昇、つまり“arousal-boost”によって作動するメカニズムである。もうひとつは、覚醒が不快なほどに高まった後、急に落ち込む時に働く。この、上昇に引き続いておこる覚醒水準の急落は“arousal-jag”と呼んできたものだ。ある状況のもとでは、ユーモアの多くの場合がそうであるが、覚醒水準はまず、この arousal-boost mechanism

の射程にちょうど入る程度に適度に上昇し、そしてそれに続く覚醒水準の落ち込みが、今度は arousal-reduction mechanism を起動してさらに快感を増大する。つまり、どちらの局面も快感を生みだしうる。これを“arousal-boost-jag”と呼ぶことにしたい。」

これらの議論はいずれも、その余剰の生じ方についてはそれぞれ違いはあるものの、ともかく余剰となった心的エネルギーの放出は快感を生み出す、という仮説を含んでいる点で共通している。余剰出力が快感を生む、という一見単純なこのアイデアは、見かけによらず強力である。この着想にほんの少し手を加えるだけで、ヒトが経験するさまざまな快感をほとんど統一的に説明できるだけでなく、これまで心理学が満足に説明できなかった内的報酬のメカニズム<sup>1)</sup>にもかなり明快な説明を与えることができるように思われる。

ヒトは、単に緊張を回避しようとする傾向をもつだけでない。わざわざ危険を犯して山に登ったり、用もないのにテレビの裏蓋をあけたり、退屈をまじめに考えたりする人は別に異常な人格ではない。ヒトにはあきらかに、わざわざ緊張を求めてそれを楽しむような性向がある。

以下、この余剰出力快感生成説を「負荷—出力モデル」としてエラボレイトし、好奇心・探求心・冒険心といった、これまであまり理論的説明の与えられていない問題領域に挑戦し、その説明力をテストしてみたい<sup>2)</sup>。

## 2) 負荷—出力モデルの構成

### 2)-1 負荷と出力

ヒトは、環境のなかで存続していくために、さまざまな事態に対応し、種々の問題を解決していかなければならない。ヒトの意識あるいは精神は、この課題を解決するための一種の情報処理システムと見なすことができる。

環境が主体に課す課題、あるいは主体が環境との間で設定する目標、さらには意識が指向的に捉えようとする対象を、この情報処理システムに対する「負荷」と考えよう。こうした負荷、つまり環境との間で生じる問題や課題は主体の存続にとってそれぞれ異なった緊急度と重要性をもつ。

主体は、それらの課題の重要度や困難度に応じてパフォーマンスのレベルを加減する、つまりその負荷に対応するために必要な出力を調整する、と考えられる。ここでいう「出力」とは、情報処理システムとしての精神のパフォーマンスのレベルを決定する「機能的ポテンシャル」をい

---

1) 心理学の伝統的な動因低減説によれば、ヒトは心的緊張を低減させ、さらには回避する傾向をもつとされる。この説を煎じ詰めれば、ヒトは退屈を求める、ということにならざるを得ない。これは事実に戻す。少なくとも、それは好奇心や冒険行動を第一次的に説明できない。

2) 本稿の目的は理論仮説の提示とその仮説による思考実験の展開である。この「負荷—出力モデル」は、いずれデータによってテストされることを予想しているが、当分のあいだは未検証の単なる仮説にとどまらざるをえない。しかし、いうまでもなく仮説は仮説なりに、その一貫性や説明力によって篩にかけられるし、その発見的な価値などによって当面の科学研究を誘導する重要な機能を果たしうる。

う。従来「心的エネルギー」と呼ばれてきたものがこれに近い。笑いにおいて放出されるのもこの「出力」である。

もちろん、その生理学的本体は今のところまだ不明であるが、個体の大脳神経系に生理学的基盤をもつなんらかの神経回路的現象であることは明らかである。主体はこれをいわゆる「心理的緊張」として直接に経験するが、観察者は今のところ、GSR や脈拍、血圧や発汗さらには顔面の紅潮や戦慄などといった身体-生理的徴候から、それを推察し間接的に表示することしかできない。

## 2)-2 基本仮説

さて、仮説は次の通りである。

- 仮説1——出力は負荷に応じて加減される。
- 2——出力の調整には若干の時間遅れがある。
- 3——余剰出力は快感を生む。

以下、この仮説——これを「負荷-出力モデル」と呼ぶ——を用いて思考実験を行う。

## 3) 驚きとその周辺

### 3)-1 驚きの誕生

たとえば、宅急便の箱をあけたらヘビが出てきたとしよう。当然、人は驚き、狼狽する。婦人ならばおそらくキャーと叫ぶだろう。このときの、ギクッあるいはゾクッとするような「驚き」をまず説明してみよう。

不意に大きな負荷が現れたとき、一般にヒトは驚き、時に狼狽する。システム（精神）は、その負荷（たとえばヘビ）の知覚に連動して、負荷への対応（たとえば逃げる、叫ぶ、殺すなど）に必要な出力を供給しようとするのであるが（仮説の1）、出力の供給に若干の時間遅れがあるため（仮説の2）、どうしても一時的に出力不足の状態が生まれざるをえない。この、突然の負荷の出現によって生じる一時的な出力不足の、意識への反映がいわゆる「驚き」である。

これを図示すると、図1のようになる。タテ軸は出力の大きさを、ヨコ軸は時間をあらわす。上部の線分は負荷を、それを迎え撃つ出力は実線の曲線で示す。

主体は、どの種の負荷にはどの程度の出力でもって対応するのが適切であるかを、すでに経験を通じて学習・図式化していると考えよう。負荷は、多くの場合、瞬時に与えられる（あるいは捉えられる）。出力系は、この負荷の知覚に連動して、その負荷にちょうど対応できる適正出力のレベルまで自動的に加減されるものとする（仮説の1）、図から明らかなように、予期を越

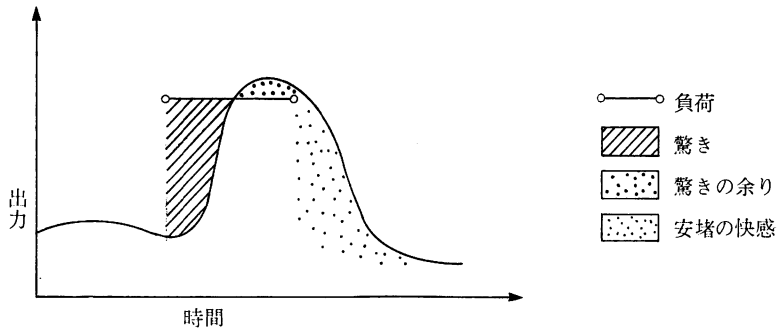


図1 <驚きのモデル>

えて突然出現した高い負荷については、一時的に出力の不足部分、つまり驚きが生まれるのである。

### 3)-2 余裕と落胆

逆に、事前の予期あるいは負荷出現時点での実出力のレベルが十分に高い場合には一定の余剰が生じる（図2-a）。この予期の吊り上げ、予想負荷に対する出力系の予期的対応によって生みだされる余剰がいわゆる「余裕」である。実負荷の出現の手前ですでに適正出力をこえてしまった余剰部分は、いわゆる「期待」が生み出すよこびである。予期に比して出現した負荷が十分に小さい場合は、笑いや安堵、さらには落胆（期待はずれ）といった情態が生じるだろう。

