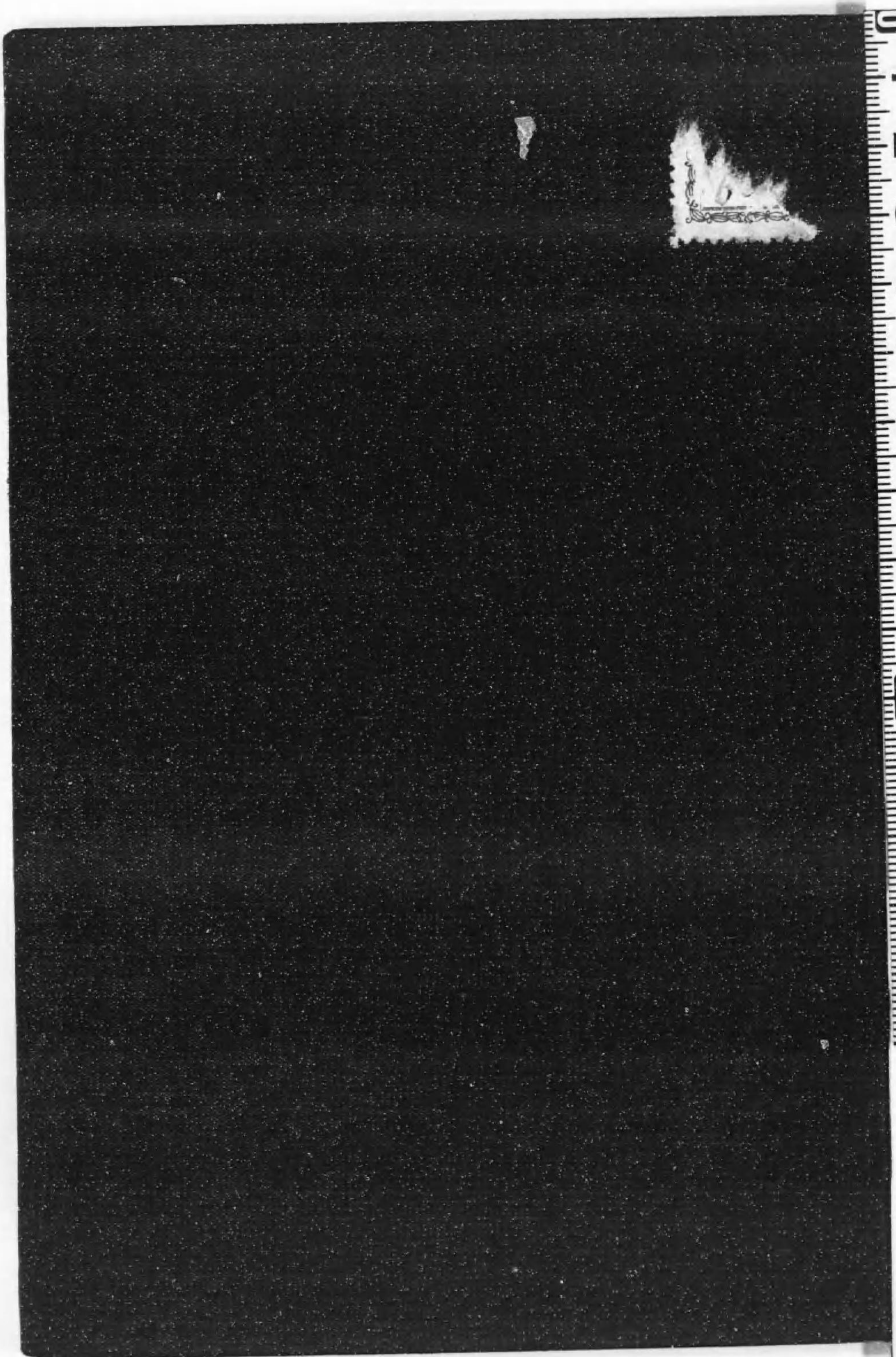


始



時220  
24



夫婦愛情讀本



(ヴァイセルに紹介にムダア)

W・B・ウオルフ著  
永井直二譯



### 著者の言葉

あなた方は、夫婦生活に何等かの不満を感じるやうなことはありませんか。良人が浮氣をしたり、姑との折合がうまくいかなかつたり、年頃の子供が横道へそれたりするやうなことはありませんか。若しさういふ不幸があるとすれば、その原因の一半は、確かにあなた方自身にあるのです。あなた方の夫婦愛を完成する第一の條件は、一口にいへば、精神的にも肉體的にも、いつまでも若さを保つことです。私は精神病學者としての立場から、主として女性の側から見た、廣い意味の夫婦愛の秘訣を、科學的な方面から述べてゆくつもりです。あなた方が、私の擧げるであらう幾多の實例を基礎として、新しい生き方、新しい人生計畫を樹て、完全な、圓滿な夫婦愛の生活を送られんことを、私は衷心から希望します。

目次

完全なる夫婦愛

ある不幸な女性……………三  
夫婦愛を破壊するもの……………六  
夫婦愛の最大の敵……………一四  
夫婦愛の完成……………一八

現代女性の悩み

女性を脅かすもの……………二七  
あなたの肉體は赤字か黒字か……………三一  
美と性的魅力……………三三  
家庭の悲劇……………三五  
性的孤獨感……………三七

職業婦人の悩み	三九
中年女性の娯樂	四一
名聲慾に驅られる人々	四二
ロマンチックな女性の場合	四三
新しい信念の樹立	四五
不幸に際會した場合	四七
貧乏であることの喜び	四八
「時」には勝てない	四九

月經の生理と若返りの科學

性的魅力の利用	五五
性生活と月經閉止	五九
月經閉止後の性生活	六三
若さを保つ科學	七〇
氣分を轉換する法	七五
身だしなみの秘訣	七八

瘦せるための食養法	八二
女性とヒステリー	八六

家庭の平和と良人の操縦法

家庭はダイナマイト	九三
夫婦は兩親と別居せよ	九四
年頃の子供の導き方	一〇〇
良人の浮氣	一〇八
良人は何故浮氣をするか	一一二
良人の浮氣を直す法	一一八
離婚は女性に不利	一二六
こんな時には離婚せよ	一三一
家庭を圓滿にするには	一三七

性に關する諸問題

性の問題	一四七
------	-----

六つの法則	一四九
妻の貞操について	一五二
夫婦愛の墮落した場合	一五九
新しい性道德	一六七
不感症の原因と療法	一六九

### 愛する権利と愛される権利

愛情の危機	一八一
貞節と不義	一八四
ジゴロについて	一八六
浮氣の結果はどうなるか	一九二
性は聖なり	一九四
愛すべきか愛されるべきか	二〇二
愛の代用物	二一一
愛の崇高化の必要	二一四
怖るべき同性愛	二一六

### 職業婦人と夫婦生活

男性と女性の區別	二二三
原始社會と女性	二二四
女性専制から男性専制へ	二二六
男性の横暴	二二九
女性の解放	二三二
機械文明と女性	二三四
男性への抗議	二三七
結婚と職業	二四〇
妻としての覺悟と用意	二四六
閑暇を利用する法	二五三
妻のための有益な娯樂	二五六
神經衰弱の原因	二六〇

### 中年女性の精神生活

精神の安定を求める心	二六五
眞の宗教の必要	二七〇
毒牙を磨く類似宗教	二七四
女性に危険な宗教	二七七
精神の若返り法	二八〇

女性の人生は四十から

中年女性の生き方	二八九
本當の青春	二九二
夫婦愛を純化するもの	二九五
遅咲きの戀愛	二九七
女性は四十から	三〇一
新生活へのスタート	三〇五
妻に逃げられた男の告白	三一〇
完全なる夫婦愛	三二五
あとがき	三二九

完全なる夫婦愛

## ある不幸な女性

ある日、私のところへ、一人の未知の女性が訪れた。年恰好は三十二、三で、顔の表情の大變豊かなく、見るからに生き／＼とした女性だった。しかし皮膚の色に何となく艶がなく、化粧やけの痕らしいものが見えた。彼女は床の上に目を落して、低い聲で話しはじめた。

「先生、私は是非とも伺ひしなければならぬことがございますの。……自分のことなのでございますが、……私にはそれを誰にも話すことが出来ませんでした。……どうして出来ませんでしたの……」

私には、彼女を苦めてゐる原因が、はつきりとわかつて来た。そこで、

「あなたは、御主人との生活に満足が得られないとおつしやるのでせう。それはどういふことからですか？」

と訊ねると、彼女ははつと顔を赧くした。そして、眼をあげることも出来ずに、小聲でい



ふのだつた。

「こんなことを申し上げますと、随分きたない女だと思し召すでせう。私の良人は實に立派な人なのでございます。本當に神に感謝せねばならぬのでせうに、私にはそれが出来ないでございます。私の考へはきたならしいのでございます。良人に叛くやうなことを考へねばならないなんて、私は全く無耻な女でございます……」

彼女の唇は幾分ゆるんで、顔の表情もどこか和らいで来たが、それが一層哀愁を帯びたものに見えた。そして、眼は次第にうるんで来た。つく溜息のかすかな音にも、彼女の心中の煩悶のほどが知られるのだつた。

「若し假りに御主人が他の婦人に氣を移して、あなたに冷淡になられたとあつては、大變悪いことです。しかし、あなた程の才能と理智がございましたら、それとて、取りかへすことが全然不可能ではございません。」

私は彼女の動作の中に、あるものを讀み取つたので、

「また假りに、御主人があなたの過去をお咎めになつたとて、それもまたさしたる問題ではございません。」

と付け加へた。

すると、彼女は突然頸を落して、袖に顔を埋めて泣き出した。これは私には全く意外だつた。何か無作法なことを云つたのではないかと思つた。彼女は掌で顔を掩つて、肩を慄はせて、むせび泣いてゐるのではないか。だから、私は無作法の罪を謝して、泣き止んでくれるやうに頼んだ。

「昔のこと！ 昔のこと！」と、彼女はやつと眼を拭きながら口を開いて云つた。「さうです、先生。みんなそこにあるのでございます。過去のことか影のやうにつき纏つて、私を責め苛むのでございます。良人には何の關係もないのですが、現在幸福を眼の前にしながら、過去に苦められるのでございます。私は何も彼も申し上げます……」

さういつてから、彼女は次のやうな身の上話をはじめた。

## 夫婦愛を破壊するもの

——丁度十二年前、私は十九の娘盛りに結婚しました。それは熱烈な戀愛結婚でした。勿論それまでにも、私の周囲にはいつも若い男たちがつきまといつておりましたが、その中に、一人ひどくしつこいのがございました。その男は、歩く姿が何となく猫のやうで、右の頬に小さな瘡がありました。彼は相當の地位の官吏だったので、私の両親はひどく彼に好意を寄せておりました。

ですが、私は女學校を卒業した十九の年、そこで教はつた先生と突然戀に落ちました。そして二人はすぐに結婚したのです。両親はあまり反對もしませんでした。が、それ以來といふもの、妙に折り合ひが悪くなりました。両親はいつになつても、私がかうした結婚をしてしまつたために、目の前にぶら下つてゐた高い地位を見すく逃がしてしまつたことを、いつも不満に思つてゐたのです。そして間もなく、相次いでこの世を去りました。けれども、私

たちの生活は幸福そのもので、まるで夢のやうな月日を送りました。間もなく、私は母になつたことを感じたのです。私の喜びはたとへやうもございませんでした。良人と一緒に、涙を流して喜んだものです。

それから間もなく、良人は教育觀察のために、三ヶ月の豫定でアフリカへ出發しました。その間に、私は無事女の子を分娩しました。そして良人の歸りを、指折り數へて待つてゐました。ところがある日のこと、良人が旅先で、熱病にかゝつて亡くなつたといふ知らせを受け取つたのです。この知らせは私を逆上させました。そしてそれから三週間といふもの、文字通り生死の間を彷徨つてゐたのです。しかしやがて恢復しました。そして意識も普通の状態になり、何事にも抵抗し得るだけの力が出来たところで、今度は私の赤ちゃんの死んでゐることを知つたのです。看護婦の話によりますと、私が生死の境にあつた間に、赤ちゃんは肺炎のために死亡したとのことでした。かうして私は、良人と赤ちゃんを一時に失つたのであります。

私は全くの獨りぼつちになつてしまいました。両親もなく、愛人もなく、力と頼る人もないのでございます。生活の方針も立たず、看護婦の支拂ひに家財道具を賣り拂はねばなりません。私は残品のありつたけを賣り拂つて、それから間借りをすることに致しました。どうして生きて行かせよう？ 私には何をしようやら、まるでわからないのです。亡くなつた良人には、頼りになる身寄りとはなく、相談相手になる友達もありません。一體何の怨みがあつて、こんな苦難の日が、私の前途に横たはることになつたのでせう。私は前から生活的には無能力で、仕事をする力のない人間でした。

けれども、生きて行かねばなりません。私は街をさまよひながら、何をなすべきかを、あれやこれやと考へめぐらしました。街には雪が降り積り、風が吹き、寒さと狂氣に震へながら、大地が足元から裂けてしまふやうな気がしました。私はこの空虚の前に、幾度か立ち停りました。でも何も決心が付きません。店へ行つて、お恵みにすがらうかとも考へました。しかしその度に、さうした氣持を強く叱つて、我と我が心に叫ぶのでした。「何をびく／＼し

てゐるの？ どうせ人間、一寸先きは闇ぢやないの？」と。

ところが、突然ある夕方のこと、私は例の頑頭に癪のある男に遇つたのでございます。彼は私の姿を見ると、にこ／＼と近づいて参りました。それにしても、まあなんていやらしい風になつたのでせう。昔の尊大ぶつた官吏型はなくなつてゐましたが、ぼつてりと脂ぎつた頬や唇、不快な眼つき、大仰なへつらひ方、さういつたことが目立つて著しくなつてゐるのです。でも、それにも拘らず、私は嬉しかつたのです。わかつて下さるでせうね、先生。私の眼前には虚無の深淵が横たはつてゐるのです。そして今、眼の前に立つた人は、何はともあれ、いつかは私を戀したことがある方なのです。私は、何かのめぐり合せではあるまいか、と云つたやうな氣持がいたしました。

そして私は、ほんとに久し振りで、御馳走にありつきました。彼はお酒まで御馳走してくれました。私も遠慮せずそれを飲み、久し振りに肩の重荷を軽くしたやうに感じました。やがて満腹と酒で、思はず酔つてしまいました。そしてその癪の男が、それほど厭はしいも

のに見えなくなつたのでございます。そして次には、過去の断片的な、楽しい日の思ひ出が浮んで来るのでございました。彼は私の手を握りしめ、指に接吻しながら繰り返し繰り返し云ふのでした。

「あなたはいつになつてもお美しい。昔のまゝ、ちつとも變らないのですよ。私はもう一度、あなたに戀をしようと思ふのですが、いかゞでせう？」

そして彼は、私をそのレストランから自分の家へ連れて行きました。そして部屋に案内しました。そこで私は、彼にすべてを許してしまつたのでございます。

翌日、私は遅く眼を醒しました。頭が重く痛みました。見ると、彼の姿は何處にも見えません。たゞ、枕元のテーブルの上に、幾何かの金が置いてございました。彼は去り際に、それを私のために置いて行つたのです。それだけでした。

その日から、私は街のレストランに出ることになりました。以前には、そんなことは考へて見るだけでも堪らないことでした。そして私は、あらん限りの力で、そこへ落ちて行かう

とする身を踏み止めてゐたのでございます。なのに、頼みの綱は断ち切られたのです。何も彼もおしまひでした。以前は思ふもけがらはしかつたぬかるみの底で、私は自分を呪ふことになりました。たつた一人の男に、唾をはきかけられたばかりに……。

當時のレストランといへば、まるで賣笑婦の根據地だつたのです。私はそこで、二年あまりの間、媚を賣る惨めな生活をつゞけねばなりませんでした。その頃、私のところへ一人の男が現はれました。私たちは大變親しくなつて、いろいろ話し込むやうになりました。そしてたちまち、二人の間に情火が燃え上つたのです。

この人が、先生、現在の私の良人なのでございます。私は、彼こそが私をこの地獄の生活から救ひ出してくれる方だと、深く信じたのでございます。彼は私に逢ふまでに、既に澤山の女を知つてゐましたし、どちらかといへば、むしろ女に飽いたといつた形だつたのです。ある日、彼が意中を打ち明けて、これから私と一緒に立派な結婚生活をはじめるといふのでした。いつた時、私は何も彼も打ち明けてしまつて、少しのかくし立てもしませんでした。彼は

私の話を聞いてからも、斷乎として力強く、

「僕はあなたを愛します。僕の妻になつて下さい。」といふのでした。

かうして、私たちの結婚生活がはじまりました。私たちは幸福でした。私の生涯に、もう一度あの輝かしい春が訪れたのです。私はやつと心の落ちつきを見出しました。それからもう四年になります。そしてあの頃の記憶は、今ではたゞ眠れない夜に、悪夢のやうに現はれて来るに過ぎないのでございます。私の身體は、もう最後の髪の毛一本まで、良人のものなのでございます。私の全生涯を擧げてつくしましても、彼から受けた恩の、萬分の一にも酬ゆることは出来ないでせう。私は良人を尊敬して居ります。そして、どんな詰らない彼の習慣にも、同化してしまはうとつとめて居ります。良人は立派な、善良な人です。一度だつて、私に向つて侮辱的な言葉を浴せたこともなければ、まして手を下した事など一度もございません。

ですが、過去といふものは、黙つては過ぎないものです。必ず報酬を要求するものです。

現在においては、私は毎日幸福で、運命に感謝してゐるわけです。あの過去の苦行のうちに、やつと恵まれたのですから。そして神にお祈りをしなければならぬ筈なのです。ですが、私にはそれが出来ないのです。それどころか、私の心は不幸に泣き、そして救はれない憂鬱に、絶望をさへ感じてゐるのでございます。

私には何一つ缺けたところはないのです。ですが……先生、……つまり……感覚がなくなつたのでございます。私はどうしても駄目なのでございます……。あゝ、今のやうな地位にありながらも、なほこんなことに悩まねばならないなんて、私はほんとうに恥知らずでございます。一體何うしたらいいのでございませう。私には何が何だかわかりません。良人には昂奮させてはいけないと存じまして、このことをまだ話してをりません。

けれども私は惱んで居ります。夜分良人が眠つてしまつた後、むら／＼と起つて来る狂氣ぢみた身もだへを、ちつとこらへてゐなければならぬのでございます。これもつまりは、私の過去あるがためなのです。さうです、確かにさうです。さう思つて、私はつとめて慾望

を抑へようと、人知れず苦しんでゐるのです。けれども、盲目的な、意地悪い、抗し難い力となつて、私を駆り立てるのでございます。先生！ 私人の力では、この身を抑へることが出来ません。力強い聲が、私を呼んで居ります。

先生、私はこれで、私を破滅に導かうとするものについて、すっかりお話ししてしまいました。私のこれは、ほんとうに病氣なのでせうか。若し病氣でしたら、治療の餘地がございませう。そしてこの私を、狂氣にもしかねない苦しみと誘惑とから救つて下さい。これが私の一生の願ひです。――

### 夫婦愛の最大の敵

ここまで話して来ると、彼女は突然口を噤み、さも哀願するやうに、ちつと私の顔を見つめた。

彼女のかうした状態は、昔のどん底生活から得た悪習慣のためで、例へば阿片やモルヒネ

の中毒にかゝつたやうなものだ、と解釋する人があるかも知れないが、それは決して正しい解釋ではない。彼女自身は不感症ではない。たゞ夫婦間の平衡が保たれてゐないのだ。そして、この夫婦間の平衡を取返すためには、彼女自身を治療するよりも、良人の方を治療することが先決問題なのだ。そこで、私は彼女に、かうなつた以上は、良人に何も彼も打ち明けた方がよいと忠告した。彼女はその通りにした。そして良人は、これも私の忠告通り、直ぐに私のところへ来るやうになつた。勿論、治療は立派に功を奏して、夫婦間の大悲劇は完全に解消してしまつた。