予期した成果に対し、小さめの結果が現れたとき、われわれはガッカリすると同時に、何故かホッとするような気持ちも感じることがある。図2-bは、この経験に説明を与える。意識の注意が高い方の予想負荷に向けられているあいだ、つまり目標なり、期待なりをしっかりと把持しているあいだは、出力の不足部分が意識され、主体は落胆する。注意がつと下の実際の負荷に移ったとき、こんどは相対的に、右下がりの斜線部分の余剰が意識される。つまり「なぜかホッとした気分」が生まれるのである。

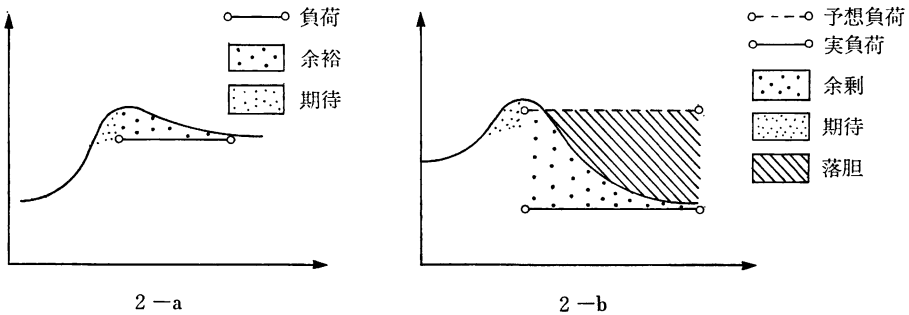


図2 <余裕と落胆のモデル>

### 3)-3 驚きのよこび

出力不足は、一般に、主体が外界からの課題に応えるだけの準備ができていないこと、つまり、外的な適応制御の上で一定の危機状態にあることを意味する。当然、この危険な不足は出来るだけ速く埋め合わされなければならない。驚きは、この補償を瞬時に行うための、反射的な出力のブースト反応である、と考えられる。

多くの場合、主体は、この驚き＝出力のジャンプによって負荷を捉えることに成功する。あるいはむしろ、その負荷に対応することができる程度にシステムの出力が上昇した時に、驚きが収まり、主体は余裕を回復する。

この時もやはり、仮説2によって、出力の調整に時間遅れがなければならない。もし負荷レベルがさほど高くなかったとすると、負荷を捉えた後の出力曲線は、図1に示した出力曲線のように、一瞬負荷を越える。

この余剰こそ「驚きの余り」、驚きによって生み出される一種の快感、キャーッと叫びながらつい感じてしまう、あの興奮の快感である。ヒトはしばしば、驚きのあまり快感を感じる。そして、この快感こそが人に怖いものを見たがらせるのである。

驚きによってすでに出力がジャンプ状態にはいった後で、その負荷（たとえばヘビ）が見せかけの負荷（オモチャ）でしかないことに、主体が気づいたとしよう。この時は、事態はさらに愉快である。なぜなら、そのヘビの知覚に連動して動員された全出力が、一瞬のうちに余剰となってそれに比例する快感を生成するからだ。

アー、ビックリした……とまだドキドキしている胸をなでながら感じる安堵の快感は、いったん驚きによって誘起された出力が、真相は低い負荷であることを知ったとき、余剰となって放出されるその快感である。

人がなぜ驚くためにお金を払い、悲鳴をあげるためにジェットコースターに乗るのか、その理由をこのビックリ箱のモデルから明瞭に見てとることができよう。

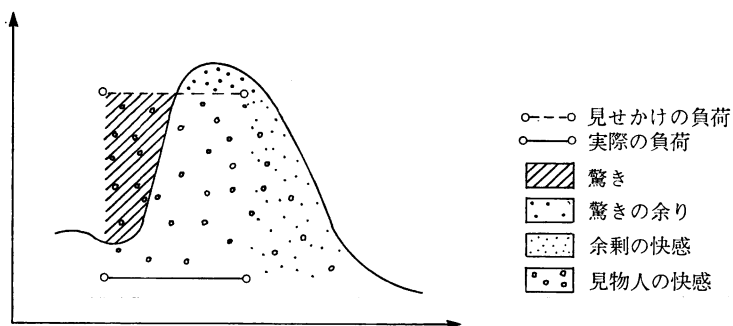


図3 <ビックリ箱のモデル>

### 3)-4 落差の快感

ところで、ビックリ箱など仕掛けられた悪戯の場合、周囲のものは、当の本人が驚きのあまりの快感を享受する遙か前から、ビックリ仰天しているその人の驚きよう、あわてふためく様を見て、当人の深刻な驚きをよそに、そのおもしろさおかしさに打ち興じる。この見物人の快感はどのように説明されるだろうか。

一般に、ヒトの精神は、ある状況のなかにいる他者の知覚に連動して、その他者が作動中の図式に相対応する図式を呼びだして起動状態におく傾向がある。棒高飛びを見ている人は、無意識のうちに、肩に力が入り、拳をにぎる。いわゆる empathy の現象である。

さて、われわれの見物人も、この驚く人の状態を、つい自分のなかに再現する。そして、そのオモチャのへびに驚いている当人の深刻な表情や吊られて高まった出力と、実はその負荷がニセモノであるという内緒の知識によって設定される必要出力レベルのあいだで、大きな落差が生じ、こらえきれないほどの余剰、つまりおもしろさが生みだされるのである。図の破線と実線で示した偽装の負荷と実際の負荷ではさまれた膨大な余剰<sup>3)</sup>がこの見物人のおもしろさに対応する。

なお、図の点描部分、負荷の落差によって生まれる当人の余剰部分は、H. スペンサーが「下降する不一致」とよび、S. フロイトが「心的消費の節約」とよんだ、笑いのエネルギー源に対応する。確かに人は驚いたあとによく笑うが、しかし、この余剰部分は、私見では笑いを起動するポテンシャルであって、笑いそのものではない。笑いにおいては、この落差だけではなく全出力が余剰となって放出される、と考えられるからである<sup>4)</sup>。

### 3)-5 恐怖と苦痛

もちろん、驚きが常に、こうしたよろこびや笑いを生み出すとはかぎらない。負荷があまりにも大きいとき、あるいは出力系が非常に疲労しているときなどは、意識にとっては耐えがたい負の情動が生まれる。

たとえば、驚きによって出力をジャンプ・全開したにもかかわらず、なおその負荷に対応でき

---

3) 嘘つきや詐欺師の快感も、この見せかけと実際の二重の負荷が生み出す落差の快感である。このビックリ箱から飛び出てきた「二重負荷」モデルの社会学的応用については、次号でもうすこし展開する予定である。

4) そう考えた方が、ハシがころんだ笑いから、価値剥奪や価値無化の笑いまで統一的に説明することができ、理論仮説としてより強力となる。以下、参考のために、この退屈論の生みの親である「笑いのメカニズム」の基本仮説を再録しておこう（詳細は木村1983を参照）。

① <笑い>とは、通常両義的もしくは非一義的パターンの<同化>をめぐって<図式>の作動回路に生じるある種のスイッチング現象を引き金にして、

② 一瞬作動図式が賦活信号出力系から脱離する一時的な<負荷脱離>の回路現象であり、

③ これは余剰出力の放出を通じて一定の<愉快感>を生み出すと同時に、

④ 作動中の図式に急激な<デ-カセクシス>を引き起こして、その図式について体験されていた現象学的リアリティを生理学的にキャンセルする。

ていないことを知ったその瞬間、驚きは一瞬のうちに「恐怖」に転じるだろう<sup>5)</sup>。実際、あのゾーッという背筋の凍るような恐怖が生じるのは、ひとまずアッと驚いたあと、事態の深刻さに気づいたその瞬間である。

ところで、出力を全開したにもかかわらずその負荷に対応できないことが判明したとすれば、一刻も早くその場から脱出することだけが、主体の自己保存のために残された唯一の方法である。恐怖に駆られた個体が、一目散に逃げ出すのは、大変理にかなっているのだ。

これに対し、持続的に高い負荷を課されており、相当に努力しているにもかかわらず、なおその負荷を捉えるのに十分なレベルの出力を供給できない場合は、いわゆる「しんどい」状態、「苦痛」の感情が生まれる。負荷の絶対量が高すぎる時だけでなく、疲労などによっては出力系がいつものように十分なパワーを供給できない場合にも、相対的に過剰負荷となり、やはりヒトは「辛い」思いをしなければならない。

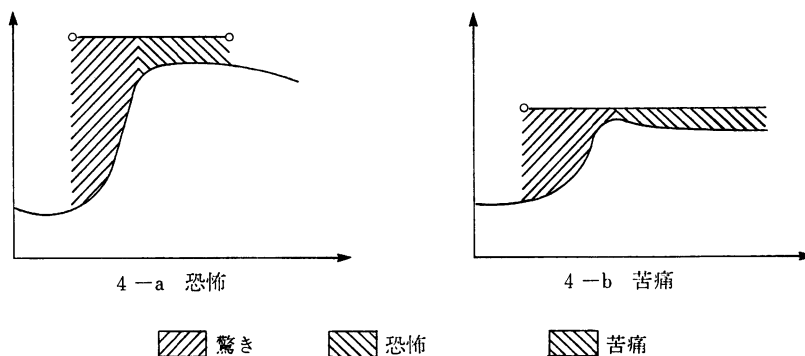


図4 <恐怖と苦痛のモデル>

#### 4) 入院のモデル

##### 4)-1 恐怖の報酬

例えば、定期検診の結果、即入院手術の宣告をうけたとしよう。まず、予想もしていなかった宣告に強い驚きが生まれる（「これまで病気ひとつしたことのないこの私が……」）。そして間もなく激しい不安が襲ってくる（「もしかしてガンではないだろうか……手術は成功するだろうか、痛みが耐えられるだろうか……」）。まんじりともできない夜が続いて、いよいよ手術の朝がきた。

気がつくと側に家族がいて、どうやら手術は成功した模様である。その瞬間、最大の負荷である死の恐怖は去り、患者はもちろん安堵のよろこびを感じるはずだが、しかしなにしろ傷が痛い。それでも、痛みが和らいだひとときなどは快感すら感じられるだろう。

そうこうしながら、2, 3日も過ぎると、痛みも嘘のように引く。と同時に、人生最大といっ

5) あまり人をびっくりさせると怒りを買うのは、この「恐怖」のためである。



ていいほどの激しいよろこびが身体と世界をつつみこむに違いない。それは、死という最大級の負荷だけが支払うことのできる、最大級の余剰の快感である。

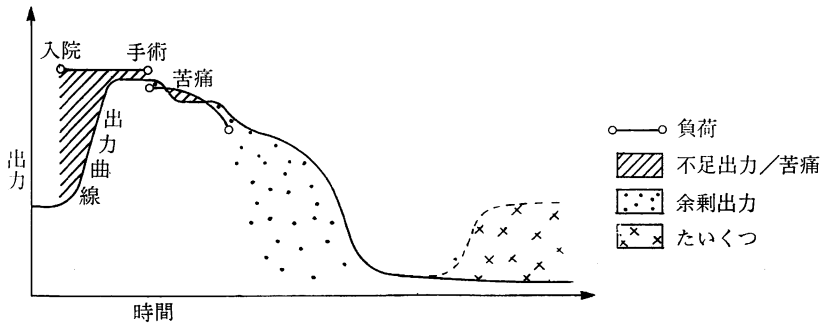


図5 <入院のモデル>

#### 4)-2 不安の構造

「不安」の情動は、負荷の程度が予期しにくい時に生まれる。それは未知の負荷に対する出力不足の予感である、とっていい。このケースでいえば、たとえば、はじめからガンの宣告がなされて、手術の確率も告げられたとすれば、かえって不安は減った（「肝が坐る」）可能性が強い。（代って「絶望」が生まれる可能性は、もちろんある。）

不安が常にゆらぐ性質をもつのは、この負荷の予測不能性から来る。つまり予測自身が安定せずに高いレベルで振動するので、自動的に不足出力量の見積もりも揺らいで、出力不足の予感つまり不安の強さも揺れるのである。

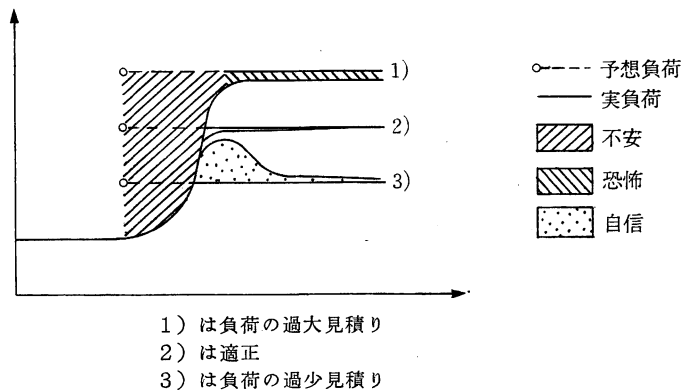


図6 <不安のモデル>

ところで、この予測負荷量が低い方に揺らぎだすと、今度はいわば根拠のない「自信」、いわゆる「甘く見る」ことによる「自惚れ」にちかい精神状態が生み出される（図6を参照）。しかし、実際には、わざわざ甘く見るのではない。予測負荷量の見積もりが揺らぐので、自然と余裕