そこで、このやうな現象は、どういふ原因から起るかといふと、それは主として、青年時代の精力濫費によるのだ。それと同時に、青年期に達するまでの間に、オナニズムの行はれてゐたことによるのだ。オナニズムは單獨では大した問題ではないが、それが精力消耗と合致してくると問題になる。彼女の良人は、この精力消耗状態のまま結婚に進んだので、結婚生活において妻に與へなければならぬものを、與へることが出来なかつたのだ。

ところで、かうした缺陷のある患者は、極く少数の例外者であるかといふに、決してさうではない。勿論その症状に程度之差はあるが、その数は男女ともに恐ろしいほどである。そして現在では、一つの大きな社會問題として、考慮しなければならぬ程になつてゐる。何故なら、それは夫婦愛の最大の敵で、あらゆる家庭の悲劇、結婚の悲劇の最大の原因となるからである。

フロイドは、正常な性的能力を持つてゐる者は實に稀である、といつてゐるし、ソーボレフ教授は、最近に至つてあらゆる種類の性的インポテントに悩むものが夥しく増加した、しかも青年男女が數において絶對多數を占めてゐる、と述べてゐる。この問題を専門に研究したフランケルは、婦人科醫の門を叩く患者の大部分は、相當強度の不感症だといつてゐるし、またアドラーの調査によると、現代の青年は、男女ともに五〇パーセントまでが性的不感者だといつてゐる。更にゲーリマンがモスクワの大學の既婚の女學生について調査した結果、性的満足を得るもの四八パーセント、無感症が二九パーセント、次に性感覺に嫌惡の情を催

はすものが一四パーセントといふ數字を發表してゐる。また、ゴロソケルがある工場の技術職工について調べたところ、満足の得られるものは、女性では四四パーセント、男性では五八パーセントに過ぎないことがわかつた。

かうした缺陷の原因は、生理的なものよりも精神的なものが多いといはれ、男子よりも女子に多いといはれてゐる。特に見合ひ結婚の行はれる國では、女子の患者が非常に多いが、それは生理的無智、見合ひ結婚による恐怖感、等にもとづく場合が多い。強度の患者は、すぐに自分の缺點を自覺して、それに對する處置を講ずるけれども、輕度の患者は、自分自身では症状を自覺しないばかりでなく、配偶者に十分な満足を與へることが出来ない。兎もあれ、夫婦愛を破壊する幾多の強敵の中で、この缺陷ほど恐ろしいものはない。この缺陷のある男女は、その他の點ではどんなに完全無缺であつても、平和な夫婦生活をつとげることが出来ない。

では、この状態から救はれる道はないかといふに、それは大いにあるのだ。婦人科醫學と

精神病學の發達は、かういふ問題に、はつきりした解答を與へてくれる。若しもあなた方に  
かうした缺陷が少しでもあるなら、直ちにそれを征服して、あなた方の結婚生活を完全なも  
のにしなければならぬ。

## 夫婦愛の完成

ある時、コンクールの晩餐會の席で、時の歩みの止め難い話が出た時、ツルゲネーフは、  
白髪頭を振りながらいつた。

「わしはもう戀することが出来なくなつた。それは死と同じことだ！」

すると、同席してゐたアナートル・フランスが、次のやうにいつて彼を慰めた。

「いや、あなたは老年について苦情をいふ權利はないですよ。それがあなたに美しい、幸  
福な晩年を持つて来てくれたのではないですか。年月といふものが、若い頃に味はふことの  
出来なかつたものを、あなたに持つて来てくれたのではないですか。」

それに對して、ツルゲネーフはいかにも悲しさを顔をして答へた。

「その年月が、私からあらゆるものを掠奪した、と解するわけにはいかないだらうか。つ  
まり、わしから感覺的歡喜、神の悅樂、戀の甘酒を奪ひ取つてしまつたとね。わしはベネラ  
(美と愛の女神)がわしに特別やさしかつたといふのではない。が、彼女が、わしに戀する  
ことを許し、忘れ難いひと時を與へた。人生は、このひと時の悅樂あればこそ、麗はしい金  
モールをつけてやる價值があるんだ。ところが、この氣儘な女神は、老人には眼もくれない  
と來てゐる。……」

およそ、世界のどこを探しても、肉體的にも精神的にも、いつまでも若くありたいと願は  
ないものは一人もない。

女性は、この世に生れた最初の十年間は、幼女時代の豊かな、盡きるところのない世界を、  
好奇の眼を以て熱心に探求し、朝から晩までありとあらゆる遊戲に耽り、或ひは乳母の手に  
抱かれて、子守唄を聞きながら甘美な夢にひたり、或ひは小學校の教室で、眼に見耳に聞く



あらゆるものに對して、際限のない幻を追ふ。それから二十前後までには非常な變化が現はれて、既に一人前の女性になり、女性としての幸福な未來を胸一ぱいに空想する。二十から三十までの間には、戀愛を経験し、結婚し、子供の母となる。この間は種々の現實的な仕事に追はれて、空想に耽つたり、もの思ひに沈んだりする餘猶などはないが、そのうちに、突如として三十の聲を聞いて、我ながらハツと驚く。三十から四十までは内省する時代、魂を求め、時代の、いはゞ精神上の人生計畫を立てる時代である。この年齢に達すると、女性は期せずして、

「私にも早若さとか、愛とか、仕事とかにさよならをして、ぶく／＼と脂肪肥りのした中年婦人として、のらりくらりと暮さねばならないのだらうか。それとも、これから先も豊かな、朗らかな夫婦生活をつゞけることが出来るのだらうか。」

と自問自答して、惱ましくも絶望的な歎息をもらす。

けれども、女性は三十まではまだ準備時代で、三十を越えてから漸く花が開き、それから

女盛りがやつて来て、本當の幸福、本當の價値が現はれて来るのだ。若さといふものは決して年齢の問題ではなく、心の持ち方の問題である。永久に若さを保つ秘訣は、この年齢に達しても決して悲觀せず、飽くまでそれを享樂する以外にはない。つまり、年齢の犠牲にならないで、時といふものを自ら支配することを知つてゐる女性でなければ、永久に若さを保ち、幸福な夫婦愛を楽しむことは出来ない。

三十代に入り、四十近くなつたからといつて悲觀する婦人があるが、若しも三十から四十までの時期がどんな時期であるかを知り、それを怖れないならば、その悲觀は立ちどころに解消してしまふ。無智は恐怖の源泉であり、恐怖は全世界のありとあらゆる不幸の源泉である。中年婦人の抱く恐怖は、決して何等現實的な危険を伴ふ恐怖ではなくて、單なる傳統的な氣持の上の習慣で、昔の暗黒時代に女性を脅かすために仕組まれた、神經病的な文明の遺物に過ぎないのである。

けれども、時といふものが、さうした習慣の大部分を、現代女性の心の中から追ひ出して

しまった。避妊法や、精神衛生や、機械文明は、現代女性に眞實の自由をもたらした。女性  
はも早無氣力な家庭の奴隷ではない。家庭の種々の仕事は、人間の發明した機械の力で、簡  
單に處理することが出来るやうになつたばかりでなく、その機械のお蔭で、女性は社會的な  
仕事に進出し、堂々と男性と競争することが出来るやうになり、社會の幸福のために貢献す  
ることによつて、女性に自尊心を持たせるやうになつた。

肉體に見ても、現代の女性の中年期の悩みは、醫學の發達によつて完全に解消された。  
中年期に達すると、昔の女性は月經閉止の恐怖にひどく脅かされ、やがて不幸な、片意地な、  
神經質な「お婆さん」にならねばならないといふ恐怖に、ひどく脅かされたものだ。けれど  
も、現代の女性は、月經閉止期及びその後の夫婦間の肉體的な幸福の問題や、健康の問題を、  
優れた婦人科醫の助力によつて、簡単に解決することが出来る。

バーナード・ショウは、どんなに美しい女でも、三ヶ月も一緒にゐると飽きてしまふ、と  
いふ意味のことをいつてゐる。これは女性にとつてまことに失禮な言葉だが、しかしそこに

は一面の眞理がある。つまり、いつまでも若さを保たうと努力しない女性、良人にとつてい  
つまでも潑刺とした、魅力ある戀人たらうと努力しない女性は、その容貌がどんなに美しく  
ても、完全な夫婦愛を遂げることが出来ないといふことを、雄辯に物語つてゐる。

こゝに、シュニツラーの有名な言葉を引用しよう。

「人間生活のあらゆる努力、即ち藝術、權力、富、政治的勢力、等々、それらはすべて一  
つの目的に向つてゐる。その目的とは——夫婦愛の完成である！」

現代女性の悩み

## 女性を脅かすもの

あなた方はまたしても鏡を覗いて、人知れず歎息をもらして居られる。なるほど、鬢の毛に艶がなくなり、顎の下に肉のついたことは、蔽ふべくもない事實である。以前はテニスをして、續けさまに二セットも闘つて平氣だつたのに、今では二階へかけ上つただけでも、心臓の動悸が異様に昂まる。夜なども外出することが少なくなつて、どうかすると家にちつと引つ込んでゐたがる。夜會に出かけたり、ダンスをしたりすることにも、も早あまり魅力が感じられない。あなた方よりも十も十五も若い女性が羨ましくなり、もう一度、お友達と約束をしたり、パーティに出かけたりすることに夢中になれたらばと、ひとり心に淋しく思ふ。朝、寢床の中で目を醒ましても、十年前のやうに晴れやかな氣持で、すぐに飛び起きることが出来ない。また、時々自分自身がひどく怒りつづくなつたことに氣がつき、自分で自分に愛想をつかせることがある。

今やあなた方は、これから先どんな氣持で生きて行けばよいのだらうかと、心の中で迷ひはじめる。そして、考へ方が内へ内へと、次第に反省的になる。何か宗教心とでもいふやうなものが、心の底に深く萌しはじめる。何かしら頼りになる、しつかりした何ものかに、力一ばい縫りつきたいやうな氣持になる。音楽などを聞いてみると、何となくやるせなく、思はず眼に涙があふれて來たりする。そしてそのうちに、子供や姪をつかまへて、自分の一生の思ひ出話のありつたけを、くどくどと繰り返し繰り返しおちまけ、夜中の二時三時まで子供を起しておいて、何とも思はない。その揚句の果てに「お母さん（または叔母さん）、あなたも随分年をとつたわね」といはれて、一層味氣ない氣持にさせられるのである。

あなた方は、現實に面と向つて勇敢に取り組み、それを避けてはいけない。あなた方は今や非常に危険な時期に入らうとしてゐるのだ。世間ではこの時期を「厄年」といふ。恐らくそれは誇張ではあらうが、しかし若しあなた方が、肉體や精神に起りつゝある變化に注意しないなら、この時期はあなた方にとつて、本當に非常に危険な「厄年」になるかも知れない。

けれども、その反對に、さうした變化をよく理解して、それに對する準備をして置いたならば、その「厄年」は容易に明朗な、平和な時期に變へることが出来る。實際、この時期はあなた方の一生涯を通じて、最も大切な時である。勿論、あの少女時代のやうな、張り切つた劇的な時代ではなく、また二十代の頃のやうに、戀愛や仕事に追はれる情熱の時代ではないにしても、あなた方の今後の残された生涯を幸福なものにするか、それとも、反對に悲惨なものにするかを決定するのは、全くこの時期なのである。

あなた方が、精神上の人生計畫を樹立するのは、實にこの時期である。あからさまにいへば、今までのあなた方は、いつも虚飾といふ假面を被つて自己を欺き、世間を欺いて來た。けれども今や、あなた方は精神と魂の秘密の安息所に退いて、今までの假面を誰も見てゐないところへそつと脱ぎ棄て、あなた方自身の姿を——本當にあるがまゝの、あらゆる虚飾と虚榮を棄て去つた本來のあなた方自身の姿を、はつきりと見出さねばならない。若しそれをしないで、いつまでも假面を被つて自分や世間を欺かうとするなら、その後のあなた方の生

涙は懊惱と不幸の連続となるであらう。けれども、若しそれをするなら、そして本當のあなた自身を知るなら、その後のあなたは、生涯を通じて、創造的な自己實現の幸福な生活にひたる事が出来るであらう。

あなたは、才能とか、教育とか、手腕とか、技術とかいふ軍隊を指揮する將軍で、あなた方を脅かさうとする敵を、飽くまで征服しなければならぬ。けれども、あなた方の陣営の中には反逆者がゐる。世間ではさうした反逆者のことを虚榮心とか、法外の野心とか、貪慾とか、偏見とか、誇大妄想とか、逡巡とか、猜疑心とか、怠慢とか、意志薄弱とかいつてゐる。それはさもあるべきことで、いかなる軍隊にも反逆者はゐるものだ。あなた方が若し巧みにあなた方の軍隊を動員し、征服しようとする敵をよく理解して、戦争の準備を整へるならば、あなた方はその敵の總大將であるところの「時」といふものを、容易に征服することが出来る。それがためには、あなた方は先づ第一に、敵國の情勢をよく調査し、敵がどんな方向から、どんな機会に、どんな力を以て押し寄せて来るかを調べねばならない。

私たちはこれから、三十代から四十前後の、所謂中年の女性を取り巻くいろいろな問題を、あからさまに論じて行くことにしよう。

### あなたの肉體は赤字か黒字か

第一の問題は、肉體的に健康であるかどうかといふことである。勿論、あなた方の體力が、来るべき戦争に際して、以前よりはすつと弱くなつてゐることは、誰しも認めねばならない。従つて、あなた方が最後の勝利を得るためには、向ふ見ずに突進することよりも、どんな手段を探るのが一番有効であるか、といふことを知るのが肝要である。たとへどんな健康な女性でも、四十を越えてから、二十時代のやうな體力を發揮せよといつても、それは出来ない相談である。人生の歩みは、年齢と共に段々歩調を下げて行くのが當然である。

動脈や、筋肉や、内分泌腺や、神経が、も早激しい活動に堪えられなくなつてゐるのに、若い頃と同じ歩調を保たうとするのは、實に愚かな、無智なことである。そこで、戦ひの第

一步は、どういふ力を動員すればよいかを知ることではなければならない。それには先づ、醫者の門を叩いて相談することだ。醫者は早速、あなた方の體力に應じた、適切な計畫書を作つてくれる。肉體といふものは妙なものである。石炭のなくなつた機關車を動かさうとしても、それは無駄な骨折損である。それと同じやうに、安全の限度以上に肉體を行使しようとする、心の中の慾望について行つたために、肉體そのものが焼け果てしまふ。

あなた方は、今までは多分忙しい仕事に追はれて、齒に氣をつけたり、心臓の模様を調べたり、その他の内臓の活動を診察してもらつたりすることを、どうかすると怠り勝ちであつたに違ひない。けれども、あなた方は今や、極力それに氣をつけなければならない時期に達してゐる。若しもあなた方が、必要な時に眼鏡をかけることを拒んだり、齒科醫の診察を受けないで齒の腐るに任せたり、痔核や靜脈異常で氣分が悪くなつたり、便秘で頭が重くなるのを捨てゝおいたりするならば、私が百萬言の忠告をしても、何の役にも立たないだらう。若しかうした故障があるならば、明日は早速醫者の門を叩いて、その指導を仰ぐことが必要であ

る。

## 美と性的魅力

第二の問題は、人生の一切を美と性的魅力のみだと考へて來た、多くの女性のために捧げたい。女性の一生の意義は美と性的魅力のみだといふ考へ方は、誤つた人生の見方である。あなた方はいつも男性に、特にあなた方を愛してくれる男性に、あなた方の美しさを讃美してくれる男性に、あなた方の御機嫌をとるために高價な贈りものをくれる男性に、人生のすべての興味を集中して生きて來た。けれども今や、あなた方が最も有力だと考へてゐた唯一の武器が、漸く鈍りはじめたことは、も早蔽ふべくもない事實である。目尻の小皺が一本殖える毎に、身體に餘分の脂肪がついて體重が一グラム一グラムと増す毎に、あなた方は次第に悲觀のどん底に沈んで行く。やがて月經閉止の脅威が、じわり／＼と、幽靈のやうに迫つて來る。あなた方は、月經がいくら不順になりはじめはしないか。周囲の男性たちに

が、あなた方より若い女性に引きつけられはじめはしないか。あなた方はすっかり絶望して、戀愛も愛情もない、沙漠のやうな人生を生きようとしてはゐないか。人生の一切を美と性的魅力のみだと考へてゐた「時」があなた方の生き甲斐を根こそぎ奪ひ去つてしまつて、寄る年波に生きる力をすっかり失はふとしてはゐないか。今までは無關心だつた若い人々に嫉妬を感じ、陰險にも彼等の邪魔をしようとしてはゐないか。相當の収入があつて、將來の生活を保證してくれさうな老いぼれた鰥夫に向つて、いまはしくも最後の誘惑を試みようとしてはゐないか。

いま、あなた方は自分の生き方が間違つてゐはしないかと、十分よく反省して見なければならぬ。そして、若しも今後の生涯を明朗な、幸福なものにしたいと思ふならば、單なる顔や姿の上の美しさよりも、もつと永遠的な何ものかを、心の中に育てるやうにしなければならぬ。

## 家庭の悲劇

中年女性の第三の問題は、家庭の儀式といふことを人生の唯一最大の仕事だと考へてゐる、律義一方の人々についてのそれである。あなた方は、昔は大變律義な、善良な娘だつた。その後結婚し、夫婦愛し合ひ、可愛い子供を産んだ。あなた方は子供のためにはあらゆるものを犠牲にして、まるで奴隸のやうにつくした。子供たちはあなた方にとっては寶玉で、あなた方はそれを世間に對して誇らかに見せびらかし、家庭と子供とがあなた方の生活の一切であつた。

しかし、時代はすっかり變つてしまつた。あなた方の息子は、既にあなた方の手を離れ、遠く離れた町に住んで、その妻や子供に夢中になつてゐる。あなた方が、母としてのやさしい心遣ひから息子の家を訪ね、その妻の仕事を手傳はふとすると、息子は却つて厄介もの扱ひにする。あなた方は、息子の家でさへあまり歓迎してくれないことを知つて、堪え難い淋





しさに襲はれる。またあなた方の娘は、まるであなた方を相手にしてくれず、自分のことをモダンだと自惚れて、会社へつとめて自由戀愛をし、法律的に認められない性的關係をつとけてゐる。末つ子の息子は丁度十八になつたが、あなた方にはその息子の世界が全然わからない。晩御飯の時などに、あなた方の前でまくし立てる過激な、空想的な意見は、たゞあなた方を驚かさばかりである。またあなた方の良人も、このせち辛い世の中に生き抜くために、朝から晩まで仕事に追ひ立てられ、息子や娘たちと同じやうに、あなた方のことは全然顧みてくれない。かうして、あなた方は幾夜となく寢床の中ですゝり泣き、枕を濡らすことかわからない。たゞ一人、明けても暮れても一家のことを心配しつゞけ、しまひにはひどい神經衰弱になつて、家庭の中を一層陰惨なものにしてしまふ。

あなた方は、あなた方の熱中する仕事が一つ残されてゐないといふ理由で、憂鬱症にかかつてのらりくらしとしてゐたいのだらうか。若しもあなた方が、中年期以後の人生に何等かの生き甲斐を見出し、これまでの人生はこれからの人生のための準備時代だと考へたいな

ら、あなた方は家庭のことにみに捉はれないで、もつと視野を廣くし、社會的な關心を持つやうにつとめなければならぬ。それがあなた方の生活を明るく、朗らかなものにする唯一の方法である。

### 性的孤獨感

未亡人や、夫婦別れをした女性や、未婚の女性たちは、第四の問題、即ち性的孤獨感と闘はねばならない。しかし、この性的孤獨感と闘はねばならないのは、かうした境遇の人々のみではない。良人に先立たれた女性や、離婚したり別居したりして空闘を守つて来た女性や、もと／＼獨身で通して来た女性たちは勿論のこと、更に愛する良人と共に、何の不自由もなく、満ち足りた生活をしてゐる女性たちでさへも、中年期に達すると、一樣に、夜毎の淋しさをしみ／＼と感じなければならなくなる。やがて青春の情熱の消え失せる時期の近いことを思ふと、ちつとしてはゐられない。

まして、愛する良人のぬない場合には、その淋しさは一層激しく、性的不満からひどい人間嫌ひに陥ることがある。けれども、さうした犠牲になることは、誰しも好むところではない。一人の男性と共に、満ち足りた生活を送ることの出来ないやうな人生は、多くの女性にとつては堪え難いものである。中にはさうした孤獨の生活を平然と送つた女性も、稀には見られる。しかし大部分の女性は、性といふ暗礁にぶつかると、肉體的にも、知識的にも、精神的にも、社会的にも、忽ち難破してしまふ。よく自分の胸に手を當てて考へて御覽なさい。決して愛なしには生きて行けるものではない。四十を過ぎると、誰しもそれを感ずるが、若しそれを感ぜないなら、やがて惨めなオールド・ミスとして、永久に白い墓に自らを葬つてしまはなければならなくなる。

何れにしても、中年期は、たとへ條件がよくても、非常に危険な時期である。まして愛人なしには、殆どすべての女性がはかり知れない危険にさらされてる。中年女性のいろいろの間違ひや、犯罪の数々も、その原因はすべてこゝにあるのだ。

## 職業婦人の悩み

第五の問題は、職業を持つた女性のそれである。商賣も、技術も、藝術も、舞臺生活も、勿論大變立派な仕事には違ひない。さうした職業に従ふ女性は、良人のことについて煩悶したり、不細工な世話女房になつたりする必要はない。全くの獨立獨歩で、社会的に見ると確かに一個の成功者である。

けれども、事務所や舞臺で終日を過して歸宅し、自分の部屋へ入つて、疲れ切つた身體をぐつたりとベッドに横たへ、現在の自分が、一體何のために何をしてゐるかをつくつくと考へて見る時、砂を噛むやうな素然とした空虚さが、心の底から湧き起つて来る。そして、この年になつても子供のなまいふことに思ひ及ぶと、ひたすらに惱ましい、やる瀬ない思ひに耽つて、夜の明けるまで泣き濡れることがある。ある時は、いろ／＼と空想をたくましくして、一年ばかり休暇を取つて外國へ行き、そこで頑強な親切な好ましい男性と交はり、相と

もに性生活をして子供を儲け、その子連れて歸國して、父親なしに自分の手一つで育て、行つたなら、など、あらゆることを考へることさへある。また、公園などで三輪車に乗つて嬉しさうに遊んでゐる五つ六つの子供を、ちつと見つめてゐる自分に氣がついて、ハツと驚くことがある。

女であることを拒んで、その代償として得られた世間的な成功が、果してどれだけだけの價値があるであらうか。中年になつてから、養子でも迎へた方がよいのだらうか。子供の食物を拵へたり、着物を作つたり、一緒に遊んだりする面倒などは願みないで、ぐんぐんとまっしぐらに進んだ方がよいのだらうか。子供がほしいなどいふ考へは、一層忙しく働き、もつと金を儲けて、そして自分の直面してゐる問題から逃避しようとする愚かな人々と共に、愚かな世界一周旅行などをする事によつて、忘れ去つた方がよいのだらうか。世間的な成功不成功は兎に角として、この問題は、あまり遅くならないうちに解決しなければならぬ。いかにお金が出来、名聲が高くなつても、いつまでも一人であることは、女性にとつて決して

幸福なことではない。

## 中年女性の娯樂

第六の問題は社交である。どんな社交的な遊びでも、いつまでも際限もなくやつてゐると、しまひには飽きて来る。始終夜おそくまで遊んだり、芝居で夜更かししたり、夜中に飲食したりすると、やがて健康をそこなつてしまふ。他にもつとよい娯樂がないものだらうか。ゴルフや、旅行や、晝芝居なども、やがては飽きてしまふ。ではアルコール、モルヒネ、ダンス・ホール、賭け事などはどうだらう。これは尙更よくない。ではどんな遊びがよからうか。交際が上手だつたり、遊びがうまかつたりすることよりも、もつと意義のあるものを日常生活に持つて來ることが必要である。どうかすると、退屈といふ悪魔が、あなた方に乗り移らうと隙をねらつてゐる。社交もよいが、その楽しいのは若いうちのことで、形式的な社交などは、それだけでは、中年期の長い間を樂しませてくれはしない。

## 名聲慾に驅られる人々

次には、あまりに高すぎる理想を抱いて、その理想を遂げることの出来なかつた人々の問題である。かういふ女性には、中年期に達すると、疲れ切つて憂鬱になり、怒りつぽくなり、いら／＼するやうになる。そして、何かの問題をめぐつて騒ぎまはつたり、社會の出來事を批評したりするときにだけ、幸福な氣持で居られる。あなた方は、笑ふことを忘れた氣むづかしい人間で、男に對しても女に對しても疑ひ深く、常にあてこすりばかりいつて、自分の思ふやうにならないものは、すべて極端に憎む。あなた方は、自分の威張り散らせるやうな男と結婚したが、世間的に有名になりたがり、周圍のものをさしおいて高い社交界に拔擢されたが、母親の非難や忠告などは蹴飛ばしたがる。やがて、あなた方の顔には、氣むづかしさうな憎しみの皺が、次第に深く刻まれるやうになる。それは野心の變形したもので、あなた方は偏執狂的に、いつも脅迫觀念に襲はれる生活をしなければならぬ。

けれども、若しもあなた方が、名聲慾に驅られてひた向きに進むいら立たしさを取り除いたら、あなた方の現在の地位は、十分に幸福なものではないだらうか。少女時代に抱いた野心などは、眞の幸福のためには、あつさり犠牲にしてもよいのではないだらうか。落ちつきのない、厭世的な人生觀をもつて、中年期の到來を迎へることは、決して楽しいことではない。中年以後の人生を、何かしら生き甲斐のあるものにするためには、鋭い皮肉や名聲慾など以外のものが必要だ。

## ロマンチックな女性の場合

第八の問題は、人生の一切をすべてロマンスの上に置かうとする、多くの女性のためにささげたい。あなた方はあまりに我がまゝすぎはしなかつたらうか。そして、いつもあなた方に忠實につくしてくれた尊敬すべき良人は、いつの間にか他の女性に心を引かれてはゐないだらうか。あなた方はいつも、女王のやうに振舞ふのが當然だとしても、考へてゐるのではな

からうか。しかもその女王が、今や漸く脂肪肥りがはじめ、段々醜くなりはじめはひな  
いだらうか。そして周囲の男たちが、次第に冷淡にならうとしてはひないだらうか。また、  
どんな立派な男でも、とりわけその妻が朝から晩まで我がまゝに振舞ふ場合には、おべつか  
をいつたりちやほやしたりする女性に靡き易い、といふことをよく知つてゐる惻口な女性た  
ちに、あなた方の尊敬すべき良人の魂を奪はれようとしてはひないだらうか。そして、あな  
た方の家庭の主権者としての神聖な権利が、眼の前で侵され、引き裂かれようとして、も早  
どうすることも出来なくならうとしてはひないだらうか。

ロマンスはも早なくなつてしまつた。さてその次に来るものは何であらうか。四十を越し  
てからのあなた方の生活を、最も惨めなものにする唯一のものがあるとするれば、それは實  
に、世間があなた方を愛し、尊敬し、感謝し、ちやほやするのは當然だといふやうな、ロマ  
ンチックな考へ方である。あなた方は二十時代には、單にあなた方が美しかつたとか、両親  
が立派な人だつたとかいふだけの理由から、何の努力もせず世間から尊敬されたかも知れ

ない。けれども、四十にもなると、も早顔の美しさなどは問題ではなくなり、もつと本質的  
に價値のある何ものかで、世間の尊敬を博するやうに心がけねばならない。

### 新しい信念の樹立

第九の問題は、両親から承けついで信仰や、學校で教はつた迷信をそのまま鵜呑みにして、  
何の疑ひもなく、信じ切つて育つて來た女性の場合のそれである。あなた方は三十年、四十  
年の長い年月を眞直な信仰に生き、學校の教科書が教へた昔ながらの迷信や儀式を忠實に  
守ることが、幸福と成功をもたらす唯一の鍵だと信じて生きて來た。そして、あなた方はあ  
らゆる迷信や儀式に嚴重に服従したが、それにも拘らず、豫約された幸福も成功も、決して  
現はれはしなかつた。結局、最も幸福な女性とは、あらゆる儀式や迷信を破壊した女性であ  
るかのやうに見える。昔のまゝの宗教的な、觀念的な制裁などいふものは、今ではもう何  
の力もない。

あなた方は、今や生涯の中で最も重大な危機に臨んでゐる。あなた方は今まで、まるで聖人のやうな生活を送つて来たが、あなた方が結婚したいと思つた男は、母親の忠告を振り棄てた華やかなハイカラ女や、魅惑的なおてんば娘と、さつさと結婚してしまつたではないか。學校の教科書の教へるところはすべて嘘であつた。ではどうすればよいか。教科書を憎悪し、反逆すればよいのだらうか。だが、それはもう遅すぎる。では今までの倍も聖人らしい生活をし、倍も教科書の迷信に従へばよからうか。しかし、その迷信が實に何の意味もない、空つぽなものであることは、あなた方既に御承知である。もつと従順になり、もつと謙遜になり、もつと聖人らしくなればよいのだらうか。

否！ 今からでもおそくはない。目を醒ますことである。中年期になると、あなた方は胸に手をおいて、十分に魂の中を探す餘猶があり、また、あらゆる價値を再評價して見る餘猶がある。この時代に、あなた方の人生の午後を安全に守護してくれる新しい信念、新しい道徳觀を樹立しなければならぬ。

## 不幸に際會した場合

一番氣の毒なのは、中年期に入つて悲惨事に直面し、心に深い痛手を受けた場合の女性である。あなた方がありつたけの愛情をさへげ、精神的にも道德的にもすつかり傾倒し、何よりの頼りにしてゐた親であるとか、戀人であるところの良人であるとか、子供であるとか、親友であるとか、さういつた人々を失つた時は、感じ易い女性にとつては確かに重大な危機である。かういふ際に、あなた方はどうすればよからうか。絶望か、悲嘆か、神經衰弱か、憂鬱か、それとも自殺か。徒らに涙にくれて、不可抗的な事情の起つて来るまで待つてゐてはいけない。それは、あなた方の幸福への闘ひにおける明らかな敗北である。だがしかし、その敗北は十分に避けることが出来る。亡くなつた人に對する愛着は、まだ消え去らないとはいへ、あなた方が精神的に非常に危険な状態に陥る前に、一刻も早く、あなた方の感情の視野をもつと廣くし、もつと明るくするやうに、積極的に努力しなければならぬ。

## 貧乏であることの喜び

次には、權勢と名譽の中に育ち、後にそれを失つた人々に關する問題である。信頼することの出来る、強力なものだと信じられてゐるものが、實は何の力にもならない今日の世の中では、あらゆる價値を再評價して見なければならぬ。金力、權力、名譽、これらはあらゆる虚榮の中でも、最もはかない虚榮である。こんなものを失つたからとて、決して悲觀してはならない。さもなければ、自己の尊嚴といふものが臺なしになつてしまふ。

では、どうすればよからうか。あなた方の父が莫大な収入のあつた間は、あなた方はひどく自信があり、傲慢で、横柄であつた。けれども今では、あなた方は月收僅かに二十ポンドしかないが、それでも笑つて生きて行けるか。女中も、自家用車も、寶石も、劇場の棧敷も、高價な香水も、新流行の着物もなくても、それでも笑つて暮して行けるか。現在あなた方の持つてゐるものが、すっかりなくなつてしまつたとしても、それでも平氣で暮して行けるか。

心の用意はしてゐるか。財産のことを心配して日を過すのは、それこそ馬鹿の骨頂である。金があれば、教育のために使ふことだ。中年期の最もよい金使ひは、自分の興味を廣くしたり、感情の新鮮さや弾力性を保つたり、更に社會のため、隣人のために奉仕したりすることに、私財を投ずることである。金庫の番人になつて年をとることは、金庫がないからといつて悲しむことゝ同様に、世の中で一番馬鹿げたことである。

## 「時」には勝てない

中年女性の直面する、最後の重大な問題は、時間が常にあり餘るといふことで、この惱みは年と共に次第に大きくなつて来る。あなた方は退屈して困りはしないか。今まで異常な慾望を以て追求して来たあらゆる快樂は、も早あなた方の疲勞した神經を刺戟しなくなつたのだらうか。あなた方は良人もあり、子供もあつて、今までは「時」といふものを支配して、退屈などは少しも感じなかつたが、今では反對に、その「時」によつて苦しめられようとし

てゐる。何故なら、今度は「時」があなた方を支配し、あなた方を退屈させようとしてゐるからである。

現代では、退屈といふことは、それに對して何の準備もしてゐない人々にとつては、最も痛切な問題である。若しもあなたが飢えに苦しみ、住むべき家がなければ、國家は貧弱ながら住み家を興へ、ベッドを興へ、パンの屑を興へてくれる。けれども、退屈といふ問題を解決するには、あなた方自身の手を煩はさねばならない。あなた方には、永久に時を支配して、退屈しないで暮して行ける自信があるだらうか。この最大の敵である時を征服する、最も有力な武器の一つは、よき趣味を持つといふことである。たとへどんなことが身にふりかからうとも、よき趣味や得意な仕事を持つてゐる女性は、それを重荷と感じてへこたれたりはしない。楽しく暮して行くといふ技術こそは、中年期に學ばねばならない重大なことからである。

さて、あなた方はこれから敵の状態をよく調べて見る必要がある。それについては、これ

から章を改めて詳しく述べることにしよう。私はそれらの敵にどういふ風に直面し、どういふ風に征服すればよいかを、これから説明して行くつもりである。便宜上、結婚生活の倦怠期や、夫婦間のいざこざや、中年期の悩みなどを巧みに征服した女性の、特異な實例を數多く紹介するつもりであるが、あなた方はそれらの實例の中に、あなた方自身の直面してゐる問題を、必ずや發見されるに違ひない。そして、あなた方が、夫婦生活のあらゆる問題や、中年期のあらゆる悩みを解決し、大いに若返つて、完全な幸福な夫婦生活を営み、平和な明朗な人生を送られることを、私は心の底から希望して止まない。



月經の生理と若返りの科學

## 性的魅力の利用

すべての女性は、四十の聲を聞くと共に、今までよりは遙かに、自分の肉體について心配しはじめる。どんなに解放された實際的な女性でも、どんなに激しい労働に従つてゐる女性でも、どんなに完全無缺な圓滿な夫婦生活をしてゐる女性でも、四十の聲を聞くと共に、今までの若々しい弾力性や潑刺さが、も早自分を見棄てようとしてゐるのではあるまいかと考へ、一人わびしく思ひ悩む。そして、今までよりも足繁く、美容院へ通ひはじめる。鏡をのぞく度数が、急にふえて来る。コルセットやガードルに、今までよりも澤山の金を使ふ。醫者の門をしぼく叩くやうになる。そして、意識してゐるとゐないとに拘らず、朝から晩まで、月經閉止期の近づいたことについて、味氣なくも悶え悲しむのである。

中年期の女性は、心の底に堪え難い恐怖心と救ひ難い迷信を抱いて、夜となく晝となく、この月經閉止といふ重大問題に思ひ悩んでゐるのであるが、若しも本書が、さうした恐怖心

や迷信を、少しでも晴らすことに役立つなら、私の目的は十分に達せられるのだ。現代の男性家長制の文明は、男性の理想、男性の道徳の上に樹てられてゐるのだから、そこでは、女性はどうなによい條件の下にあつても、一日も安心しては居られない。女性は、いつも男性のために都合のよいやうに作られた世界で、男性と張り合つて行かねばならない。悪く行くと、世界で一番酬はれない雑役婦や、奴隷の地位にまで落される。それ故、大抵の女性は、持つて生れたその性的魅力を發動させて、男性から強ひられた不合理な弱者の地位から、何とかして逃れようとする。そして、非常に強い性的魅力を持つた女性、「イット」を持つた女性のみが、男性が女性の生涯の上に加へた経済的、若しくは社会的の制限を、高らかに嘲笑することが出来るのだ。

家庭の女性の場合と同じやうに、職業戦線においても、職業婦人は、事務所の無味乾燥な仕事の中に女性獨特の柔和さを注入することによつて、合理的に身の安全をはかり、昇進の機会をつかむことが出来る。現代の事務所の單調な、鋼鐵のやうに堅い雰囲気の中へ、女性

らしいやはらかさを注入し、それによつて我が身の利益をはかるといふことは、決して女性の耻辱ではない。ライオネル・ブリトンは、その小説「飢えと戀愛」の中で、男性が社交や家庭から離れて、無味乾燥な砂漠のやうな事務所で過す八時間に、婦人社員から注入させる女性らしい色彩や美的効果に對しては、意識するとしなないと拘らず、非常に感謝しなければならぬ、といふことを指摘してゐる。よき職業婦人であるためには、かうした考へを棄て、仕事本位に行動して、女性らしさを棄てなければならぬなどいふ誤つた考へから、中性的な人間になつてしまつて、女性としての特殊な地位を利用することを怠る女性は、事務所の生活の實際を知らないものである。

事務所でも、社交場におけると同じやうに、または家庭におけると同じやうに、成功しやうと望む職業婦人は、その女性としての優美さを十分に利用して、自分自身の利益をはかると同時に、また、男性の同僚を楽しませるやうに努めなければならない。

紅や白粉や、よく似合ふ着物や、魅惑的な香水などで、彼女は優秀な男社員を引きつけ、

自分の前にひさまづかせる。このごまかしに乗つた甘い男たちは、この行爲を「騎士道」と呼んでゐる。言葉をかへていふと、今日の賢い女性は、職業上の男一匹の優越性を無力にしてしまふ唯一つの武器、つまり性的魅力の利用にかけて、非常な天才なのである。女性のかうした點を認めない男、つまり極端な男尊女卑の思想を持つた男は、よく言つても、出来損なひの動物に過ぎない。現代の女性は、自分の性的魅力を注意深く利用することによつて、法律的にはたとへ男性よりも劣つてゐるとしても、實際的には男女の平等を立派に實現することが出来る。ところで、どんな技巧を用ゐて男性を惱殺するかといふ問題だが、それについては、章を追つて、詳しく述べて行くことにしよう。

あなた方の中には、かういふ方面では、遂に成功することが出来なかつた方が少くないことと思ふ。かういふ女性は、男性のいふことに瞞されてゐたのに違ひない。三十年もの長い間、男性が實際に優つて居り、女性が實際に劣つてゐると信じて來たのに違ひない。かういふ女性は、蓮の花のやうに内氣に振舞ひ、戀愛や性的愛撫の無上の恍惚境を味はひ、理解す

ることが、一度も出来なかつたに違ひない。これが所謂不感症で、それには生理的原因から來るものと、精神的原因から來るものがあるが、何れにしろ、程度の差はあつても、その患者の数は驚くほど多い。この問題は、男性を引きつけるだけの美しさに恵まれ、性的に完全な満足感を味はつて來た女性にとつても、また、肉體的にも精神的にも全くの處女で、性の問題を理解するのに困難を感じるやうな若い女性にとつても、同じやうに重大である。

### 性生活と月經閉止

大體、四十歳から五十五歳の間に、すべての女性は月經閉止、即ち「人生の轉換期」といはれる、生理的及び心理的の非常に重大な變化を體驗する。ある女性には、特に獨身で通して空閒をまもつた女性や、完全な性生活を繼續しなかつた女性には、月經閉止期は比較的早くやつて來るし、またある女性には、殊に生涯完全な性生活を繼續した女性や、大勢の子供を産んだ女性には、その時期が晩くやつて來る。けれども、晩かれ早かれ、女性はすべて一樣