のようなものが感じられてくるのである。

「入学試験」とか新しい「事業」といった、未経験の負荷に直面したとき、主体の精神状態が、（特にちょっとした情報やうわさをキッカケにして）不必要なまでの「不安」と過剰なまでの「自信」とのあいだを激しく揺れ動くことは、よく知られている通りである。

ちなみに、鬱状態、躁状態をそれぞれ生理学的パラメーターによって規定される出力システムの機能減退と昂進と仮定すると、図7のように、同じ予想負荷のもとでも、鬱状態では不安やしんどさが、躁状態では自信過剰や愉快感が生じやすい状態になる。後者の場合、たとえば将来のことを考えただけで楽しくなり、前者の場合は、ものを思っただけで「しんどく」なるのだ。

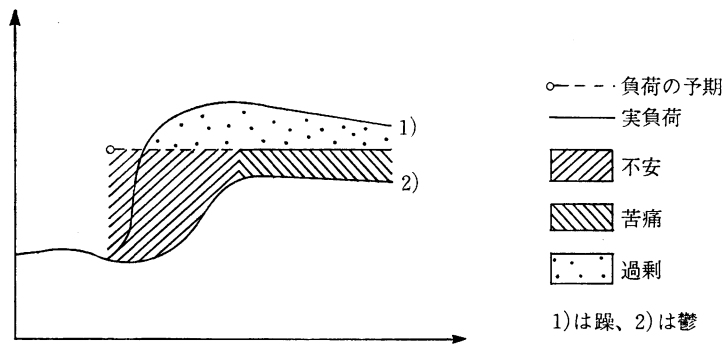


図7 <躁と鬱>

#### 4)-3 病人の退屈

病院へ戻ろう。人生最大の幸福と言っても過言ではない病人のよろこびも、残念なことにそう長くはつづかない。痛みがひいて一週間もしないうちに、病人が見出す負荷は食事とトイレだけになってしまう。まもなく、文字通り死ぬほどの苦痛からの解放がもたらしたあの強烈なよろこびも、喉元を過ぎた熱さのように思い起こすことさえむつかしくなるだろう。

出力が負荷に追隨してしか上がらない以上（仮説1）、そしてそうして高められた出力だけが余剰のよろこびを生みださる以上（仮説3）、負荷が消えてしまった今となれば、あの全身を浸した生存のよろこび、快癒の快感はもはや、日に日に薄らいでいく単なる記憶、曖昧な過去の思い出でしかない。病人が退屈しはじめるのはまさにこの時である。低負荷のもとでもてあまされた余裕出力が鬱屈し、もしそれを何とか凌ぐことができなければ死ぬほどに耐えがたいもの、つまり退屈という負の情態が出現する。実際、元気な病人ほど、退屈を知る人種も少ない<sup>6)</sup>。

6) 退屈するのは、元気な病人だけではない。この入院のモデルは、病院の入院患者だけでなく、われわれの戦後史に適用することもできる。戦後民主主義が、瀕死の病から立ち直った術後の病人と共有しているあの「終戦」のよろこび、反戦平和の理念を支えてきたあのエネルギーの源泉、焼け跡・闇市に充溢していたあの妙に明るい余剰エネルギーも、40年以上におよぶ長い平和、あるいは単なる平穏な状態の持続をこえて生き延びることはできなかった。それは、入院体験とおなじように、退屈な日常のなかで徐々にその力と輝きを喪失しながら、その実感を思い起こすこともできないほどに薄らいってしまったかのようなものである。

## 5) 自己報酬回路

### 5)-1 努力の報酬

負荷とは、環境が主体に課す課題、つまりとりあえず対応をせまられる知覚対象であり、また主体が自ら設定する目標表象でもありうる。いずれにしても、ほとんどの課題は、首尾よく対応に成功した時点で、課題であることを止める。つまり負荷は消失してしまう。

壁を攀じ、オーバーハングを乗り越えて、最後のピークに立った瞬間、クライマーが生命と体力の限界をかけて挑戦していた目標が突然実現する。われわれのモデルでいえば、その瞬間、登頂成功という課題の実現に向けて動員された全出力が、負荷を失い一挙に余剰化することになる。岩峰に立ったクライマーをつつみこむ快感、全身から湧き起こって眼下のパノラマへと広がっていく無上のよろこびは、極限にまで高められた出力が、その目標の実現によって負荷を失い、一挙に余剰となって生み出すその快感であるに違いない。

実際、まったく同一のパノラマを、数週間に及ぶ困難な登攀の果てに手にするのと、たった一時間の気楽なフライトによって手にするのでは、そのもたらす感激は比べることができない。このことは、ヒトの精神の働きにとって極めて重大な意味合いを含んでいる。つまり、われわれの脳は、一定の条件のもとでは、基本的に、努力に見合った快感を報酬として主体に報いるように出来上がっているのだ。

適正な負荷を適当な条件のもとで与えるならば、課題実現つまり負荷消失の時点で、その負荷に対応すべく動員された当の出力それ自身がそのまま快感となって主体を報いる、というこの報酬回路の設計は、まったく天才的としかいいようがないほど優れている。なにしろ、いちどこの回路で目標達成の快感の味をしめた主体は、外部からの飴や答を一切必要とせずに、自らすすんで新しい負荷を次々と求めるようになるのだ。数学のおもしろさを発見した子供が、まるで何かにとりつかれたように勉強をはじめたり、山登りの味を知った中年男が俄然三角点の征服に励みだしたりするのは、すべてこの負荷実現時の余剰出力の快感の虜となったからである。この報酬回路のもとでは、努力がよろこびとなり、コストはしばしば報酬に転化する<sup>7)</sup>。

---

7) この努力が快感となって主体に報いる、という報酬のメカニズムは、いわゆる「希少価値」の存在を説明する。高価なものは、そのコストが負荷となって主体にのしかかり、その重みの分だけ、それを入手したときに快感—よろこびを増幅する。つまり、高価なものの獲得は、それが高価である、コストがかかるというただそのことによって人を喜ばせるのである（ウサギ小屋の獲得に伴うよろこびなどは、その最たるものである）。同じように、手に入りにくいもの、入手のために努力を必要とするものは、コレクターならよく知っているように、やはり手に入れた時にそれに支払った努力の分だけ強い快感を生み出す。

素朴な意識が、これら自分を喜ばせるもの、自分によるこびをもたらすものを、なにか主体の外に外にする「価値」のようなものとして実体化するのは、むしろ自然なのだ。

## 5)-2 失敗と喪失

なるほど、事に成功した時は負荷は消失する。しかし、と読者は問われるかもしれない。ものごとくに失敗したときも負荷は消失するではないか、と。負荷が消えれば余剰が生まれるはずだ。にもかかわらず、ヒトはなぜ失敗をよろこぶことをしないのか。