に、この時期を経験せねばならない。

あなた方は、月経が閉止するといふことは、直ちに性生活が出来なくなるといふことを意味するばかりではなく、更に性慾そのものが枯渇して、性的満足が味はへなくなつてしまふことを意味するものだと考へ、日夜心の中でこの問題に思ひ悩み、悶々とした不安な生活を送つてゐるに違ひない。事實、殆どすべての女性が、月経閉止後は生理的にも精神的にも一種の老齡期に入つて、も早どうしても恢復することが出来ないものと信じ切つてゐる。三十年代の非常に多忙な時代には、月経閉止の問題などは、恐らく殆ど氣には止めなかつたであらうが、四十前後になつて、あり餘る時間をもて餘すやうになり、しかも月経閉止の危機が間近に迫つて來ると、誰でも非常に狼狽しはじめ、悩みはじめるに相違ない。

先づ實際を見ることにしよう。

事實は決してさうではないのだ。この「人生の轉換期」は數ヶ月乃至一年、若しくは數年の間に亘つて起る變化で、その間に女性の性機能は根本的なある變化を起す。子宮や卵巢が

段々小さくなる。甲状腺はある變化を起して、ひどく不活潑になる。その結果、身體全體の腺のバランスがすつかり狂つてしまひ、従つて生理的にも、心理的にも、感情的にも、相次いで種々の變化が起る。生活のテンポが次第におそくなり、身體、特に臀部に肉がつき、月経は次第に少量になつて、遂には完全に停つてしまひ「のぼせ性」などいられるある變化と共に、汗をかいたり、赤面したりし易くなる。心理的には、眼に見えていらゝするやうになり、疲れ易くなり、無闇に怒りつづくなり、内省的になり、悲觀的になり、また時には氣を配つたり、ものを憶えたり、一つ事に考へを集中したりする能力が著しく減退する。また感情的には、極端な性的情熱から極端な性的無感覺へ、不平や愚痴から完全な無念無想へと、全面的な變化を見せはじめると。

かう述べて來ると、いかにも悲觀的に聞えるかも知れないが、事實は決してさうではない。何故なら、さうした悪い變化の十分の九までは、明らかに心理的なものであり、残りの十分の一も、生理的な必然ではあるけれども、婦人科醫學と内分泌學の發達したお蔭で、今日では

別に心配する必要がないからである。私は敢然としてかういひたい、即ち「理性と自覚を以て月経閉止期を迎へる女性、必要な時には現代の醫學の恩恵を利用する女性」は、この時期について何の恐怖をも感ずる必要がなく、精神的、生理的、感情的な不快感などは殆ど感ずることなしに、清澄明朗な氣持で、この危機を突破することが出来る」と。月経閉止の恐怖に悩まされたのは、あなた方の母や祖母たちの時代の昔で、今日では、如何なる女性でも、優秀な婦人科醫を利用しさえすれば、さうした悩みに再び悩まされる心配は全然ない。またのぼせたり、憂鬱症に陥つたりする理由も全然ない。衰へてしまつた卵巢のホルモンや粘液分泌のホルモンは、新しい純粹のホルモンを適度に注射することによつて、人工的に血液の中に貯へることが出来る。かうして、最近の婦人科醫學や内分泌學について、十分な知識のある醫者は、月経閉止の恐怖を、永久に驅逐することが出来るやうになつた。生理的な満足感に絶對的に必要な内分泌のバランスは、今日ではも早注射器一本の問題である。

## 月経閉止後の性生活

月経閉止に伴ふ苦痛の大部分は、全く心理的なものであるが、それについて少し詳しく述べて見よう。月経が完全に閉止してからは、妊娠したり出産したりすることが出来なくなるのは勿論だが、しかしながら、月経の閉止中や閉止後に、今までと同じやうに性生活を楽しむんではいけないといふ理由は、どこにもない。今日までは、月経閉止は妊娠の停止を意味するばかりではなく、同時に、性的快感及び性的興味の停止をも意味するものと、廣く一般に考へられて來た。けれども、その間違ひであることは事實が證明する。月経閉止後も實際的な性生活を希望し、必要とする女性は、閉止前と全く同じ程度に、性行爲に満足することが出来るのだ。この事實はいくら誇張しても、誇張しすぎるといふことはない。何故なら、月経閉止は生殖作用の停止を意味するばかりでなく、あらゆる女らしさに一轉機をもたらす前兆だ、といふ心理的な恐怖心こそ、女性の轉換期に起るあらゆる神經衰弱や憂鬱症の、根

本的な原因となつてゐるからである。

結婚生活において、活潑な満足な性生活を経験した女性は、月経が閉止してしまつてから、その性行為に生理的にも心理的にも何の變化も起らず、従つてその満足感が少しも減退しないのに氣がつくであらう。それどころか、今まで常に妊娠はしないかと心配してゐた女性は、月経閉止と共にその心配が解消するので、却つとホツと安心する。そして、月経閉止後は性行為に何の興味もなくなり、男性に對して何の魅力も感じなくなるなどといふやうな、誤つた考へ方によつて瞞されなければなら、月経閉止後の性生活は、今までよりも却つて遙かに楽しいものになる。性的感興といふものは、若さとか體格とかに支配されるものでは決してなく、心理的な用意と共感の問題である。正常な性生活を送つて來た女性、即ち結婚して子供の母となつた女性は、若い頃に活潑な性生活をしながら、愛情や勞力を投資したお蔭で、月経閉止後になつて漸くその配當を受け取ることが出来るのだが、かうした事實を知つてゐるさへすれば、月経閉止に對して何の恐れるところもない筈である。また、一生獨身で通して、

性を否定して來た女性にとつても、月経閉止は、人生の無情な終局を豫告するものではない。成るほど、子供を産む権利は既に失つてしまつたが、しかし、まだ愛し愛される権利は失つてゐない。

もう一步議論を進めやう。月経閉止は女性の妊娠停止を示す自然の過程で、普通四十歳から五十五歳までの間に現はれる。それは内分泌腺の變化の結果で、従つてその時期の女性は、しばしば不快な憂鬱な生理的變化に悩まされる。それはしかしながら、今日では、若い動物の雌から抽出したホルモンの注射によつて、簡単に征服することが出来る。優れた婦人科醫は、このホルモン注射を施して、月経閉止期の不快感を綺麗に取り除いてくれる。かくて、月経閉止期の恐怖は、も早全然存在しなくなつた。醫學がそれを征服したのだ。それ故、現代の女性は、月経閉止期の來るのを恐れる理由が、も早一つもなくなつてしまつた。

昔の女性は、分娩の際にしばしば命を失つたものだが、その後醫學が長足の進歩をしたので、今日では妊婦は産科病院に入院して、出産の希望と歡喜にひとりつゝ、しかも最小限度

の苦痛と危険を忍ぶだけで、易々と分娩の大任を果すことが出来るやうになつた。同様に、産褥傳染病や瘡瘍、尙俵、その他多くの不快な肉體上の缺陷も、すべて「神の御業」であつた。けれども、醫學の進歩と共に、さうした迷信は姿を消してしまつた。この種の迷信の中でも最も執念深く存在したのは、月經閉止期ののぼせやいら立たしさもまた「神の御業」であるといふ迷信で、あらゆる女性がこの苦痛を経験せねばならないのだといふことが、極く最近まで眞面目に信じられてゐた。けれども、内分泌學の研究が異常な發達を遂げたため、かうした迷信は、幸にも完全に解消されてしまつた。

月經閉止期の種々の苦痛は、生理的原因から來るものよりも、心理的原因から來るものゝ方が多いが、しかしそれが何れの原因から來たものであらうとも、巧みに征服し、追ひ散らしてしまふことが出来る。精神衛生學は、婦人科醫學が月經閉止期の女性の苦惱を解決したと同じやうに、その時期の女性を迷信の悪魔から救つてくれた。

最近一人の婦人が、發作的に泣けてきたり、ひどい憂鬱に陥つたり、深い絶望の淵に突き

落されたりするといつて、私のところへ相談に來た。彼女は朝眼を醒ますや否や、毎日のやうに絶望と悲嘆の底に沈んでしまふ。そして終日寢床の中で過ごすことが多く、人生は彼女にとつて何の意味も、何の魅力もないものになつてしまつた。食べ物も飲み物も、衣裳も社交も、も早彼女には何の興味もなくなつてしまつた。身體は衰へ、顔は醜くなり、お化粧などは全く顧みなくなつて、若い頃から缺點のない生活を送つて、悪いことなど一度もしたことがないにも拘らず、無数の罪を犯したといつては、自分自身を責めさいなんである。また、自分は生きてゐる價値のない人間だといつて、始終泣きごとを並べ立て、自殺したいと口癖のやうにいひ、寢床から離れられる日には、あちらこちらへ出歩いて、家族の者から全く見棄てられ、のけものにされたやうな様子をして、他人の同情を強要してまはるのだつた。

この場合、問題はどこにあるのであらうか。彼女は丁度月經閉止期に入らうとしてゐて、しかも、人間としての價値は月經の閉止と共に終るものだと、堅く信じてゐたのであつた。彼女の母親は、この時期に矢張りひどい憂鬱症にかゝり、祖母も亦この時期にサナトリアムへ



移された。かういふ前例を知つてゐる彼女は、自分も亦一年以内には、人間として生きて行く價值がなくなり、全くの癡人になつてしまふものと豫感してゐたのだ。彼女のかうした状態は、少女時代から教へ込まれた悪魔の迷信の、極めて自然な、論理的な結果に他ならない。この患者はその後どうなつたであらうか。彼女の月経閉止期の生理的な症状は、優秀な婦人科醫の助力を得て、最少限度に縮められた。そしてその後は、マッサージ師や、美容師や、仕立屋や、ダンスの教師の家へ出入するやうになつて、活潑に暮らすやうになつた。私は精神病學者として、彼女の間違つた考への原因を説明し、その結果がどんな危険を伴ふかをよく説いて、彼女の人生に對する態度を、見事に變へさせることに成功した。ほんの暫くの間話し合つただけで、彼女の恐怖はすつかり和らいでしまつた。そして、まだ性生活をつゞけ、意義ある幸福な生活を送ることが出来るといふことを悟るや否や、またサナトリウムへ行く必要のないことを悟るや否や、俄然彼女の態度は一變した。そして、少しづつもとの生活の習慣に立ち返り、次第に元氣を増して、社會的に眼を開くやうになつた。今では、彼女の屬

する社會で最も重要な、幸福な一人として生き、以前にあんなに月経閉止を恐れたことを時時思ひ出して、悪夢であつたといつてゐる。彼女は、婦人科醫と精神病學者とによつて、月経閉止期の迷ひから救はれ、晴々とした輝かしい生活を與へられた、ほんの一例に過ぎない。勿論、それ／＼の場合によつていろいろ條件も違ふから、一概にいふことは出来ないけれども、次に、月経閉止期に處する四つの根本的な法則を列記しよう。但し、この法則は、既に月経が閉止してしまつてからでなく、その前から十分よく守つてもらひたい。

一、月経閉止は病氣ではなく、自然的な過程であつて、そのために起る變化は、たとへば妊娠しなくなるといふ點だけで、性的慾望とか性行爲に對する満足感とかは、全然何の變化も受けない。

二、女性の社會的價值は、子を産むといふことのみにあるのではなく、月経閉止後といへども、人間としての價值はいさゝかも變らない。従つて、單に妊娠することが出来なくなつたといふだけの理由で、人生を享樂することを止める必要は少しもない。

三、常に多忙であることが必要だ。月経閉止期に起る種々の悪い問題の大部分は、時間が  
あり餘つて、くよくよしすぎる結果である。

四、月経閉止は、避け難い自然の現象だから、何の怖れるところもなく、否、むしろ感謝  
の念を以てそれに處することが必要だ。月経閉止の兆候に對しては、徒らに怖れたり騒い  
だりしないで、この機會を利用して將來の活動のプランを作り、新たな興味の對象や、責  
任ある仕事を見出すことが必要で、若しさうするならば、その後の人生は楽しく、朗らか  
なものとなるであらう。

### 若さを保つ科學

女性の中年期は、活動のテンポがゆるみ、身體の組織がゆるむ時である。この重大な時期  
に、自分の身體を等閑にする女性は、たとひどんなに恐怖と苦痛と絶望の眞只中に取り殘さ  
れたとしても、不平をいふわけにはいかない。いくら年を取つたからといつても、年を取り

すぎたために、肉體や精神に注意を拂ふ必要がないといふことはない。中年期の女性には、  
若く見せ、若く振舞はふとする無駄な試みに、あらゆる努力と時間とを空費する、まことに  
嘆かましい習慣がある。實際、若さと美しさとは非常に緊密な關係を持つてゐるが、しかし、  
中年期と美しさもまた、決して縁遠いものではないのだ。年齢にふさはしく振舞ひ、心理的  
な明朗さといふ美しさを享樂してゐる中年の女性は、少女時代のあの輝かしい美しさを、林  
檜色の兩頬に一ばいに表はしてゐる娘と同じやうに美しい。美しさと若さは、相對的な概  
念である。自分自身を欺き、友達をも欺いて、實際よりは二十も若く見せかけようとつとめ  
る未亡人は、その涙ぐましい努力にも拘らず、殆ど何の効果もあげることが出来ない。これ  
を心理的に見ると、「時」といふ執念深い敵に征服された恥づべき失敗を、より一層恥づべき  
ものにするために、用意してゐるやうなものである。

およそ、五十に手の届く女性が、まだ十五歳であるかのやうに振舞ふことほど、この世で  
醜いものはない。世の中には、五十でありながら、十五のやうな若さを保つてゐる女性があ

るが、それは、自分の年齢を認めての上での若さである。彼女たちは、いつも緊張した生活をつづけ、五十になつても、尙ほ且つ前途に希望を持つて、進歩的な生活態度を採つてゐるから、いつまでも若いのである。回顧的な退歩的な生活は、人に早く年を取らせ、進歩的な前途に希望を持った生活は、いつまでも若さを保たせる。美しさを保つ最善の方法は、美しい行動をすることである。心の持ち方に注意せよ！ さうすれば、白毛は容易に生えるものではない。

三十五歳前後の女性は、相當な肉體的の運動をしなければならぬ。相當の運動をしなければ、筋肉の緊張がゆるんで来る。三十五を過ぎると、年に一度は醫者の門を叩いて、健康診断を受け、健康状態に應じて、食べ物や運動の指圖を受けるべきである。迷信的な雑誌記者や、無智な新聞記者などの書いた、食べ物や運動についての指導は、却つて害があるばかりだ。散歩や、ダンスや、ゴルフや、スケートや、乗馬などのやうな運動を、自分の日課にすることが必要だ。そして、テニスとか水泳のやうな過激な運動は不必要で、特別な健康體

を持つた者でない限り、却つて害がある。將來のことを考へねばならぬ。息もつかずにテニスを四セットもやつたことがあるなど、昔のことを思ひ出すことを止めて、先づピンボーンでもやることだ。特に清らかな空気を吸ふことの出来る、戸外の運動を私は女性にすゝめたい。ゴルフなどはその意味で絶好で、肉體の運動になると共に、社交的な喜びをも伴ふ。先づ、健康に十分氣をつけて、生理的な美しさを保つことだ。便通の問題については、特別に注意することが必要で、便秘に苦しみながら餘生を送るなどいふ、馬鹿げたことのないやうに氣をつけねばならない。健康といふことを、迷信的に考へてはいけない。健康は、それだけでも、既に立派な價値であり、美德である。更に、心の持ち方が健康に非常に重要であることは、改めていふまでもないことである。

ある日、三十五歳になる婦人が、餘生を病院で送りたいといつて、私のところへ相談に来た。彼女が何故こんな奇妙な相談に来たかといふと、専門醫から心臓障碍といふ診断を受けて、ひどく悩んでゐたからであつた。彼女は數人の心臓病の専門醫の診断書を持つて来たが、

それを見ると、彼女が二十年間といふもの、自分は心臓が悪いのだと、迷信的に信じてしまつてゐたことがわかつた。その二十年間、彼女は人生といふものは全く詰らないもので、自分は生涯完全な癡人として生きねばならないと、堅く信じてしまつてゐたのであつた。そして今や、自分の財産をすつかりはたいて、今後五ヶ年間病院で暮したいといふのであつた。で、私は次のやうな暗示を興へた。即ち、健康に非常によく注意するなら、まだ三十年は生きられようし、また、あなたが過去二十年間、健康を氣にし、心臓を守るために自ら否定してゐた、人生のあらゆる楽しみに積極的に突き進み、それを十分享受するとしても、まだ六週間は生きられるでせう、と。私のいひたかつたのは、六週間完全な人間としての生活を営むことは、三十年間ちつと動かずに、居据りの生活を営むことと同じ價値がある、といふことであつた。私は更にいつた。あなたが死の宣告を受けたとして、残りの六週間の餘生の間に、人間のあらゆる喜び、全世界のあらゆる感激を、残らず味はつて見たいと思つてゐるかのやうに振舞つて御覽なさい、と。

彼女は私のいふことを聞き、病院へ入るよりはまじだといつて、私の説に賛成し、それから人生に對して肯定的な、忙しい、活潑な生活をはじめのやうになつた。それから五年過ぎた。彼女は今でも大變元氣で、この五年間に、過去五年間になしたよりも遙かに多くのことを成し遂げた。最近私に手紙をくれたが、それにはかう書いてあつた。「私があなたから受けた忠告にどんなに感謝してゐるかは、口や筆では到底いへません。今では何も彼もすつかりよくなつて、心臓があるかどうかさへも忘れてしまつた程です。私は良人にかしづいたり、生れた赤ん坊の世話をするのに大變忙しく、その上、時間を割いて大學の講義を聴講してゐます。人生は大變楽しく、いつまでも生きたいと願つてゐます。」と。

### 氣分を轉換する法

中年婦人にとつては、自尊心を持つといふことが非常に大切で、そのためには、容貌や風采にもつと氣をつけるやうにしなければならぬ。髪や爪にもよく手入れをし、肌や手足、



齒や眼にもよく注意しなければならぬ。また、着物やその他の装身具にも、適度の若々しさと、品位と、趣味を持たせるやうにせねばならない。

かういふ實例がある。ある學者の奥さんが、良人が毎日のやうに研究に没頭してゐるのを見て、これは、自分が段々年を取つて、肉體的な魅力がなくなつたため、良人が自分をうんとはじめたのに違ひないと、一種の嫉妬心を燃やすやうになつた。彼女は、自分の容貌の最大の缺點は鼻であるから、外科手術で鼻の形を直し、強い自尊心をつくつて、もう一度良人の愛情を取り返さうと思つた。そこで、表面は遊びに行くといふことにして、誰にも何も打ち明けずに、一人で旅に出た。そして、近くの町の有名な整形外科醫に相談を持ちかけ、自分の悩みを打ち明けて、もう一度良人の愛を取り戻すことが出来るやうに、手術をしてほしいと頼んだ。この整形外科醫は、同時に精神病學者としても有名だったが、彼は早速うましく手術をして、非常によい結果を得ることが出来た。彼女は肉體的には、大して美しくはならなかつたけれども、手術のお蔭で強い自信が出来、醫者の説明のお蔭で、中年期とはどんなものであるかを十分よく理解して、心理的に大變元氣になり、若返つて、旅から歸つて来た。

歸る前に、彼女はひどく朗らかなになつて、病院の拂ひとして別に取つておいたお金で、新しい着物や装身具を買ひ込み、すつかり無一文になつてしまつた。そこで、良人の研究室へ電話をかけて呼び出し、今までとは打つて變つた、全く別人のやうな朗らかな調子で話しかけ、良人を完全に面くらはせてしまつた。彼女がかくも陽氣になつたのは、手術そのもののお蔭といふよりは、むしろ手術によつて得られた心理的な自尊心のお蔭であつた。彼女にとつて、手術は「氣分の轉換」になつたのであつた。かうして、彼女は今までとは違つた、全く新しい生き方で人生を生きるやうになり、それが良人にも影響して、その生活を明るく豊かにすることが出来たので、二人はその後大變仲よく、お互ひに愛し合ふやうになつた。どんな人でも、時には、元氣をつけるための一種のトリックが必要だ。このトリックのことを、私は「氣分の轉換」といつてゐるが、若い頃には兎に角、三十五を過ぎる頃になると、

あなた方には是非ともこれが必要になつて来る。私自身も、時にはひどく憂鬱になり、悲觀的になることがあるが、そんな時にはすぐに外出して、蓄音機の最新のレコードや、贅澤すぎるやうな繪などを買ふ。これが私の「氣分の轉換」である。では、あなた方の「氣分の轉換」は何だらうか。新しい着物？ 履物？ 手袋？ 御馳走？ お酒？ 芝居？ 勿論、それらは自分の金で買はなければならぬが、さうしたことに金を使ふことは、決して無駄ではない。それは、あなた方がひどく悲觀した時などに、あなた方を樂しませ、慰めてくれる。しかも、どんなに賢い女性でも、どんなに裕福な女性でも、時には必ず憂鬱な、砂を噛むやうな思ひをすることがある。あなた方は、さうした憂鬱を経験しないでは、生きて行くことが出来ないのだ。しかしその代り、それに對する備へをすることは出来る。

### 身だしなみの秘訣

中年期になつて、あなた方の若さと美しさを保つ最善の方法の一つは、適當におめかしす

ることである。中年期になつてひどく悲觀し、不幸のどん底に陥つたといつて、私のところへ相談に来る女性が少くないが、さうした女性の大部分は、下劣な趣味の服装をし、間違つた化粧品を使つてゐるが故に、そんなにも絶望し、そんなにも不幸に陥つてゐるのである。黒や、くすんだ蔦色や、沈んだ鐵色の着物を着て、憂鬱や絶望に悩まされてゐる女性がある。私は、仕立屋が中年女性にくすんだ色の着物を賣ることは、假りに彼女等がそれを買ひたいといつたとしても、大變な罪惡であると主張したい。女性が一切を諦めて、若さとか、美とか、幸福とかのために努力することを止めたとき、彼女は自分自身に對してサポータージュを試み、自身をますく憂鬱の深淵に突き落してしまふ。かういふ婦人は、大抵身だしなみが下手で、着物でも化粧品でも、うまく選擇する能力がない。

あなた方が、心理的に自殺することを望まないなら、だらしないお婆さんにならないやうに氣をつけることだ。神經的な絶望に悩んで、私のところへ相談に来る中年女性に向つて、私はいつも次のやうな規則を示し、嚴格にそれを守らせるやうにしてゐる。即ち、鼠茶だの

黒だの、着物を脱ぎ棄て、もつと派手な色もの、着物を着、若々しい装身具をつけ、髪を新しく手入れして、爪を磨き、顔をマッサージし、紅や白粉や香水を程よく使ふといふ規則である。

さて、もう一步議論を進めよう。若しもあなた方が、この私の示した規則に従ふ氣があるなら、あなた方の心理的な煩悶の大部分は、容易に豫防することが出来る。人間といふものは、機倣性や適應性が非常に強いものだといふことを、一刻も忘れてはならない。若しもあなた方が、生ける屍の假面を被つてゐるならば、あなた方自身の氣分がすぐに生ける屍になつてしまひ、世間の人々も亦、その假面を見てあなた方の値踏みをし、既に墓穴へ片足を突つ込んだ人間として取り扱ふ。それ故、常に生き／＼した様子をしてゐなければならぬ。服装などには出来るだけ澤山の金を使ひ、外觀に出来るだけ關心を持たなければならぬ。けれども、それを人生のすべてであると思つたり、人生の目的であると思つたりしてはならない。服装そのものは、中年期の正しい生き方の代用物となるのではなく、正しく生きるた

めの助けになるのだ。

次に、年齢を露骨に示さないやうにすることが必要だ。體格のよい人は、線の太い、よく整つた、すつきりした服装をし、あまり凝つた服装や風變りな服装は避けた方がよい。一番上手な服装は、萬人が賞讃するやうな立派な着物を着ることではなく、あまり服装が上手で、一分の隙もないために、萬人がその人柄のゆかしさに打たれるといつたやうな服装で、決して着物そのものではないのだ。けば／＼しい色を避け、特にあまり小娘のやうな服装を避けることだ。自分自身を瞞すことは出来ても、人を瞞すことは出来ないもので、あまりふざけた小娘のやうなものを買ふと、女賣子は蔭で嘲笑する。年齢をかくすことは大變よいが、常に人柄のゆかしさを示すに足るやうな服装をするやうに、特に注意することが必要である。

序でに香水について一言しよう。大抵の女性は、香水が男性を性的に刺戟するものだといふことを、よく知つてゐる。生理的な魅力が衰へるに従つて、彼女等はあくどい麝香のやうな香水を使つて、男性の注意を引かうとははじめる。彼女等は、自分の衰へゆく自惚れに對

して、かうした香水の力を借りて、人目をごまかし、男の心を引きつけることが出来ると思つてゐるのだ。けれども、これは間違つた心理學である。香水といふものは、その人の心の明朗さを物語るものでなければならぬ。あまりにあくどい香水は、特に中年婦人の場合には、全く醜態である。香水は、全體の効果を引き立たせるだけの目的で使ふべきであつて、低劣な男性の、昂ぶつた感覺に刺戟を強制するために、使つたりしてはならない。

### 痩せるための食養法

女性は、中年期に入ると、若い頃のやうな激しい運動は、やめるやうにしなければならぬ。けれども、家庭を切りまはしたり、子供を育てたり、仕事で走りまはつたり、良人を樂ませたりするために、適度の運動や適度の休息が得られない場合がある。家庭の骨折仕事にすつかり疲れてしまつて、も早ダンスとか、散歩とか、その他のスポーツに興味を感じなくなるかも知れない。そしてその結果、昔盛に運動した頃のあの堅い筋肉はゆるみ、次第に

脂肪が増して、ぶく／＼と肥りはじめ、十七歳の頃のすつきりした輪廓は、三十七若しくは四十七にもなると、も早すつかり見られなくなる。

更にこの時期になると、肉體に活力を興へ、組織の増進と破壊の割合を決定する原動力である甲状腺が、漸く休止状態に入りはじめる。この甲状腺は、脳下垂體や卵巣と密接な關係があつて、常にそれに影響を及ぼし、それが休止状態に入ると、身體が次第に肥つて来る。また、坐つてばかりゐる生活や運動不足なども、同じやうに肥る原因となる。甲状腺の機能が停止すると、身體全體がぶく／＼と肥つて来るが、脳下垂體の機能が弱ると、顔と手足を残して、胴體に一ばい肉がつく。また、肥滿の原因が卵巣にある場合には、身體全體が一様に肥つて来る。

けれども、中年期の女性は、メイ・ウエストの親切な實例にも拘らず、青春期の若い女性たちと競争せねばならない。さうした若い人々の間で、人氣を保つて行かうとするなら、先づ痩せることが必要で、それがためには、極度に食べ物に氣をつけなければならない。彼女



等は、女性美と食欲との間に板ばさみになり、満腹の喜びと満腹した後悔との間にさまよつてゐるのだ。

中年期の女性は大變瞞され易いもので、彼女たちのすゝめられる食べ物、大抵無益な、無意味なものである。生れつき肥つた婦人があるが、かういふ婦人はいくら少食しても、なか／＼痩せない。また反對に、いかに大食しても、依然として痩せてゐる女性もある。いかに少食しても痩せない人は、内分泌腺に缺點があるのだ。しかも、これらのいろ／＼な女性に、一様に同じ食べ物をすゝめることは、明らかに氣狂ひ沙汰である。

若しも肥り過ぎてゐると思ふなら、すぐに醫者へ行つて、一般の健康状態、特に代謝作用を十分に調べてもらふことだ。そして、食べ物について詳しい指揮を仰ぎ、友人たちが何と忠告しようとも、絶対にその指揮に従ふことだ。中年期を幸福に過すためには、四十前後になつて、身體の恰好が中年女性らしくなつても、それは當然のことだから、決して恥かしいなどと思つてはいけない。若し注射が必要なら、専門醫にやつてもらふことだ。家傳の賣藥

とか、廣告に出てゐる痩せる方法とか、その他の所謂痩せる藥などには、十分警戒しなければならぬ。若しそんなものに金を出すとすれば、それはまるで溝へ棄てるやうなものだ。

けれども、さうしたインチキ藥や秘法が堂々と存在してゐるのは、無智な中年女性が、小娘のやうに若返らうとして、詰らぬものに莫大な金を棄てるからのもので、それははいはゞ、中年女性の無智を暴露するものである。今まで完全に幸福な、立派な生活を送つて來た女性が、中年期になつてから、さうしたインチキ藥の助けを借りて、生理的に安全の限度を越えて瘦せ、肉が落ちてしまつたばかりではなく、同時に抵抗力を失ひ、正氣をさへ失つて、今日精神病院で苦しんでゐるといふやうな、悲惨極まる實例が少くない。

中年期には、エネルギーに對する要求が減少するから、消化し切れないほどの食べ物、腹一ぱいに詰め込むといふことは、全く馬鹿げたことである。これが、常識的な食養法の一般的法則だ。中年女性は、程よい程度に少食すべきである。満腹しないうちに、食卓を離れる習慣をつけることだ。少食をして、その間に時々お茶を飲むといふことは、腹を空らせて

大食することよりもよい。なるべく水を澤山飲み、新しい野菜や果物を常用して、肉類は一日に一度食べればよい。ひかへ目に食べる普通の食事が、中年婦人には一番よい食べ物である。特別に少食するのは、醫者に注意された時だけでよい。

### 女性ヒステリー

中年女性にあり勝ちの、神経衰弱について一言しよう。多くの女性は、中年期に達すると、世間から見棄てられたやうな気がする。ゲームもうまく出来なくなり、競争には勝つ自信を失つてしまひ、すつかり狼狽してしまふ。この狼狽は何かといふと、それは極めて簡単に、要するに人生に對する否定である。彼女等は、身體のあつちこつちに痛みや故障を覚えはじめるが、それはどんな醫學の教科書にも出てゐない症状である。彼女等は、雷光のやうな急速な變化を伴つて、今頭痛を訴へるかと思ふと、次の瞬間には背方が痛いといひ出し、その次には嘔吐を催はすといひ、次には疲れたとこぼし、更に不眠症を訴へ、また心臓の動悸を

訴へる。そして、それで済んだかと思ふと、やがてまた同じことを繰り返しはじめる。そこで、痛む場所をよく調べて見ると、そこには何の故障もないのだが、それにも拘らず、神経の故障と生理的な苦痛は、矢張依然として續く。

病院の診療簿を見ると、長い間ヒステリーに悩んでゐた婦人患者が、何か新しい氣持をその生活に取り入れるや否や、まるで魔法にでもかけられたやうに、忽ちその苦痛がなくなつたといふ例が、無数にある。こゝで私は、十年間も絶えず頭痛に悩まされてゐたある婦人患者のことが、ふと頭に浮んで來た。彼女の頭痛は、良人の優越した支配力に對する鬱憤が、器官に現はれたものであつた。その後、彼女の良人は醫者から結核を宣告されたので、仕事をすつかり妻に一任して、外國へ療養に行つた。ところが、今まで殆ど奴隷のやうに使はれてゐた彼女が、急に良人の事務所の大將になるや否や、不思議なことに、彼女の年來の頭痛は、忽ちにして解消してしまつた。今では、良人は慢性的の虚弱者になつて、事務所の支配人といふのは名ばかりで、彼女が今までの二倍も三倍も働き、仕事を一切切り盛りして、大い

に發展してゐる。しかも、例の頭痛は跡方もなく消えてしまつた。

またある婦人は、毎日婦人科醫から婦人科醫へと走りまはることによつて、人生の大部分を過した。彼女は、いろいろの漠然とした病氣のため、四度も手術を受けた。一度手術を受けてよくなると、また別の新しい症状が現はれて、直ちに別の婦人科醫の門を叩くといつた有様だつた。私は、彼女の症状は、その姑に對する復讐心の象徴であるといふことを指摘して、思ひ切つて姑と別居するやうにするならば、健康はすぐに恢復するだらうと忠告した。彼女はいろいろ思ひ迷つた末、漸くのことと決心して、機會の來るのを待ち、姑にそのことを話して、彼女の家から越して行つてもらつた。そして、彼女ははじめて、家庭の唯一人の女主人であることを宣言した。この劇的な事件のあつた日から、彼女の身體にはもう何の故障も起らなくなり、その後の數年間といふもの、婦人科醫の門を叩く必要がなくなつてしまつた。

この婦人たちには、一體どんな現象が起つたのだらうか。醫者は器官には何の故障もないといふが、それにも拘らず、彼女等は醫者から醫者へと轉々と歩きまはる。彼女等は、病氣であるといふことを、一つの職業にしようとしてゐるのだ。彼女たちは、最近受けた手術の血腫い、ぞつとするやうな有様を、他人に向つて詳しく話して聞かせることが、何よりも楽しいのだ。彼女たちは、病氣であることを享樂してゐるのだ。

病氣を享樂するといふことは、大昔から女性にあり勝ちの、神經衰弱の一つである。彼女たちは不眠症、嘔吐、消化不良、心臓の動悸などについて、他人に話して聞かせる。多くの女性は、いつも病氣だといつて周囲の人々を困らせ、女王のやうに振舞ふことにまんまと成功してゐるけれども、私は、眞の幸福を望む女性に、この床についてゐる女王のテクニクを、おすゝめするわけにはいかない。

若しもあなた方が、深刻な問題に悩まされてゐるなら、精神病學者に相談するなり、最新の精神衛生に關する著書を読むなりして、問題の何たるかをよく調べるべきである。病氣といふ暴君は、あなた方自身を無氣力と孤獨に導くのに過ぎないが、かうした問題を調べる

ために費す費用は、間もなく莫大な利益配當をもたらす。

家庭の平和と良人の繰縦法

## 家庭はダイナマイト

すべて、家庭といふものは、ちよつとした刺戟にもすぐに爆發する、心理的なダイナマイトの集まりである。三十以後の女性の生涯にあつては、この家庭のダイナマイトは、豫測することの出来ないカタストロフを起し易い、不幸な方向に進み勝ちのものである。すべての女性は、早晚、彼女の母または良人の母の歩いたと同じ道を歩み、同じ問題に直面しなければならぬ。そしてそれらの問題を、誰の自尊心をも傷つけず、また誰の自我をも無視しないで、しかも一方、彼女自身の精神の健全と幸福を失はないで、巧みに、心理的に處理して行くには、聖者の忍耐と、精神病學者の技術的手腕と、慈悲深い神の微笑とが必要である。本書を讀まれるあらゆる種類の女性の、あらゆる場合に適用することの出来る、至極便利な處方箋を書かうとしても、それは不可能な話である。私は、すべての女性に聖人であれと教へることも出来ないし、この小著の中で精神病學の全課程を説くことも出来ないし、また、

あなた方を幸福にすることの出来る、魔法のやうな萬能薬を持つてゐるわけでもないのだ。けれども、あなた方がこれから遭遇されるであらうところの、ある種の重大問題の輪廓を描き、家庭を處理したり、子供を教育したり、良人を操縦したりするテクニクについて、二三の効果的な忠告をすることだけは出来る。

### 夫婦は両親と別居せよ

中年期の女性が悩まされる、最も普通の問題の一つは、年をとつて一本立ちの出来なくなつた両親と、うまく折れ合つて行くことである。あなた方は、良人や子供たちにつくすと同様に、両親にも孝養をつくさなければならぬ。あなた方は、昔あなた方を教育し、守り育てるために、しばしば多くの犠牲を拂つた両親に對して、常によき娘でありたいと思ふ。また時には、あなた方自身の両親に對してのみならず、良人の両親に對しても同じやうにせねばならない。けれども、その両親がひどく舊式で、孫の教育の邪魔をしたり、干渉したりし

ようとする場合には、問題は非常に困難になる。そしてその結果は、暗黙の闘争と感情的爆發である。

私は、さうした家庭の關係から起る、感情的なあらゆる問題を、すべて圓滿に解決することは出来ない。けれども、女性は、彼女自身の直接の家族、即ちその良人と子供のために、先づ第一番につくすべきだといふことだけは、確信をもつて忠告することが出来る。これは、厳格な家風の家に育つた人々には、大變残酷に聞えるかもしれないが、子としての義務や感情のために、自分自身の幸福は勿論のこと、子供や良人の生活をも犠牲にするといふことは、明らかに罪悪である。支那の女性が、かうした家庭の危機に直面した場合に、どんな道を選ぶかといふことは、世界の不思議の一つにされてゐる。彼女等は、先づ祖父母または父母のために、一切のものをさげなければならぬ。若し父母が希望するなら、人身の賣買さへも甘受しなければならぬ。支那の文明は、すべて過去に重きを置くやうに出来てゐる。けれども、あなた方は支那人ではない。あなた方の義務は、將來に重きを置くことである。そ

れ故、あなた方は先づ第一に、子供のために考へなければならぬ。

親子三代に亘つて、すべての家族が一緒に住めるやうな、大きな家は滅多にない。若しあつたとしても、妻が、その子供や、良人や、兄弟や、姉姉や、両親や、義理の両親などと一緒に、よく調和を保つて平和に暮して行くなどいふことは、全く不可能なことである。この心理的な事實が、あなた方を人知れぬ苦悶から救つてくれるのだ。

この問題を解決するための、最もよい、最も効果的な方法は何であらうか。これについて説明する代りに、私の知つてゐるある女性の實例を、こゝに紹介することにしよう。彼女は母親のために一切をさげ、その家庭生活はすっかり臺なしにされてゐた。けれども、彼女は相當思慮深い女性で、子としての母親に對する愛着が、自分自身の結婚生活を破壊しようとしてゐることに、やうやく気がついた。彼女は自分の立場や、將來のことをよく考へ、家庭に眞の平和をもたらすためには、どんな犠牲を拂つても決して高すぎはしない、といふことを痛感した。ある日、彼女は母親を呼んで、いろいろの事情を話し、どこか遠くの町へ越

して、別居してほしいと頼み込み、別居するためには相當な「扶助料」を出さうと約束した。

この若い婦人は、年に二度づゝ、良人に留守をまかせて、母親を訪問することにした。そして、どんなことがあつても、母親が自分たちの家を訪問することは、絶対に許さなかつた。それから七年間、まるで法律的な契約でもあるかのやうに、この「別居」關係を嚴格に守り、「扶助料」の如きも、裁判所から命令されたかのやうに、極めて几帳面に拂つてゐる。この若い婦人は、母親に「扶助料」を送るために、着物を新調したり、春の休みに旅行したりすることを一切諦めて、氣の毒なほどつましい生活をつゞけた。このことは、母親と同居することによつて生活を破壊されるよりは、収入の何割かを犠牲にした方が、たとへ生計がどんなに苦しくとも、遙かにましだといふことの證明になる。

若しもあなた方の両親、若しくは義理の両親が、一本立ちが出来なくなつて、あなた方に頼るなら、必ずどこか別の家に別居させるべきで、そのために、三年間も新しい着物が作れなくとも、また人生のあらゆる楽しみを断念せねばならなくとも、我慢してゐた方がよい。

あなた方は最後には、きつと私の忠告に感謝されるに違ひない。世間には、この親子間の解決することの出来ない心理的な問題を、無理に解決しようとしたために、悩み抜いた末に若死したり、病院へ入れられたりする婦人が少くない。あなた方は誰しも、親に對して子としての愛情を持つてゐるが、しかしそれは、あなた方の良人や子供に對する愛情を犠牲にしてまでも、示すべき性質のものではない。

序でに、家庭といふものについて、もう少し述べて見よう。家庭といふものは、一つの理由のために、しかも唯一つの理由のために存在するものだ。それは、將來家庭外で獨立的な生活をするための、次の時代の社會人の卵を養ふために、最も便利な手段として存在するのだ。家庭は、人間の子供がひどく弱く、親に頼らねば生きて行けないから、人間の社會にとつて、常に必要な機關となつてゐる。若しも、家庭がこの生理的な機能を果さないで終り、家庭が人間といふものゝ上におかれ、家庭の名譽が社會の共同生活の上におかれ、親子の愛情が夫婦間の正常な性愛の上におかれるなら、それは生理的にも精神的にも、大變な罪惡である。