この正当な疑問には、こう答えておこう。たとえば、この負荷が人食いドラの出現であった場合、失敗による余剰は生じない。なぜなら、余剰を生むべき脳はすでにトラの胃の中におさまっているからだ。では、それが避けるべき危険ではなく、求められた目標、実現すべき価値であった場合はどうか。

ここでは、この種の失敗は、負荷の消失を意味しない、と解釈しておきたい。現実には実現できなかったその目標は、一見消失したようにみえるけれど、意識のなかでは、まだまだひとつの表象として、鮮明に把持されている、と考えられるからだ。その目標、望ましい価値の表象がまだ残存しているからこそ、ヒトはそれを「残念」に思うことができるのである。ある失敗を、喪失を、惜しいと思うのは、その負荷が以前として意識野に把持されているからこそなのだ。負荷はなお消失してはいないのである。

ほんとうに負荷が心からきれいさっぱり消えてなくなれば、ヒトはむしろある種の快感を感じるのが、理論的にも経験的にも、正しい。「ああ、せいせいした」というあの失敗と喪失の爽快こそ、その負荷表象がいわゆる執着とともにきれいさっぱり心から消え失せた時に生まれる余剰の快感である。

ついでながら、これとは反対に大仕事に成功して、呆然と魂の抜けたような状態に陥ることもありうる。これは、おそらく、大仕事に出力を遣い果たしてしまったか、あるいは二度とやってこないであろうその負荷の喪失を、ある種の愛の対象の喪失として経験しているかのどちらかであろう。

## 2. 退屈の誕生

### 1) 不幸としての退屈

前節でも見たように、適応に要された努力（出力）そのものを報償（快感）として報いるというこの優れた回路には、設計者も予想しなかったらしいひとつの盲点があった。このシステムは、主体の大仕事にいったん気前のいい快感を報いたそのあと、本来人間がもっとも幸福であるべき平穩無事の理想的適応状態において、よろこびではなく、退屈という不快な状態を生み出すのである。

この理想の平安は、恐怖や苦しみのよろこぶべき不在であるだけでなく、いきいきとしたよろこびのもどかしい不在をも意味する。何の心配の種もない無負荷の真空状態のなかで、主体は不意の驚きを奪われ、精神はリズムカルな緊張を失う。それによってしか生み出されないあの余

剩の快感、見て知って考えて行動する生きものとして生きていることの、あの直接のおもしろさを主体は感じるができない。だれもが知るように、この快感の欠乏状態は、人間という情報システムにとって、なによりもまずおもしろくない、そして時には「死んだほうがマシ」なほどに耐えがたい、不快きわまるシロモノである。

その欠如の痛切さは、マダム・ボヴァリーが神父と交わしたあの有名な会話のなかによく表われている。

「いやもう」彼（司祭）はエンマのそばへ戻ってくると、更紗の大きなハンカチのすみを広げながら、「百姓どもはまったく可哀そうじゃ！」

「可哀そうな人はほかにもございます」とエンマは答えた。

「ありますとも！ たとえば都会の労働者」

「そんな人のことではありません……」

「いや、お言葉じゃが、わしはそういう社会に、哀れな母親たち、いや実に貞淑な女、まるで聖女のような女が、その日のパンにも事欠いているのを見ましたぞ」

「でも」とエンマは答えた（そして物をいいつつその口もとにはゆがんだ）。「でも司祭様、パンはあってもなにのない人が……」

（G. フローベル『ボヴァリー夫人』伊吹武彦訳）

ボヴァリー夫人が死を賭して嘆いたこの欠如、女としてであれシステムとしてであれ生き物としてであれ、ともかく生きているということが生み出す驚きと快感の欠如、生の実感の欠乏は、設計者も予見できなかったこの間の「進歩」、ヒトという動物が飢えや疫病という史上かつて絶えることのなかった最大の負荷から（少なくとも恵まれた「先進諸国」において）ほとんど解放されてしまうという、近代のこの未曾有の事態がもたらしたひとつの深刻なアイロニーである。

## 2) 図式化の進展と適応の成功

ともあれ、ここでは、この不幸の生まれる理論的条件をより精密に定式化しよう。

主体は環境からの入力を図式化することによってより効率的に処理する。負荷は図式へと同化され、その図式を駆動するために必要な最小限のパワーが供給される。図式化によって、認知・変換・制御の情報処理が大幅に自動化され、主体はより少ない努力で、より効果的な適応を達成することができるようになる。適応の成功はこの図式化の進展いかにかかっているといっている。

さて、より図式化された行動は、認知であれ思考であれ、よりすくない出力で遂行されうる。ということはつまり、主体が図式化による適応に成功すればするほど、そのつどの適応行動のもたらす快感が減少することを意味する。ものごとを知悉習熟しその操作をマスターすればするほど

ど、そのコトを遂行し、実現したときの快感は減少する。

初めてスキーをつけて、歩くこともならず、驚き、転んでは出力を全開して、初心者は恐怖の悲鳴を上げる。多少シェーマが出来てくると、彼もしくは彼女もぐっと余裕が出来て、笑い声すら聞こえ始める。しばらくは、制御の快感<sup>8)</sup>が彼女を緩斜面に熱中させるが、しかし、シェーマが完成の域に達したところから、例の退屈が彼女を襲いはじめる。せっかく無事にすべり降りたとしても、もはやこれといった快感は感じられない。しかし、スキーヤーは幸いである。ヨリ難しい斜面に挑戦すればいいのだから。これが日常生活となれば話は別だ。

### 3) 世界の自明化と日常性の誕生

すでにマスターし、シェーマ化されてしまったモノゴトは、以前ほどよろこびをもたらさない。これらのモノゴトがもし、わざわざ予測するまでもないほどに決まった通りにしかやって来ないとしたら、さらに悲劇である。モノはいつも通りそこにあり、コトはいつものように運んでいく。主体はもはや意外に思うこともなければ、驚く必要もない。生活は、陳腐で面白くもないルーティンの反復と化せざるをえない。

一般に、ある世界に長く住めば住むほど、その出来事の流れ自身つまり世界そのものがシェーマ化される。日が沈めば、日は出てくるのだ。世界は見慣れたモノ、ありふれたコトで満ちる。すべてはただ単に、当たり前という軌道に乗って、ほとんど自動的にながれて行く。次に何をしたらよいか、どんな負荷がやって来るか、そしてそれにどの程度の努力を、出力を必要とすべきかは、いちいち思案する必要もなくすでにパターン化されており、主体のからだに刻みこまれている。予期はことごとく的中し、出力は自動的に加減される。意外な事件でもなければ驚くこともなく、従って驚きの余りつまり快感が生じることもない。