私の知つてゐるある女性は、この問題を實に現實的な方法で解決した。彼女には三人の娘があつた。上の二人は大學に通つてゐたが、彼女は娘たちに出来る限りの教育を與へるために、随分多くの犠牲を拂つた。娘が十四、五になつたとき、母親は子供に向つて、遺産などを當てにしてはならないこと、二十一にもなれば家を出て社會に活動し、自活して行かなければならないことを、こん／＼と説明して聞かせた。彼女は次のやうにいつた。「人間の子は、熊の仔とちつとも變りがありません。熊は一人で餌が食べられるやうになると、親から放り出されます。私は、金で買ふことの出来る最良の教育を、お前たちに受けさせるつもりです。その代り、お前たちが肉體的にも精神的にも一人前になれば、すぐに自活して行かねばなりません。お前たちが自分で家庭を持つ年頃になれば、もうこの家庭の任務は終つたわけで、長く家を繼いで行く必要はありません。」と。

あなた方が、若しも心理的に眞に完成してゐるなら、子供はすべて親のものではないとい



ふことを、よく自覚しなければならぬ。子供は先づ子供自身のもので、次に社会のものである。社会が、子供をその両親に託したままでのことである。両親は、子供が家庭から解放され、一人前になつて、両親から獨立して暮らして行くための訓練を、子供に與へる義務がある。それ故、どんな子供でも、家庭に對して感謝したり、服従したり、子としての責任を感じたりする義務はない。両親もまた、普通の場合には、それを要求する権利がない。家庭に起る種々のいざこざの大部分は、この至極單純な、生理學的な、社會學的な、そして心理學的な方法を知らないからこそ、起つて來るのである。

### 年頃の子供の導き方

次に、中年女性の大部分が悩まされる問題は、年頃になつた子供をどう導くかといふことである。年頃の子供と母親との間に起る問題は、主として、どちらかゞ無理をするために、不自然に起つて來る問題である。母親は、しばしば子供を獨占して、自分自身の優美な飾り

ものにしようとし、その癖一方では、人に頼らない、獨立した人間にしようとする。成年期は、子供にとつても母親にとつても、どうかすると問題の起り易い時であるが、その頃に起り勝ちな問題の大部分は、若しも賢明な母親が子供の心中をよく理解するなら、最小限度にまで減らすことが出来る。

こゝに一つ、面白い例をあげよう。私の知人に、十八になる娘を持つた母親がある。ある日のこと、この娘は、隣りの町にあるダンスの會に行かしてくれと、母親にせがんだ。母親は、それをあまり喜ばなかつたけれども、仕方なく許しを與へて、あまり遅くならないうちに歸つて來るやうにといつて、娘を送り出した。ところが、いつまで待つても、娘はなかなか歸つて來ない。母親は大變心配して、いつまでも寢ずに待つてゐると、朝の三時半になつて、漸くのこと歸つて來た。娘は見るからに昂奮してゐる様子で、呼吸にはジンの香が混つて居り、イヴニング・ドレスは裂けて汚れてゐた。何か大きな出來事であつたことが、一見してすぐにわかつた。

この母親は、いきなり娘をとがめたであらうか。年頃の子供は、その幾多の新しい経験から、母親よりも賢いものだ。後になつてから、母親は、娘の乗つてゐた自動車に事故を起し、顛覆したのだつたことを知つた。この場合、いきなり娘を叱つたり、疑ひをかけたたりすることは、徒らに娘の母親に對する反感をつのらせるばかりで、將來無斷で家出をしたり、人を嘔したりする原因となるに過ぎない。けれども、この母親は賢明だつた。彼女は、事故のあつた證據を見ようともせず、またジンの香を追求しようともしなかつた。その代り、鎮靜劑をすゝめ、風呂へ入るやうにすゝめて、あんまり遅いので随分心配したが、お前は十分常識と分別があるのだから、私は安心して居られる、と娘にいつた。娘は、母親が自分を大變信用してくれてゐるのに深く感謝して、その日はぐつすりと寝込み、翌朝眼を睜ましてから、一切の出來事を打ち明けた。このことが契機となつて、親子の間には深い友情と理解が出來、その後いつまでも、お互ひに相談し合ひ忠告し合つて、秘密や欺瞞の全然ない、見るからに朗らかな生活をつゞけてゐる。

すべての人間は、その成年期において、次の三つのことを成し遂げなければならない。その一は、生理的に一人前の成人になること、その二は、家庭の絆から心理的に解放され、獨立した一個の人格となつて、より廣い社會で活動するやうになること、その三は、多數の異性の中で、自分の好き嫌ひをはつきりと確立することである。成年期は、子供たちにとつて非常に重大な時期である。今までのやうな、楽しい無責任な遊びにおさらばをつけ、成人としてのむつかしい種々の問題に、嚴かに直面しなければならぬ。それは思想の芽ぐむ時代、感情の激發する時代であり、更に自己を觀察する時代である。成人期になると、子供たちはも早互ひに楽しい遊び友達ではなくなり、好き嫌ひといふものが出來て、しばしば妥協し難くなり、片意地になつて、一緒に暮らすことが殆ど不可能になる。

成人した子を持つ母親は、自分がかつてその同じ年頃に、両親との間に繰り返した葛藤や、反抗や、壓迫などを思ひ出して見るがよい。そして、どんな些細な、目に見えない程の葛藤についても、子供が心の中で何を望んでゐるかといふことを、よく突き止めるやうにしなけ

ればならない。子供の行動が、表面どんなに奇妙に見えようとも、若しもその行動の中に、前述した成年期の三つの仕事を成し遂げようとする傾向が、少しでも見られるならば、その行動を見逃がし、知らぬ顔をしてゐた方がよい。あまり何度も「かうしてはいけません」とか「かうせねばなりません」とかいふと、成人した子供の心の中には、自然的に、反抗心や攻撃心が呼び起されるだけである。

自分の娘や息子が、知らずに間違つたことをするのを、側でちつと見守つてゐるといふことは、母親にとつてこの上もない辛いことで、それには非常な自己抑制が必要だ。けれども、子供が間違ひを起し、その結果に苦しむといふことは、子供が一々母親の指圖を受け、そのため不愉快な氣持を味はつた上に、その結果として、その人格の中に個性のない、幫間的な性格が植えつけられることに比べると、子供の心理的發展のために、どれだけよいか知れない。

この問題を説明するために、面白い實話を紹介しよう。それは、たゞ一人の可愛い息子を、

たとへば部屋の空氣を殺菌し、着物や履物を消毒するといつたほどに、非常に大切にして育てたある立派な婦人の、悲劇的な物語である。彼女は大變慘めな、不幸な少女時代を経験した上、結婚した良人は、當歳の子供を残して亡くなつてしまつたので、子供だけは十分幸福にしてやりたいと、明けても暮れても念するのだつた。彼女は晝は仕事に出て、夜はまた夜で、仕事の準備のために勉強しなければならなかつた。そして彼女の稼ぐ金は、一錢も残らず、子供の養育のために使つてしまつた。乳母や家庭教師なども、お金の許す限り、最大限度によいのを雇つてやつた。かうして、この一人息子は、家庭教師が監督してゐる時以外には、他所の子供と遊ぶことを、全然許されなかつた。また公立の小學校へは、精神や肉體を汚されるからといふ理由で、入學することを許されなかつた。

この母親は、自分が少女時代に受けたやうな、またその後若い寡婦として受けたやうな苦しみ、息子にだけは決して味はせまいと、深く自分自身に誓つてゐたのだ。けれども、彼女の一生のクライマックスは、息子を大學に入學させた時であつた。入學してから六ヶ月

の後に、大學生活に必要な獨立といふことに對して、全然何の準備も出來て居らず、また、年長者がいつも側にゐて指揮してくれない限り、社交的に調和して行くことの全然不可能だつたこの青年は、遂にどうすることも出來なくなつて、到頭自殺してしまつた。この母親の持つてゐる優れた人格は、彼女があらゆる困難を征服した結果であつたことを知らないで、彼女はあまりに息子を庇護しすぎ、可愛がりすぎたことによつて、事實上、遂に自分の息子に自殺を強制したのであつた。けれども、彼女はこの理窟を理解することが出來ず、たゞ徒らに、世を呪ふばかりであつた。

私の説が、世の多くの母親たちにとつて残酷すぎ、ある母親たちが私に抗議を申し込むであらうといふことも、あなた方が自分の子供を自由に放任して、残忍な世間のために誇りを傷つけられ、心理的に打ちめられるのを、ちつと傍觀して居られないといふことも、私は十分よく知つてゐる。けれども、世間の多くの實例から見ても、私の説が絶対に正しいことを、私は飽くまで信ずるものである。賢明な母親は、人生の實際的な問題のためにエネルギーを貯

へておいて、さうした無駄な事柄のために、大切なエネルギーや感情を浪費することをつゝしむ。彼女は、娘が男友達と一緒に外出するのを、たとへ多少どうかと思ふやうな場合にでも、敢て止めようとはしないし、息子が外へ出て酒を飲みすぎるのを、たとへその悪友のことを考へてどんなに心配になつても、決して禁じはしないであらう。この娘も息子も、よしその方法は最善だとはいへないにしても、青年時代に必要な仕事を遂行しつゝあるのだ。

思慮深い母親は、さうした問題に面と向つて、自分の持つてゐるありつただけの知識を以て子供を武装させ、若し自分の知識が不十分だつたならば、専門家の指圖を受けて、その不足を補ふに違ひない。年頃の子供に對する彼女の態度は、いはゞ友人としての理解、激勵、同情、及び無私の愛でなければならぬ。彼女は親としてのあらゆる權威、傳統、感情的な批評、輕蔑、妨害などを極力避ける。中でも、子供の行動の中の、自分の完全に理解することの出來ない部分を嘲笑することは、絶対に避けるであらう。若し疑問の起つた場合には、子供の健全と幸福を犠牲にするやうな、その場逃がれのことをしないで、早速専門家の許へ行

つて相談する。かういふやうにすれば、年頃の子供についてのいろいろな問題は、忽ち朗らかに解決して、幸福な中年期を送ることが出来る。

## 良人の浮氣

女性が五年、十年、十五年と結婚生活を續けて、自分の一生のあらゆる幸福を、たつた一人の良人のためにさげつくしてゐるにも拘らず、良人がほんのちよつとした出来心から、一夫一婦の狭い道を踏み外して、こつそりと浮氣や不義をしてゐるとしたら、それを知つた時の彼女の驚きは、果してどんなであらうか。彼女の自尊心は粉々に踏み躪られ、その受けるショックは異常なものであるに違ひない。そして、ある女性は火の出るやうに怒り、ある女性は絶望のどん底に沈み、またある女性は飽くまで復讐しようとする。何れにしても、彼女は蹂躪された自我を狂亂に任せ、良人のハンカチに口紅の痕でも発見しようものなら、たちまち激しい争ひが展開される。嫉妬と疑ひはますます誇張され、ますます強くなつて、惱

ましさは加はるばかりだ。良人は絶対に浮氣などをしないと信じて、今まですつかり安心して暮して来た妻が、突然晴天の霹靂のやうに、その良夫に裏切られたとなると、特にその相手が自分よりも年の若い女性だつた場合には、彼女は完全に精神の混亂状態に陥つてしまふ。さて、この問題について、出来るだけ冷静に検討して見よう。私が一夫一婦を主張することとは、こゝに改めていふまでもない。それは今日では、男女間の問題の最もよい解決法だと思つてゐる。けれども、心の底からの、一心を籠めた誠實を伴ふ、本當に完全な一夫一婦制は、極く少数の人々のみが達することの出来る、いはゞ理想の状態である。わき目もふらずに相愛し合つてゐる、さうした少数の人々に對しては、私は最も深い尊敬を拂ふ。けれども、精神病學者として、どんなに幸福な結婚生活をしてゐても、何かの事情でつい道を踏み外し、浮氣心を起した男女の決して少くないことを、私はこゝに白状せねばならない。これはいはば、人間の本性の一面である。

あなた方女性にとつて、男性の心理の動きは、ある部分には全く不可解である。こゝに、男

性の心や魂の活動を研究するために、ジョン・ジョーンズといふ男を例に引かう。ジョーンズは誠實で、正直で、公共心があり、適度に野心があり、社会的にも個人的にも信用の出来る、理想的な男だつた。彼は若いうちに結婚し、妻と共に幌馬車に乗つて、植民地の開拓者として世の中へ出た。彼は始終妻に對して忠實だつた。そしてこの頃の彼の仕事は、フットボールをすること、取引市場で競争者とせり合ふことだけだつた。彼は来る日も来る日もきちんと日課を果し、きちんと妻の許へ歸り、それからブリッチのパーティーに出かけたり、芝居見物に行つたり、日曜日にはゴルフに行つたりするのだつた。こんなわけで、これから三年先の今日の只今、彼が何處で何をしてゐるかといふことが、正確に豫言出来るといふほど、彼の日常生活は規則正しいものだつた。

ところが、ジョン・ジョーンズはある日、自分が既に中年期に入つたことを發見した。多分生命保險會社から保険金が入つて、突如人生から何かしらを失つたやうな氣がしたのに違ひない。今までのあまりに單調な、あまりに規則的な生活が、自分の魂を去勢してしまつた

やうに思はれた。彼は事務所の椅子にもたれて、恐らく實現不可能な世界一周旅行について、他愛もない空想に耽つてゐたが、その時突然、彼の秘書のスミス嬢の、すらりとした肩先に彼の眼が止つた。彼女は何年もの間、彼のために敵身的に働いてゐたのだつたが、彼は今まで一度も、彼女を性的對象として考へたことはなかつた。しかし今日、スミス嬢はジョーンズの冒險心をそゝつた。

かくて物語は進んで、遂にある日、彼の妻が良人のハンカチにスミス嬢の口紅の痕を發見し、まるで氣絶せんばかりに驚いた。

良人の浮氣といふものは、しばし／＼こんなに單純なのだ。時にはもつと複雑なこともある。しかし何れにしても、大抵の場合、この問題の最後の結果は、あなた方自身の手にある。そして、あなた方がかうした問題に直面した場合、冷静であればあるほど、事件はうまく片がつくものだ。

## 良人は何故浮氣をするか

さて、かうした場合に、あなた方はどうするか。あなた方は既に中年期に達してゐる。良人のために献身的な妻として、二十五年もつとめて来た。それなのに、あなた方の良人は、あなた方ほどの魅力もなく、あなた方ほどの理智も教養もない、しがたない一女性にひそかに戀愛して、それによつてあなた方の夫婦生活を汚してゐる。若しもあなた方が世間普通の、はしたない女だつたなら、一時の逆上からすぐに實家へ歸り、辯護士の事務所へかけつけて、離婚の手續きをするだらう。それもまた一つの解決法で、しかも一番簡単な、思ひ切つた方法に違ひない。そして大抵の女性は、これを一番正しい解決法だと考へてゐる。けれども、さうした場合、その後不幸な數年が續くことを考へると、なる程それは正しい解決法ではあるにしても、賢明な解決法だとは思はれない。

あやまちを犯した良人は、たとへば年頃の子供のやうなものだ。だから、賢明な妻は良人

を年頃の子供のやうに扱ひ、良人に絶えず強い力を與へ、よかれ悪しかれ、その運命を開拓させるやうにせねばならない。私の経験によれば、浮氣をしたがために離婚するといふことは、殆どすべての場合、その双方にとつて経済的な、感情的な、性的な、精神的な悲劇である。私は、あなた方の結婚生活についての非常に嚴格な考へ方に、敢えて反對しようとは思はない。けれども、結婚生活といふものをあまりに固苦しく考へて、良人の浮氣を絶対に許さないといふやうな女性が、世間には大變多い。さういふ女性は兎も角として、普通の賢明な女性に對しては、私は、それと全く反對の態度を取るやうにと、心からすゝめたい。

戀愛問題については、女性は男性よりも概して理智的だと、私は信じてゐる。こゝには、極端な機智と理解によつて、取り扱はなければならぬ問題がある。普通の女性は、良人が浮氣したことを知ると、本能的に不貞腐れた態度を取らうとする。けれども私は、それと全然反對の行動を取るやうに、あなた方にすゝめたい。先づ第一に、良人の浮氣については、何も知らないやうな態度を取ることが必要だ。これが成功の根本的な前提である。勿論それ

は、あなた方が良人に對してなほいくらかでも愛情を感じ、これからも今まで同様に、一緒に夫婦生活をつゞけて行きたいと希望する場合の話である。若しもあなた方が、以前から夫婦生活を解消したいと思つてゐたのなら、良人の浮氣は、夫婦關係を斷つための、またとない絶好の理由になる。

さて、あなた方は心の中をくまなくふり返り、十分に反省して見る必要がある。我がまゝすぎはしないだらうか。新婚當時のやうな、細かい心づかひを忘れてはゐないだらうか。精神的向上をおろそかにしてはゐないだらうか。家庭的にも社會的にも、感情的にも智的にも、良人を尻に敷き、それがため良人がひどく劣等感を抱き、詰らない浮氣によつてその不満を晴らさうとしてはゐないだらうか。ある種の不快な生理的悪習慣に耽つてはゐないだらうか。肉體につとめて魅惑的であらうとする努力を、怠りがちではなからうか。自分が世間的に活動したいばかりに、良人の魂を他の女性に盗まれようとしてはゐないだらうか。男といふものは、どんなに地位があり金があつても、妻に甘えたいといふ一種の異常心理があり、同

時に妻からちやほやしてほしがるものだといふことを、忘れてはゐないだらうか。また、良人の我がまゝな自我を和らげることを忘れてはゐないだらうか。

特に、良人のよき愛人であることを、忘れてはゐないだらうか。世間には、結婚を人生の墓場と考へて、決して人生のスタートとは考へない女性が多い。かういふ女性は、結婚前には、極めて多くの努力と時間を費して、未來の良人となるべき人に對して包圍攻撃を試みるが、しかし一度相手を射落すや否や、戦ひは既に自分の勝利に歸したと考へて、も早何の努力もしなくなる。中年期の悲劇の大部分は、さうしたさかしい妻が、よき妻であることの第一要件は、つまりは良人にとつて常によき戀人であることだ、といふ事實を忘れてゐるから起るのである。完成した、バランスのとれた、情操のよく發達した女性は、結婚生活を成功させるために、過去の有名な娼婦に關する本を読む。また、良人との日常生活には、夫婦愛を常に變化のある萬華鏡たらしめるため、些細な驚きや、氣分の轉換や、感情のスリルを常に求める。



男も女も、元來が一夫多妻、若しくは一妻多夫であるやうに出来てゐる。けれども、社會は一夫一婦の理想を目ざしてゐる。この一夫一婦制は、良人も妻も共に、異性に對して本質的に多妻的若しくは多夫的の本能を持つてゐることを悟り、そして、日常の生き方や愛情の技巧を絶えず變化させ、飾り立て、夫婦生活に絶えず變化をもたらしやうに努力する時のみ、はじめて成功し得るのである。このデリケートな問題に、現實的な方法で近づき、男といふものは、食べ物や着物や遊びに變化を求めると同じやうに、性的關係にも變化を求めらるものだといふ事實を理解し、しかも、性的關係に變化を求めようとする慾求は、丁度ネクタイを變へたいといふ慾求と同じやうなものだ、といふことを理解する女性には、非常に立派な、理想に近い妻になることが出来る。かういふ女性には、その根本的な性格、つまり良人が氣に入つてくれてゐる性格は、いつまでもそのまゝにしておくが、その表現を時とともに無限に變化させるから、良人に飽かれるなどいふ恐怖は、絶対に抱く必要がない。妻が良人に對して、さうした神祕的な無限の變化を見せないといふことは、良人の眼に最初にふれ

た賢明な女性のために、良人の寢室のドアを開けてやるのと同じことである。

私は千里眼を持つてもゐないし、夫婦問題の百科全書を書いてゐるのでもない。だから、夫婦間に起り得るあらゆる問題を、残らずこゝに列べることは出来ない。たゞ、あなた方がちやんと自分で計畫を立て、良人が浮氣をした場合には、あなた方はそれを全然知らないやうに振舞ふばかりでなく、良人が浮氣をしたのは自分に足りないところがあるからだ、良人の浮氣は自分自身の失敗なのだ、といふ風に考へるやうに、私は衷心からあなた方に忠告したい。かう述べると、あなた方は、私が女性を輕蔑してゐるとか、男性に都合のよいことばかりいふなど、ひどく憤慨されるかも知れない。

さういふ非難は、私もよく承知してゐる。そして、良人の浮氣を面罵しようとする婦人を、私は澤山知つてゐる。ある婦人は、明けても暮れてもうるさく良人を責め立て、ある婦人は、自分も浮氣をすれば良人が眼を醒ますだらう、などいふ淺はかなことを考へてゐる。またある婦人は子供たちを味方に引き入れて、良人に對して盛大な復讐戦を展開し、更にある婦人は、

明らかさまに睨み合つたり、表沙汰にしたり、世間にゴシップを飛ばしたり、その他いろいろ  
な方法で良人を苦しめる。

### 良人の浮氣を直す法

良人の浮氣を發見した妻は、先づ自分自身を省み、自分にどんな缺點があるかを見極める  
ことが必要だ。良人といふものは水のやうなもので、低いところへふら／＼と流れて行つて、  
自分の我がまゝを一番よく満たしてくれる女性のところへ行きたがる。恐らくあなた方は、  
結婚生活といふものをあまりに生真面目に考へすぎ、それがために、幸福な結婚生活になく  
てはならない冒險意識を否定したのに違ひない。恐らくあなた方は、十年一日の如く陳腐な  
習慣や不快な對立意識を固持し、それがため、良人は家へ歸るとき、平和な港へかへるやう  
な氣持がしないで、却つて新しい戰場へ歸るやうな、重苦しい氣持がしたのに違ひない。恐  
らくあなた方は、肉體的な魅力といふものをまるで顧みず、また、すべての男性に食べ物か

飲み物のやうに必要な、輕いうれしからせやお愛想を忘れてゐたのに違ひない。廣い社會で  
英雄になる男性は少いが、自分の家庭では、すべての男性が小英雄になりたがるものだ。こ  
のことを理解せず、従つてさういふ風に振舞はない女性は、結婚心理學の第一章を知らない  
ものといつてよい。

私の知つてゐる最も幸福な家庭の一つに、ある大會社の社長の秘書を良人に持つた婦人が  
ある。その會社の社長といふのは、自分の部下を威嚇することによつて、その權柄慾を満足  
させるといふ、ひどく神経病的な男であつた。眞の人格的價値などはまるでわきまへない男  
で、物事が思ふやうにいかない時には、いつでもその仕事を秘書の手から取り上げるのだつ  
た。その結果、この婦人の良人は、しば／＼事務所でおど／＼した一日を過し、まるで破れ  
たバルーンのやうな皺くちやな氣持になり、神経は荒れ果て、歪み、希望はたゞきつぶされ、  
自尊心は救ひがたいまでに傷つけられ縮み上つて、悄然と家へ歸ることがあつた。

この婦人は、最初の間は、良人の意氣地のなさを責めるのだつたが、その結果、良人は自

分の下で働いてゐて、自分の苦しい立場をよく理解してくれ、いつもちやほやして、自分の自尊心を昂めようとしてくれるある女性と、いつの間にか戀愛に陥つた。彼の妻は、良人の事務所における本當の立場を知つた時、良人の浮氣を憤慨したり、相手の女性に嫉妬を感じたりする代りに、その女性のやり方の一部を模倣しはじめた。彼女は、良人がこの神経的な暴君につかへてゐるからこそ、自分たちが生活して行けるのだ、といふことを理解した。そして、つとめて良人を慰めたわり、良人が事務所で辛い一日を過ぎた日には、一目見てすぐにそれと悟つた。彼女は、良人が自信を持つてゐることの一つに、ゴルフのあることを思ひ出した。そこで、裏庭に小さな芝生をつくり、良人がしよげ返つて歸つて來ると、すぐに芝生へつれ出して、夕食前に一息ブディングのゲームをやるのだつた。彼女もゴルフは非常にうまかつたのだが、大抵は良人に負けてやるのだつた。そして、彼女のこの努力は、良人が自尊心を取り戻すのに大いに役だつた。冬になつてブディングが出来なくなると、矢張良人を自信づける方法として、今度はドミノのゲームをはじめた。彼女は、どうすれば良人

に勝たせることが出来るかを、よく心得てゐた。そして、かうした單純な、ちよつとした工夫で、良人に自尊心を取り戻させることに、彼女は完全に成功した。勿論、ゲームに勝つといふことそのことは、別に自尊心を築くことにはならないが、象徴的に見ると、それは仕事の上で成功するのと同様に、自尊心を築く上に大いに役に立つ。

賢明な妻は、良人を元氣づけるために、さうした象徴的な機會を探す。この方法は、夫婦喧嘩を演じたり、醜聞の種を蒔いたり、離婚法廷にかけつたりして、所謂悪妻振りを發揮することに較べると、遙かに賢い行き方である。離婚問題とか三角關係などいふものゝ多くは、妻が最初によく物事を判断して、良人の浮氣の原因を理解し、心の底までよく見透して、その原因を除くやうに努めるならば、簡単に解決することが出来る。

ある女性は次のやうにいつて、憤慨するに違ひない、「私たちは何故そんなに讓歩や、御機嫌とりばかりしなければならいのでせう。良人は何故新婚當時の、あの行きとよいた愛情を、思ひ出さなくてもよいのでせう。男女は何故差別待遇を受けねばならいのでせう。」と。

私が若しこの本を良人のために書いてゐるのなら、私は今あなた方にいつてゐるその通りのことを、良人にもいふつもりである。けれども、今はあなた方のために書いてゐるのだ。故あなた方のために書くかといふと、この種の問題については、男性よりも女性の方が優れた判断力を持つてゐるからである。そしてこの種の問題では、判断力の優れた方が、先づ讓歩すべきだからである。

こゝに面白い心理學的問題がある。妻に不誠實な良人は、たとへ何百回となく不義を繰りかへしても、依然として、妻に對して罪を犯してゐるといふ氣持に常に惱まされてゐる。慣れてしまつて、罪を感じなくなるといふやうなことは、先づあり得ない。この場合、若しもその妻が良人の不義を責めるならば、良人はそれをいゝ理由にして、ますゝ不義をつゞけるであらう。だから、良人を責める代りに、良人の罪を犯してゐるといふ意識を利用して、勝利を得るのが一番の近道である。昔のベルシヤの諺に「蠅を捕へるには酢を使ふより蜜を使へ」といふが、浮氣した良人の心を、もう一度自分の許へ戻さうとする妻は、朝夕この諺

を繰り返すがよい。

こんな例がある。金力と権力の追求に一生をさゝげて、多忙な日を送つてゐる銀行家があつた。彼はなるほど成功したが、しかし成功すればするほど、家庭や妻に對して興味を失ひ、家を外にすることが多くなつた。はじめ、妻はすつかり諦めてしまつて、際限もなくブリッチ競技に耽り、あり餘る時間を費してゐた。ところがある日のこと、彼女は一通の匿名の手紙を受け取つた。その手紙には、あなたの良人が始終家を空けるのは、決して仕事のためばかりではなくて、若い女秘書とねんごろになつてゐるからだ、といふ意味のことが書いてあつた。彼女はカツとなつて、まるで卒倒せんばかりに驚いた。けれども、間もなく冷靜さを取り戻して、この問題に對する處置を考へはじめた。先づ良人の行動をひそかに監視したが、なるほど、良人は時間の大部分を、その女秘書と共に過してゐるのだつた。良人は、その女秘書の活動的な精神や、事務を手際よく捌く手腕がすつかり氣に入つて、も早彼女なしにはやつていけないほど深入りしてゐた。そしてその女秘書は、何から何まで彼の妻とは正反對

で、妻の牛のやうな不活潑さや無感覺さは微塵もなく、打てば響く潑刺とした弾力が、身體一ぱいに満ち満ちてゐるのだつた。

この銀行家の妻は、見かけほど悟りの悪い女ではなかつた。彼女は戀仇の女性に近づいて、その趣味や性格をつくく観察した。そして、良人がその女性のどこに氣に入つてゐるかをすぐに見てとり、早速その女性を模倣しはじめた。彼女は智的なものに興味を持つやうになり、食べ物に非常に氣をつけて、ありあまる體重を減らすことに苦心した。服装なども、今まで着なれた飾りの多い、けばけばしい服をやめて、きちんと装つた、男のやうなスーツを着るやうにした。また公開のクラブへ入つて、音楽や語學を習ひはじめた。しかも彼女は、さうしたことをすべて良人に内密にしておいた。

ある日、良人はあるパーティから招待状をもらつた。そのプログラムを見ると、彼の妻が獨唱することになつてゐた。さてその當日、妻が舞臺に立つて、今まで想像もしなかつた美しい、張り切つた聲で獨唱するのを見たとき、彼はどうしても自分の眼と耳を信ずることが

出来なかつた。突然、彼は今までに會つた女性の中で、妻が一番美しい、立派な女性であることを悟つた。そしてそれと同時に、彼の家庭には、新婚當時のやうな平和と愛情が、再び蘇つて來た。

彼女は、例の匿名の手紙のことについては、何一つ良人に話さなかつた。またあの女秘書のことにも、一言もふれなかつた。喧嘩もせず、非難もしなかつた。たゞ、自分自身をよく反省してみても、賢明にも、今まで十年間も結婚生活をして來たのだから、自分に新しい魅力さへ加へれば、良人の魂を再び自分のものにするには、何の造作もないことだと悟つて、もつと魅力のある女性にならうと決心したゞけであつた。

世間の多くの妻が、良人の浮氣に對して、かういふ態度をとるなら、不愉快な離婚などもすつと少くなり、中年期をもつと有益に、楽しく過すことの出来る女性が、すつと殖えるに違ひなし。

## 離婚は女性に不利

大抵の國では、姦通といふことが法律的に非常に重大視され、殆ど唯一の離婚の理由にされてゐる。しかし私の考へでは、姦通は、離婚の理由としては決して重大なものでも、妥當なものでもない。離婚に關する法律は、近い將來には、精神病學者と社會學者によつて制定されるべきで、現在のやうに、頭の狂つた立法官などに任せておくべきではない。さういふ時が來れば、精神的殘忍性、社會的無責任、性的錯倒、性的無能力などが、夫婦相互の同意を経た上で、立派な離婚の理由となるであらう。現在の離婚法は、すべての良人と妻を、まるで原始的な敵愾心によつて行動する、生れながらの仇同士でもあるかのやうに取り扱つてゐる。それ故、現在の離婚は、夫婦相互の感情や親子のつながりなどを根こそぎ打ち壊すばかりでなく、お互ひの社會的、若しくは職業上の地位をも脅やかし、お互ひに相手を悪人呼ばはりして、全くたしなみのない謀叛に終つてしまふ。

もつと現實的な問題に移らう。獨立出来るだけの収入のない女性、立派な安全な職業のない女性、容貌のあまり美しくない女性、廣い交際のない女性などにとつて、離婚は何の得るところもない。かういふ女性は、心にそはない夫婦關係から逃れることは出来るが、その代り、すぐそのあとには、もつと多くの別の不快な問題が追つかけて來る。その上、彼女等の大部分は、も早既に中年期に達してゐて、今まで夫婦間の種々の問題を處理し、夫婦の仲を圓滿にし、讓歩や仲直りのためにありとあらゆる努力を試みて、しかも遂に成功しなかつた人々なのだ。

かういふ女性は、大抵良人以外の男を知らない。そして、結婚の失敗に對する支拂ひとして、永い間幸福といふものを剝奪されてゐたのだ。彼女は、妻としてのあらゆる義務は無論のこと、母としての責任も十分に果たしたのだが、しかも良人は彼女のすべての努力を否定し、彼女が讓歩すればするほど、更に多くのものを要求する。

かういふ男は、世の中に決して少くない。彼等は、貪慾ですり減らされ、野心で蝕まれ、

いさゝかの神聖なインスピレーションも持ち合さず、食ふことと飲むことと眠ることしか知らない泥人形で、いはゞ人間の雑草以外の何ものでもないのだ。かういふ男と結婚して、自分の良心や人間性を泥まみれにされ、見るもげがらしい野卑な習慣に死ぬやうな思ひをした、若い立派な女性を、私は數多く知つてゐる。かういふ氣の毒な女性の中には、堪りかねて發狂した人があり、また、良人から離れる唯一の手段として、良人を殺したり、毒を飲ませたり、傷つけたりした人がある。かうした問題に對して、いふまでもなく、法律は何の解答をも與へてはくれない。何故なら、現在の法律は、男性獨裁のために、男性の手によつて作られたからで、従つて女性の感情や苦悶などは、いさゝかも認めてはゐない。

本書の讀者の中には、この問題について惱み抜き、も早何の希望も持つてゐない女性が、決して少くないに違ひない。あなた方は、希望のない生活のために、五年、十年、二十年といふ長い年月を、無残にも棄ててしまつた。しかも、將來のことを考へると、氣狂ひになるか死ぬか以外には、自由の身にはなれさうもない。あなた方は暴君であり、人間の屑である

ところの劣男に經濟的に縛られてゐるので、離婚などは考へるだけでも怖ろしい。若しもあなた方に子供があれば、勇敢にかういふであらう「私は子供のために一切を諦めて、良人と一緒に暮して行きます。若し子供のためを思はなければ、とつくの昔に別れてゐたでせう。子供たちをちゃんと育て上げて、一人前の人間にしてやりたいのです。」と。

多少残酷に聞えるかも知れないが、私はありのままをあなた方に忠告したい。協同とか、友愛とか、尊敬とか、同情とか、愛とかのない結婚生活は、いつまで續けても何の意味もない。若しもあなた方が本當に結婚に失敗したのなら、若しも長い間結婚生活を幸福にしようと正直に努力して、しかも何の効果も上げることが出來ず、將來を眺めて依然救ひ難い絶望を感じ、良人に對して憎悪と反感と輕蔑しか感じられないなら、今後誤つた結婚生活をつゞけ、無益な夫婦關係をつゞけても、も早何の役にも立たない。一度結婚に失敗したからといつて、その後の生活をも失敗させることは、全く愚の骨頂である。結婚生活をつゞけることによつて、はつきりした利益が見通せないならば、かういふ悪い條件の下では、離婚した方

がどんなによいか知れない。

勿論、あなた方の結婚が成功であるか失敗であるかは、私はすぐには判断出来ない。近い将来に、精神病学者や、婦人科医や、社会教育家や、家庭経済その他の方面の専門家からなる結婚相談所が出来たならばと、私はいつも考へてゐるのであるが、若しそれが出来れば、若い男女に結婚すべきかどうかを忠告したり、どうすれば結婚生活を最も幸福にすることが出来るかを教へたり、また若し夫婦間に何か問題の起つた場合には、それを平和に処理するために援助したり、更に結婚に失敗して全然回復の見込みのない場合には、それに對して相當の手續きを取つたりすることが出来る。この結婚相談所を設立するために、私は今までもあらゆる努力を拂つたのだが、まだ世界のどこを探しても、實際的に効果のある相談所は一つも出来てゐない。たとへこれに似た機關があつても、何れも低脳な官吏か、氣の狂つた警官などの集まりで、全然何の役にも立たない。

そこで、あなた方は離婚の手續きをする前に、先づどちらにも偏しない、教養と経験のあ

る調停者に、間に入つてもらふことが妥當だと思ふ。この調停者は友人でも、醫者でも、辯護士でも、何でもよい。そしてその調停者が、この結婚生活はどうしても救ふ餘地がないといふなら、思ひ切つてすぐに正式に離婚した方がよい。この場合には離婚以外に方法がない。離婚するかどうかを決定するまでには、長い間かゝつてゆつくり考へなければならぬが、一度決心がついてしまへば、一刻も早く離婚した方がよい。

### こんな時には離婚せよ

あなた方が、最初の結婚に失敗したからといつて、その後の一生を犠牲にしたくないなら、何の役にも立たない今までの結婚生活を解消して、自由の身になることが最善の道である。どんなに氣がすまなくても、夫婦生活をつゞけることが子供のためだといふ、たゞそれだけの取るに足らない理由から、思ひ切つた離婚をしないで、ぐづぐづと不愉快な夫婦生活をつゞけることは、決して正しいことではなく、最も野蠻な、馬鹿げた行爲である。



この問題について、大變面白い例がある。ある日、六つになるジョンと四つになるベティとが、私のところへ連れて來られた。ジョンは、學校では毎日のやうに癲癩を起し、兩親に對してばかりでなく、友達に對しても、ひねくれた非社交的な態度をとるのだつた。また妹のベティは、臆病なおど／＼した子供で、人前に出ることを大變嫌ひ、はつきりした理由もないのに、毎日泣いてばかりゐるのだつた。母親はそれを非常に心配し、自分の育て方が悪かつたから、子供がこんなになつたのだらうと思つて、子供たちの神經病をなほす方法について忠告を受けるため、私の許へ子供をつれて來たのであつた。

そこで、その子供たちの毎日の生活を調べて見ると、その母親は、子供たちをすなほな、元氣な人間にしようとして、涙ぐましいほどの努力を拂つてゐることがわかつた。それにも拘らず、子供がこんな状態にあるのは何故だらうと、その原因についていろ／＼考へてゐるうちに、ふと子供の話の中から、この困難な問題の手がかりを得ることが出來た。「君は誰が一番好きかね？」と質問すると、ジョンは「みんな嫌ひだい。だつてママやパパだつて誰も

可愛がりやしないし、僕なんかも可愛がつてはくれないんだもの、僕は好きな人なんてありやしないよ。」と答へた。そこで、更によく調べて見ると、この子供たちの兩親は、何事につけても徹底的に意見が合はず、大變仲が悪かつたが、たゞ「子供のため」といふ理由だけで、生活を共にしてゐるのであつた。

ジョンとベティは、親が考へてゐるよりもずつと賢かつた。子供たちは、兩親の結婚生活に愛のないといふことを、はつきりと見抜いてゐたのだ。そして、父も母も子供たちを自分の味方にしようとせず、いきほひ子供たちを顧みなかつたので、子供たちはこれにひどく惱まされてゐたのであつた。その上子供たちは、自分の兩親が友達の兩親とはまるで違つてゐることを、ちやんと見抜いてゐた。父親と母親とは、うまく子供を瞞したつもりであつたのだ、實は少しも瞞することが出來ず、二人の不和の直接の結果として、子供がこんなにひねくれたのであつた。私はこの夫婦の不和をいろ／＼觀察したが、どんなに工夫しても、到底解消する見込みのないのを知つたので、遂に二人に離婚することをすゝめた。

両親が離婚してからは、子供は母親の手許で育てられることになり、父親は月に一度づゝやつて来ることになつた。ところが、両親は離婚すると共に、お互ひに今までとはまるで違つた態度をとるやうになり、子供に對してもすつかり變つて來た。父も母も、今までのやうなむつゝりとした反抗的な態度を棄てしまつて、お互ひに相當な尊敬を拂ひ合ふやうになつた。また、離婚と同時に、子供たちの様子ががらつと變つた。ペティは幼稚園で澤山のお友達をつくるやうになり、ジョンも學校で友達から尊敬されるやうになつて、成績も大變よくなつた。

両親は、自分たちのかむつてゐる假面の裏は、子供たちには見えないだらうと信じてゐたのだが、それは大變な誤りであつた。子供と犬とは、人間の行動の表面を見て、その裏にひそむ心理を文字通り「嗅ぎ出す」ことにかけては、異常な能力を持つてゐるものなのだ。ところが、両親はそれを知らないで、子供の理解力を見くびりすぎて失敗したのだ。両親の離婚が決定するすつと前から、子供たちはまだ乳呑兒でありながら、既に両親の夫婦關係に際

の出來てゐるのを嗅ぎ出し、それに非常に惱まされてゐたのである。両親が離婚して家庭を破壊した場合、それがその子供に及ぼす心理的影響は、大變悲しむべきことには違ひないが、両親がどうしてもうまく調和して行けないことを子供によく説明して、おだやかに離婚することは、たゞ子供に「家庭」があるといふことを知らせるだけの目的で、両親が欺瞞の夫婦生活をつゞけることに比べると、子供のためにどのくらいよいか知れない。