このように、すでに熟知され習熟された課題が、毎日毎日あるきまった時系列パターンをとっ

8) 困難な課題を図式化していく過程で、その図式化の意外なほどの成功によって、準備した出力が負荷を上まわることがある。この余剰は、新しい課題をマスターするときに生まれる制御の快感である(図8)。図式作動終了後の余剰の快感だけでなく、図式作動の最中に生まれるこの制御の快感も、学習を動機づける重要な内的報酬のひとつである。

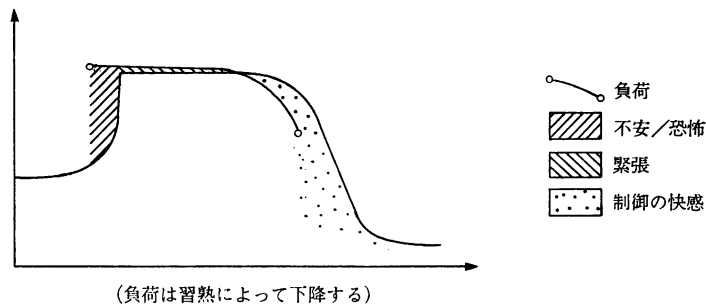


図8 <制御の快感>

て負荷される場合、主体の負荷—出力系において快感が生じる可能性は極度に低減する。主体は、日常というルーティンのなかで、多くのばあい結構忙しく立ち働きのながらも、仕事のよろこびを見出すことができない。かわりに、彼あるいは彼女がそこに発見するものは退屈である。

#### 4) 低負荷状態と出力系の休眠

もし、次から次へと新しい課題が、事件が、仕事が舞い込んでくればもちろん人は退屈などしない。文字通り退屈している暇がないからである。そこでは、さほどのよろこびもない代わりに退屈も存在しない。退屈に襲われるのは、ひと仕事終わってホッとひと息ついたそのあと、することや考えることが何も浮ばない空白の時間帯だ。無負荷あるいは低負荷状態の持続、これが退屈が生まれるもうひとつの条件である。

だれでも知るように、この何もすることがないという退屈の不快感は独特である。人は嫌な仕事もなければ鋭い苦痛もない、しかし、なにも心配することがないこの真空のなかで鬱屈する余裕出力をもてあます。出力系は負荷をもとめてうずき、主体からくつろぎを奪う。しかし、することは何もなく、驚くべきこともなにひとつ起きない。幸福であるべき家庭を捨てて、恋や仕事の冒険へと旅立つ男や女が今も昔も絶えないのは、身体をむしばみ精神をふやけさせるこの退屈という毒の恐ろしさを端的に物語っている。

人間の出力が負荷に応じてしか増減しない以上、負荷の不在は出力の低迷を意味し、出力の低迷はよろこびの不在を意味する。倫理がなにを囁き、頭がなにを思うとも、だれもこの精神—生理のメカニズムに抗することはできない。ショーペンハウエルの言うように、「もしも人間がありとあらゆる苦悩や苦悶を地獄に追い払ってしまったら、その後で天国のために残っているものは退屈だけでしかない」理論的可能性は極めて高い。

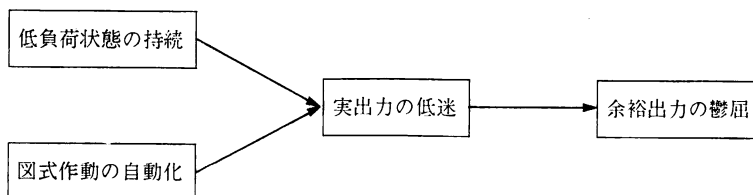


図9 <退屈の条件>

要約しよう。図9に見るように、退屈をもたらすのはまず図式化の進展であり、ついで低負荷状態の持続である。これらふたつの条件は、実出力の低迷をもたらす、ついで出力系の不快な鬱屈を、さらにしばしば出力系の実質的休眠化を帰結する。ヒトが退屈したときアクビをしたり、居眠りを始めるのはまさにこのためである。ちなみに、この退屈のアクビは、おそらく、睡眠それ自体が本稿という出力系の休養にはかならないことを暗示している。

### 3. 退屈の種類

上の条件のいずれがドミナントであるかによって少なくとも二つの退屈が生まれる。ひとつはなにもすることがない退屈、もうひとつはすることはあっても、それ自身が退屈な場合である。

#### 1) 過少負荷の退屈

なにもすることがないとき、ヒトは退屈する。たとえすべてが満ち足りていてもである。例の、健康な病人の退屈がそれだ。そもそもヒトの精神が情報処理の生きたシステムである以上、なにも処理するものがないということは、充足ではなく欠如を意味する。

学者も生活者も、緊張のない満ち足りた状態が幸福な状態である、と考える過ちをしばしば犯してきた。もしそうであれば、ヒトにとって退屈ほど幸せな状態は存在しない。この仮説が基本的に誤っていることは、事実から明らかである。ヒトの精神は、なにもおもしろいことがないというその欠如のなかで、死にたくなるほどの苦しみを味わうことができるからだ。

ヒトが仕事に通い、筆を執り、お金を使うのは、実際、この退屈という理想状態から逃れるためであることが多い。ロシア式ルーレットに限らず、人類が開発した文化的アイテム、文明の装置のかなりの部分は、この退屈から逃れるための涙ぐましい努力と叡知の結晶である。

退屈を避け面白さを求めて人類があみだした創意工夫、遊びや学問、麻薬と戦争などその知恵と悪行の数々については続編の議論に委ね、ここでは、問題がなにもないというシステムの理想的な適応状態が、システムの内部構造それ自身に起因するかたちで、退屈というシステムにとってもっとも堪えがたい状態を生み出す、ということ再度確認しておくにとどめる。

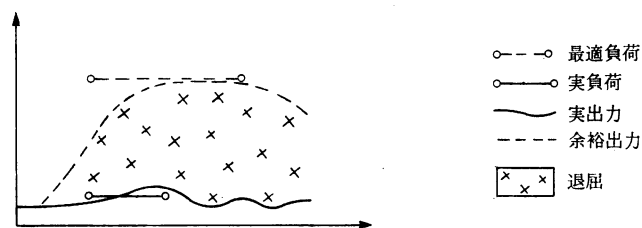


図10 <低負荷の退屈>

#### 2) ワンパターンの退屈

解くべき問題、果たすべき課題がそれなりにあったとしても、負荷そのものが単調で、容易に図式化されてしまうときは、やはり退屈が生まれる。このワンパターンの退屈は、たとえば旅客機の操縦のように、ある程度高い負荷量がかかっているにもかかわらず生じうる。図9からもあきらかなように、負荷の変動がないと、余剰が生じにくいからだ。退屈に見舞われた脳の覚醒水準は当然低下





がいわゆる好奇心である。

### 3)-2 考える退屈

単調な講義、自明なことをくどくどと述べる講話、新しい主張も情報もない論文、めりはりのないエッセイ、ステレオタイプな発想、これらはすべて考える退屈を生み出す。学生のアクビや教師の居眠り、さらに読書人の眠気は、この思考の退屈あるいは退屈な思考の存在を示している。それは、変換図式の作動が何の驚きも、したがってその余りであるおもしろみを生まないことからくる退屈である。ちなみに、あまりに難しい話にも人は退屈を感じるが、それは図式そのものが作動せずに、脳が一種の無負荷状態のもとに放置されるからだろう。

もちろん、新しい発想や意外なつながりの発見が思考を刺激して、主体の変換図式に新鮮な驚きを喚起することもありうる。そうした新しい変換図式の形成や操作によって余剰のおもしろさを享受しようとする傾向がいわゆる知的好奇心である。

### 3)-3 する退屈

く日もくる日も同じネジを回したり、行けども行けどもまっすぐな道をドライブするのももちろん退屈である。これは、する退屈、単調な運動図式の反復作動による余剰の欠如である。あるいは日曜日、なにひとつすることが（思い浮かば）ないのも確かに退屈であろう。週休3日、することがないので会社へネジをまわしに行く、となってはもう退屈もここにきわまわり、というしかない。おそらく、いまだかつてどんな文明も、そのように高次の退屈を大衆レベルで経験することは出来なかったにちがいない。われわれはすでにショーペンハウエルの天国へ足を踏み入れている可能性がある。そのうち、天国で退屈をもてあました人々が賽の河原まで石を積み押しかけるかもしれない<sup>9)</sup>。

## 4) 退屈しない人々

ところで、決まりきった日常のなかにあって、なにをするというわけでもない生活を送りながら、あまり退屈しないように見える人々も存在する。ここでは、すこし裏側にまわって、将来の『退屈の社会学』をにらみながら、この退屈しない人々の姿を一瞥しておきたい。

### 4)-1 帰還者たち

まず、一見日常に安住しているように見えながら、実はその平穩無事の危うさに気づいている人々。たとえばベトナム帰還兵や特攻上がりなど、一度「地獄」を見てしまった人々、強烈なり

---

9) 雪国へ泊まり掛けで雪を降ろしにでかける「雪おろしツアー」なるものが流行っているらしいが、これなどにはあきらかに、天国の住人が退屈のあまり（お金を払って）地獄まで石を積み出かけるようなところがある。もっとも、嫌になったらいつでも帰れる、という点が、シジフォスと違うところだ。

アリティをもつ別世界からの帰還者がこれにあたる。

彼らの多くは、日常をはかない夢のようなものとして経験する。もうひとつの現実がいつも内面の意識において影か蜃気楼のように揺らいでいるので、その異化効果によって平凡な日常の方が脱図式化されてしまい、それを、今日こうであれば明日もこうである堅固な現実として図式化し、そのなかに安住することができない。自明な日常性に退屈するどころか、それに適応するの  
で精一杯なのだ。

#### 4)-2 新参者たち

図式そのものをいまだ形成していない人ももちろん退屈などしない。たとえば、どの社会にもいる子供と青年たち。彼らはちょうど、その社会において自明なものとして共有されている図式の学習の最中であって、過剰負荷に呻吟する可能性こそあっても、退屈する暇も理由もない。

また、移転や移民のように、はじめての町や国に移ってきて、そこの風習つまり図式化されたやりかたに面食らっている人々ももちろん退屈しない。むしろ、毎日驚きで目をまるくしていることだろう。その他、就職したり進学したり職場や会社をかわったり、あるいは結婚したりして、あたらしくこれまでとちがった社会的世界に参入したばかりの人々も退屈などしている暇はない。こうした人々はすべて、将来退屈を生み出すであろうその図式を、いま驚いたり苦しんだりしながら、一生懸命に作りあげているのである。

#### 4)-3 内面という世界

さらに、文化住宅の革命家をはじめ、地下室の文学青年、屋根裏部屋の夢想家など、自分の内部に日常とはちがうもうひとつの世界をもっている人々も、退屈をもてあますようなことはない<sup>10)</sup>。もうひとつの世界、つまり教条と化した図式、あるいは図式にまで至らない空想に、出力の大半が消費されるので、どんなに退屈な仕事に従事していても、余裕出力の鬱屈が生じないのである。実際、この手の人々は、たいていの読者も身にも覚えがあるように、書記や事務員などといったかなり単調な職業生活を耐えしのぶことができる。

ちなみに、フォアグラのように肥大した近代人の「内面的世界」は——それがカルヴィニズムの世界であれヨーゼフ・Kの世界であれ——単調極まりない事務労働や工場労働のもたらす退屈を凌ぐうえでは大いに功を奏したにちがいない。日常の出来事の世界に吸収されることのない内面の世界、自分だけの内面性というこのあたらしい精神生活の領域は、それまで人類が経験したことのない単調な負荷の持続、あの耐えがたい産業社会の単純労働をなんとか耐えしのぶための意識の装置、大いなる文明の知恵であった可能性が大きい<sup>11)</sup>。

ともあれ、この節を要約しよう。

10) 酒場や茶店で退屈をかこつ自称小説書きや革命志願はただ、かれらの内面それ自身、あるいはかれらの夢見るもうひとつの世界が退屈なものであることを示しているにすぎない。

ひとつの自明な世界に、A. シュッツが paramount reality と呼んだ日常世界の現実に、まだ内在し切っていない人々はその世界に退屈することがない<sup>12)</sup>。その世界が自明視されるほど十分に図式化されていなかったり、その世界図式への十分な出力の供給がなされていなかったりするので、退屈の条件が満たされず、そもそも退屈という事態そのものを経験することができないのである。

その他、次から次へと自分で仕事、つまり負荷を見出してきて、それに「夢中」になり、文字通り「退屈を知らない」人々も見受けられるが、そうしたポジティブな反退屈主義者については、稿を改めて論じることしよう。

#### 4. 退屈の帰結

低負荷状態における出力の低迷であり、余裕出力の鬱屈であるこの退屈は、生きた情報処理系としてのヒトにとってどんな意味をもつのだろうか。

##### 1) 図式・制御・不自由

すでに述べたように、ヒトは環境を図式へと同化することによって適応を図る。外部からの入力の多くは、まず既知の図式のフィルターによって取捨選択され、すでに習得済みのプログラムに沿って処理・変換されて、必要な行動へと接合される。図式化の進展とは、この処理・変換過程の定型化・自動化を意味する。それによって、精神あるいは自由意志の関与度が減少するが、かえって情報処理の精度と速度は向上し、必要出力も低減する。

もし、主体がなんの図式もちあわせていないとすれば、環境はただのカオスにすぎない。とりあえず環境に秩序を与え、そのつど主体に行動の可能性を与えるものはこの図式であり、図式化の能力である。そして主体の自由とは（新しい図式を形成する能力を別にすれば）、複数の図式のなかから任意の図式を選択するその選択の自由度にほかならない。

---

11) 実際、開発途上国における産業化の困難の一因は、いまだかつて経験したことのない工場での単純負荷労働—未曾有の退屈と「豊かさ」のセットよりもむしろ、むかしながらの気儘で自由な生活—それなりのおもしろさと「貧困」——これは財の稀少性を、従ってその貴重性を生み出す（注7を参照）——のセットの方をおおかたの住民が選ぶ、ということに起因する。

労働という負荷領域から「おもしろさ」を見出すことなど、想像だにできなかった時代が過ぎ去ろうとしている今、この反—退屈装置としての「内面」が（そしてその主人である「自我」が）持ちえた、というよりも持たなければならなかった「特権性」も徐々に——世代間のタイムラグをとまなないながら——失われつつあるようにおもわれるのは、興味深い符合である。

12) この考察は、退屈が固有に社会的な問題となる領域の存在を暗示している。今日のわれわれの社会において、どういう人々がどういう場面でどんな具合に退屈に陥っているのだろうか。たとえば、老人は、主婦は、学生は、どのように退屈を経験し、どのような方法でそれを凌ぎ紛らすのだろうか（ちなみに、近年、都市近郊の農家の主婦に覚醒剤中毒が増大しつつある、という精神科医の警告もある）。もちろん、退屈の一般理論をめざす本稿でこういった問題を扱うことはできないが、退屈の問題は、すぐれて社会的な問題であり、また大きな社会問題のひとつであることは確認しておいてよい。

ワンパターンの退屈、ヒトが単純な図式操作の反復をしいられることによって生まれる退屈においては、単に余剰が生じないだけでなく（新しい図式を形成する自由はもちろん）、この選択の自由、いくつかの手持ちの図式から（気分や自分なりの判断によって）作動図式を選ぶ主体の自由が奪われ、あるいは制約される。

ここでは、図式を選択する自由な判断力の出番もなければ、ただでさえ少ない作動図式に対する精神の関与も、退屈による覚醒水準の低下によってますます減少する。この種の退屈のなかで、ヒトは文字通りロボットと化せざるを得ない。

## 2) 驚くことの不能

この図式によって閉じられた主体の世界を破るのがほかならぬ「驚き」である。驚きにおいて精神はそのつど図式をこえて世界との新鮮な出会いを経験する。そしてこの出会いこそが、精神に新しい図式の生成をうながすのである。

退屈はなによりもこの驚きの不在、あるいはその喪失である。世界は、自明な図式系を通して、ぼんやりとアクビをしている精神の横をかすめて過ぎていくにすぎない。退屈の海のなかで、閉じられた図式世界のなかに幽閉された精神は涸渇し、その生きた性質を失う。衝撃や変化に対応しながら自己を生成し、組織化していく自己組織システムとしての生きた力を喪失していくのである。

退屈のあまり、死んでも同然となった精神はもはや驚くことができない。それは、なにごとか新しい事態が出来ても、ただ呆然とそれを見送ることしか出来ないだろう。システムは、何が起きたのかもわからないまま、出力を上げることも出来ずに、その出来事の渦に呑みこまれ、なすすべもないまま解体していくしかない。

## 3) システムと退屈

退屈はなによりも出力系の鬱屈、実出力の低迷である。無負荷状態の持続は出力系を錆びつかせ、いざという時の作動をおぼつかなくさせる。長期にわたる退屈は精神の自己生成力を涸渇させるだけでなく、精神の緊張能力そのものを低下させる。それが安逸な無為の退屈であれ、死ぬほどに不快で不自由な退屈であれ、結果は同じだ。精神はナマクラになり、緊張への耐性が低下し、行動へのポテンシャルそのものが減少する。

また、おもしろさという報酬をバネにあたらしい情報を生成することもできなければ、驚きという出会いを介して環境から新しい情報を取り入れることもできない閉じられた精神は、もはや、環境への新しい適応の可能性を自らの内に描きだすこともできない。退屈によって閉鎖された情報システムにおいては、必然的に、情報量が減少し、エントロピーが不気味な増殖をはじめめる。システムはいやおうなくデカダンスへと落ちていくだろう。

退屈の問題は、このように、生きた情報処理システムである精神にとって、ひいてはこの文明というオープン・システム総体にとって、その将来の在り方を決する大問題である。

退屈は、主体と環境のあいだにしみこんで世界のエントロピーを増大させ、システムの問題解決能力全般を低下させる。退屈は、たまたま平穩無事という現在のもとで適応に成功しているにすぎないシステムの構造を固定し、それによって、新しい環境への適応能力を弱める。退屈は、ヒトとその社会というこの生きたシステムから生成と発展の可能性を奪い、適応と進化の未踏の道を閉じる<sup>13)</sup>。

退屈の蔓延した文明に未来はなく、退屈にむしばまれた精神に輝きはない。退屈とは、精神というメカニズムをもつ動物にとって、単にその回避のために大金を投じ、膨大なエネルギーと時間を消費するに値するだけでなく、場合によっては生命を賭して探究するに値する文明の最大の問題のひとつである。

次号では、この退屈を越える様々な方法について概観し、文明と退屈の問題についてさらに考察を加える。

#### 基本的な文献

- フロイト, S., 1970, 「機知——その無意識との関係」『フロイト著作集4』 人文書院。  
ウォーコップ, O. S., 1984, 『ものの考え方——合理性への逸脱』 深瀬基寛訳 講談社。  
Berlyne, D. E., 1972, Humor and its kin, in J. H. H. Goldstein and P. E. McGhee (eds.)  
*The Psychology of Humor*, Academic Press, New York.  
木村洋二, 1983, 「笑いのメカニズム——笑いの統一理論をめざして」『笑いの社会学』 世界思想社。  
チクトミンセハイ, M., 1979, 『楽しみの社会学——不安と倦怠をこえて』 今村浩明訳 思索社。  
ザイデルフェルト, A. J., 1986, 『クリーシェ』 那須 寿訳 筑摩書房。  
ラファルグ, P., 1972, 『怠ける権利』 田淵普也訳 人文書院。  
ラッセル, B., 1958, 『怠惰への讃歌』 堀 秀彦 柿村 峻訳 角川書店。

---

13) もし、システムが無負荷状態を耐えがたい退屈としてではなく、喜ばしい幸福として経験したとすれば、そのシステムにはもはやそれ以上の発展はない。それは、可変な環境下での進化の道を閉ざし、みずから淘汰への道を開くことに等しい。一見理想的に思える無負荷状態が、なぜかくも堪えがたい退屈として経験されなければならないのか、どうやらこのあたりに、あの天才的な報酬回路の設計者の、腐心の跡をみることができそうである。