新婚後五年もすると、大抵の女性は自分たちの夫婦生活を反省して、成功だつたか失敗だつたかを考へて見る。そして、若しも結婚生活が完全な失敗で、不快と絶望以外に何の希望もなく、も早どうすることも出来ないといふことを悟つたなら、その時には、もう一度新たに生活を建て直した方がよい。残念ながら、人間はすべて完全なものばかりではないのだから、結婚の失敗といふことはしばしばあり得ることだ。大抵の夫婦は子供のやうなロマンチストで、結婚生活には何か魔術的な魅力でもあるかのやうに考へ勝ちだが、これが結婚生活の失敗の原因になる場合が非常に多い。

あなた方が若しも離婚の問題に直面した場合には、先づ次のやうなことに注意せねばならない。

- 一、その問題に對する良人の考へ方を理解し、その心理的な原因を考へること。
- 二、煮えたぎる感情のさ中に、盲目的な怒りを以て事を決定してはならない。
- 三、その問題を自分でよく熟考して、若し誰かに相談したい時には、最も尊敬する専門家を訪ねること。會ふ人毎にその問題を打ち明けて、その意見を求めることは、徒らに頭を混亂させるばかりだ。
- 四、離婚に際して、自分にどれだけの権利があるかを考へ、良人のためを考へる前に、先づ自分のためを考へねばならない。
- 五、これを機会に、自分が一人ぼつちの淋しい女になるのだ、といふことをよく考へること。
- 六、離婚があなた方の子供や、家庭や、社會的地位に及ぼす影響をよく確かめること。

- 七、この問題について、感情に捉はれないで、良人とよく話し合ふこと。この場合、第三者が立ち會つてもよい。
- 八、一旦決心した以上は、どんなことがあつても飽くまで初志を通して、動搖しないで、どこまでも積極的に新しい生活に向つて進むこと。

### 家庭を圓滿にするには

以上に、女性が家庭生活において直面する重大な問題を二三述べたが、これとは別に、殆どすべての女性の惱まされる問題がまだある。それは日常生活の極めて些細な事柄で、それ自身としては決して重大な問題ではないのだが、積み積つて來ると恐ろしい不幸の原因になる。人生の危機を、勇敢に切り抜けることの出来る女性は、決して少くはない。けれども、どんな困難な仕事でも誠實に、完全にやつてのけることの出来るやうな立派な女性でも、詰らぬ虚榮心やエゴイズムのために、その生涯をしくちつてしまふといふ例が少くない。

世界中のすべての人間は、男でも女でも、自分よりもほんの少し劣つてゐる人々を押し退け、抜けがけして、ひとり威張らうと心がけてゐる。人間が明けても暮れても懸命にやつてゐる仕事は、意識せるとしなないと拘らず、見えを張ることゝ威張ることなのだ。けれども、家庭といふところは、見えを張つたり威張つたりする場所ではない。若しも家庭で誰かゞそれをやらうとすれば、そこには必ず犠牲になる人が現はれる。見えを張つたり威張つたりするためには、男よりも女の方が一層陰險な策を用ひるが、それは女性の缺點の中でも最も醜惡な、最も不快なものである。

妻が世間でいつも虚名を博することに夢中になつてゐると、その慾望は家庭でも、更に夫婦の寢室の中でさへも、感情的な激しさを伴つて頭をもたげる。あなた方が始終小言をいふのは、威張らうとする慾望の一つの現はれであり、くよくよすることは、良人や子供のむき出しの頭を殴りつける棒のやうなものだ。そしてかういふ女性には、ゴシップや、嫉妬や、羨望や、虚榮心や、エゴイズムや、憂鬱症などで、自分の幸福を埋めるための墓穴を掘つてゐ

るやうなものだ。

私の知つてゐる大學出のある婦人は、殆ど学校教育のない男と結婚した。そして、良人の書く文字の間違ひや、發音の間違ひや、新しい外來語の意味などについて、いつも良人を取りこめるのだつた。彼女は明らかに良人を利用し、良人の間違ひを指摘することによつて、自分の優越を楽しんでゐるのだつた。幸にも、良人は自尊心が大變強く、形式的な学校教育こそ受けてゐなかつたけれども、非常に理智的な人間だつた。そして彼の實際的な知識や手腕は、学校教育の不足を十分償つて餘りあるほどだつた。

あの日、良人は妻に馬鹿にされる、蟲けらのやうな生活をやめやうと決心した。彼は偶然にもダンスが非常に上手だつたが、妻は反對にあまり上手でなかつた。そこで、大勢の前で妻と踊つて、一度徹底的に恥をかゝせてやらうと思ひ立ち、機會をみて妻をダンスの會に誘つた。そして、妻は彼の文字や發音の間違ひを、少からず敵意を以て訂正したのだつたが、しかし彼は妻を心から愛してゐたので、ユーモアたつぷりの口調で、妻のダンスの間違ひを

直してやつた。二人は大勢の見てゐる前で、三、四回踊り、妻がうまく踊れないといふことを大勢の人々に示してから、やがて休戦を申し込んだ。「これからはもう文字や發音の間違ひを探したり、ダンスのステップの誤りを指摘したりするのは止めよう。お互ひに話らんぢやないか。そしてもう一度仲直りして、はじめから愉快にやり直さうぢやないか。」と。

世の中には、自分を世界中の何ものよりも愛してくれてゐる良人を尻に敷いて、自分の詰らない虚榮心を満足させることに、夢中になつてゐる女性が少くない。どんな立派な人間にも、缺點は必ずあるものだから、良人の缺點を見つけ出すことは、全く何の造作もない。良人の缺點を探し出し、それを誇張して、それによつて自分の自惚れを満足させるといふことは、全く下劣な精神病的な行爲である。お互ひに理解し合つた、忠實な妻となるためには、これと正反對のことをしなければならぬ。そしてこのことは、いふまでもなく、良人の場合にもそのまゝあてはまる。

改めていふまでもなく、夫婦生活の眞の理想は、理解し合つた協同である。實際、夫婦生

活の幸福は、協同なしには絶対に考へられない。ところが、近頃の女性は、自分が命令さへすれば、良人は何でもしてくれるものと思つてゐる。こゝに家庭生活の平和を亂す原因がひそんでゐるのであつて、それはいつも無用な口喧嘩といふ形で、表面に現はれる。多くの妻は、またしても詰らない口喧嘩をすることによつて、自分の幸福を取り逃がしてしまつてゐるのだ。

私の知つてゐるある若い婦人は、大變頭がよく、しかも決斷力が強くて、良人の仕事の上の決斷をすべて自分でつけてやつてゐる。彼女が、これはかうすればよい、と良人に忠告する時、良人は横を向いて、何も聞いてゐないやうな顔をしてゐる。ところが二週間ばかりすると、良人はまるで、スペインの探検家が新大陸を發見した時のやうな顔をして、妻が前に話してくれた決定案を自分の案のやうにして、そのまゝ、得々と彼女に話すのだつた。その度に、若い妻はたゞ微笑して、何もいはずに賛成するだけだつた。この夫婦は、私の知つてゐる範圍では、最も幸福な夫婦の一つである。

自分が威張れないからといって、その不満を良人や、子供や、召使などに持つて行くことほど、およそ愚劣なことはない。良人も、両親も、子供も、隣人も、召使も、すべて自分と同じ人間だと考へて、その人格を尊重することが、家庭を幸福にする第一歩である。

世の中には、自分が親切で思ひやりが深いと、良人が自分を馬鹿にし、召使が自分を利用してしようとしたり、子供が増長していふことを聞かなくなり、隣人が輕蔑するだらうと信じてゐる、まことに怖るべき女性がある。かういふ女性は、言葉や動作をつとめて激しくする。ところで、その結果はどうであらうか。彼女が避けようと警戒してゐたそのことが現はれて、良人は外に別の女をこさへ、召使はひそかに物を盗み、子供は輕薄なおべんちやらになり、隣人はつとめて敬遠するやうになる。かういふ女性は、象牙の塔にこもつて、幸福の何たるかも知らずに、一生を終つてしまふのだ。

心理學が少しでもわかり、ユーモアの何たるかを少しでも理解してゐる女性なら、必ず家庭を平和にすることが出来る。かういふ女性は決して小言などはいはず、家族のものが議論などをしてゐても、すぐにそれを止めさせてしまふ。彼女は決して人を輕蔑したり、良人や子供を嘲笑したりなどしない。家庭の平和と明朗といふ最大の目的のためには、詰らない見えや威信などいふものを、さつさと犠牲にしてしまふ。他人の意見には寛大で、それがたとへどんなに不健全に見えようとも、常に尊敬と理解とを忘れない。そして自分は心の底に強い自尊心を持つてゐるので、決して他から乘ぜられることはない。家庭があまり平和でないなら、その家庭の主婦が、先づ第一番にそれを恥ぢねばならない。何故なら、家庭の平和はすべてその主婦の責任だからである。

性に関する諸問題

## 性の問題

中年期といふ時期は、その人の性格の中にある最も良いものを、個性の中からふるひ別けてくれる、いはゞ篩のやうなものである。女性は、中年に達するまでの永い間に、人生の幾多の問題に對する抵抗力や批判力を養つてきてゐる。だから、自分が社會的に、職業的に、家庭的に、また夫婦愛に成功したかどうかを、實際にはつきりと知ることが出来る。特に夫婦愛の問題に對しては、如實な體驗から、一層はつきりと判斷が下せるのである。

前にも述べたやうに、家庭の普通のいさこさ、たとへば良人の浮氣の問題などは、大抵良人の他愛もない心の迷ひから起るものである。そしてその結果、妻は今までのロマンチックな有頂天な氣持から、一足飛びに混亂のどん底へ陥るが、この時に冷靜さを失ひさへしなければ、常識を持つてその問題に直面して、理性的に解決することが出来る。けれども、問題はこんな簡単な場合ばかりではない。眼に見えない重大な問題が、女性の心の世界には澤山



ある。

たとへば、社会的にも道德的にも模範的な人物なのに、私的生活においては、情操的にも性的にも、全くゼロな良人と暮してゐる妻の場合などは、眞面目に考へる必要がある。表面は何不自由なく、圓滿な夫婦生活を送つてゐながら、性慾の高潮を感じない不感症の女性の問題についても、考へてみなければならぬ。更に、個々の理由は問はぬとして、兎も角性的には實際に女にならずに、三十五歳、四十五歳、五十五歳になつてしまつた婦人についても、一應考へてみなければならぬ。

かういふ女性には、今後まだ何年間か性生活に對する慾望や、またはその可能性がある譯だが、彼女たちが自分の將來を想ひみる時、これから果してどんな生き方をすればよいのだろうか？ 今までの因襲的な生活に對して、どんな態度をとればよいのだろうか？ いくら不平や不満を訴へても、何等の解答をも與へてくれない良人に、これからどういふ風に接して行けばよいのだろうか？

## 六つの法則

かういふ問題は、公然と社会的に發表出来ない部分が多いのでなか／＼検討がむづかしい。私としては、この問題に關しては、直接に説明して貰つてから、あなた方の個性や環境や將來に應じて、それにふさはしいやうに忠告したいと思つてゐる。かういふ極めて内密な事柄を明るみへ出すと、世間から誤解される懼れが多分にないでもないが、私は眞實を卒直に表明するのを、むしろ美德の一つであると信じてゐる。今日まで、性の問題は教養ある婦人の口にすべきことでないやうに思はれてきただけに、かういふ悩みを持つ人の鬱々たる心の中を察すると、全く同情に堪えないものがある。たまく、何等の慰めも、慈悲も、打開手段も與へられない時代に生れ合はせた、今日までの幾十萬の女性の十字架の苦衷を想ふ時、少くとも生理的、心理的方面だけでも、性的不満の解決手段の曙光の見えてきた現代の女性は、幸福に歡喜してもよいわけである。とは言へ、これは悶々として空しく手を束ねてゐるだけ

では、どうにもならない。今日でも尙無数の女性が、空想の世界へ逃避するか、少女時代のやうな悪習慣を再び始めるかするより外に、この問題を解決することが出来ないで、中には精神病院に身を横へてゐる人も少くない。それ故、私は徹の生えた道徳家輩の、顔をしかめた、理由のない非難を恐れずに、知つてゐる限りの眞實を、あなた方に告げようと思ふ。

一、あらゆる女性は、生理的にも、性的にも、感情的にも、精神的にも、女性としての満足度を完全に味はふ権利を持つてゐる。

二、あらゆる女性は、肉體的素質または器官に、現代の醫學の力を以てしても救ひがたい缺陷を持つてゐない限り、正常な性的關係を経験する権利を持つてゐる。

三、あらゆる女性は、決定的に子供に悪影響を及ぼす遺傳的悪質のない限り、母たる権利がある。

四、良人との結婚生活において、性的法悦を享受出来ない女性は、他の方面でそれをおぎなふ権利がある。但しこれは、その婦人が性的満足より遙かに高く評價してゐる結婚生活

の他の面、つまり良人の社會的地位とか、經濟的な安定とか、良人との精神的交渉とかを犠牲にしない範囲内においてである。

五、生理的にも、性的にも、精神的にも、女らしく振舞ふのをやめようとする短見者流の婦人は、女性としての生物學的、生理學的發達の法則をみづから蹂躪しようとするやうなものである。かういふ女性は、男性と女性との差異を履き違へてゐるのであつて、肉體的にも精神的にも、一種の疾病に冒されてゐるとみなすべきであらう。

六、男性も女性も、人間としては、生物學的にも心理學的にも、同等の價値のものである。男女の相違は、肉體的の構成と機能の相違に過ぎないのであつて、種類の異つた労働に従事したり、心理的に協力し合つたりするのは、その爲の必然の結果であるけれども、人間としての價値を區別する理由にはならない。従つて、社會生活上の權利や、義務や、責任は勿論、享樂などの機會も、男女等しく分かち合ふべきである。

右に擧げた六つの心理的な法則は、大部分の女性は既に自明の理としてゐることと思ふ。

が、極く一部の女性にとつては、もの心もつかぬ時分から絶えず教へられてきた、道徳や傳統を破壊するものゝやうに響くかも知れない。けれども、こゝでさういふ方々に断つて置きたいのは、私はあなた方の道徳的觀念を破壊しようなどと考へてゐるのではなく、たゞ、普通の家庭や、女學校では觸れずきたけれども、あなた方の一生にとつて、慎重に考へねばならぬ事實を、ありのまゝにお話したいだけだ、といふことである。

### 妻の貞操について

最初に断はつておくが、私は、結婚生活に不満を懐いてゐる婦人のために、性的混交や不貞節を辯護しようとしてゐるのではない。前にも述べたやうに、一夫一婦の結婚が近代では理想的な形態であるが、しかしその反面、男にしても女にしても、一夫一婦で満足しきつてゐるものが比較的少いといふことも一方の事實で、こゝから常に様々な問題が起つて来る。私は放縱な性生活を辯護するどころか、性道徳の弛緩がいに恐るべき結果を生むかに就

いて、あなた方に篤と話したのである。良人と二人だけの神聖なベッドを棄て、他處で性の満足を得ようとする女性は、危険の渦巻く中に身を投じようとするやうなものである。例へば、性病にかゝる憂ひは言ふまでもなく、發見された揚句の離婚沙汰、子供との哀別、生活の安定の喪失等は、あなた方が數々の映畫や小説で、よく御承知の通りである。後にどんなに不貞呼ばはりされる妻でも、最初は不貞を制御しようとする氣持が、良心のどこかに潜んでゐない筈はない。殊に、性行爲を何かいまはしいものと考へるやうに育て上げられた女の場合には、圓滿な夫婦生活をしてゐてさへも、性行爲を拒みたい氣持をいだいてゐることがある。良人以外の男と關係して妊娠すれば、精神的苦惱は言ふまでもなく、反社會的な墮胎をさへ行はねばならぬ危険な破目に陥る場合がある。また、結婚生活を踏み外して性の満足を求める女性が、たゞ、性的にも情感的にも、完全に満足させてくれる男性にめぐり合へば、部分的な満足しか與へてくれない今までの結婚生活を、も早安泰に續けて行くことが到底不可能になり勝ちである。更に醜聞や、讒謗や、脅迫なども覺悟せねばならないし、男

妾を持つやうな生活から来るもろくの厭はしい結果についても、あなた方は一應よく考へて見ねばならない。

夫婦生活で十分な満足を得られない妻が、良人以外に性の満足を求め、それによつてどんなに異常な性的満足を與へられようとも、彼女のすべての不満は、それだけでは決して癒されるものではない。いやしくも文明人の生活にあつては、性的満足は男女關係の一要素に過ぎない。性的に満足を得られない婦人は、性的満足といふことを過大に評價したがるものである。けれども、妻が良人から性的に何も教へられなかつたり、肉體的條件がうまく適合しなかつたとしても、社會生活において、また精神生活において、二人は深く結ばれてゐるといふことが出来る。良人以外に性の満足を求める妻は、人間として全然價値のない男と空虚な肉體的の享樂に耽るあまり、人間としての眞實の慰安を與へられる機會を、自ら棄てようとしてゐるやうなものである。

その一例として、ルイザといふ若い女性を紹介しよう。ルイザは心から愛し、尊敬もして

ゐる、十歳ばかり年上の男と結婚したところが、良人は仕事が多忙で、終日机に向つてゐなければならぬばかりでなく、幼年時代の病氣の影響のため、彼女の求める夢のやうな性的歡喜は、殆ど與へられなかつた。良人が不能に等しいのに、自分は青春に輝く肉體を持つてゐる以上、外形上の結婚生活はそのまゝにして置いて、自分が性の満足を得るためには、ジゴロを備ふのも止むを得まいと、ルイザは自分の妄念を合理化した。

かうして、ルイザははち切れさうな肉體を、心ゆくまで満足させてくれる青年を拾ひ上げた。が、彼は教養の點で良人と比較にならないのは勿論、ルイザよりもずつと劣つてゐた。にも拘らず、一、二度こつそりと密會して關係を結んでゐるうちに、ルイザは次第にこの男に打ち込みはじめ、身體の中を狂暴に馳せめぐる慾望に追はれて、毎日のやうに會はずにはゐられなくなつた。ルイザはいつともなく、酒を飲んで二人の慾情を燃やす癖を覺えた。そして、ある時、女だてらに泥酔してしまつて、普通の簡単な豫防さへ講じ損ひ、暫くたつて氣がついた時には、既に妊娠してしまつてゐた。

ルイザの驚きは言ふまでもない。良人が自分の不貞を赦してくれようとは、ルイザにはどうしても思へなかつた。彼女は竊かに胎児を處理しようとしたが、手軽に引受けてくれた市井の臙腫醫者の毒牙にかゝつて、その醫者の病毒まで背負はされてしまひ、高價な治療費を拂ふためには、寶石類まで質に入れねばならぬ破目に立ち至つた。後暗いところのあるルイザは、それより外にどうにも仕様がなかつたのである。さて、愈々墮胎手術となつて分つたのだが、その醫者は技術はてんでなつてないばかりでなく、無鐵砲極まる男だつた。

いゝ加減な手術をされて、ルイザは遂に重態に陥つたので、止むなく主治醫の手をかりて、辛くも命だけは取り止めた。ルイザがなぜ最初から主治醫の許へ行かなかつたか、その理由はすでにあなた方もよく御存知の通りである。恥かしい思ひをして主治醫に頼み込んだので、事の真相は良人の耳には入らなかつたが、彼はてんから疑はうとせず、主治醫の語る出まかせの病状を信じてゐた。ルイザには、良人が心配して深切に見舞つてくれるのが、心苦しくてならなかつた。彼女には、良人が自分の病氣の真相を知つてゐるのか、ゐないのかは分ら

なかつたが、若し知られたとしたら、潔く一切を打明けて、すべては良人の裁量に委せようと思つた。彼女は、思慮のない愚かな行爲の代償として、女としての肉體の一部は不具になつてしまひ、不満足ながらも續けてきた夫婦關係すら、むざ／＼破壊してしまふ結果になつてしまつた。退院してから、ルイザは事實を告白して良人にあやまつた。良人はむしろ寛大にいたはつてくれたけれども、彼女は手術の結果を思ふと、ゐても立つてもゐられぬ焦燥を感じて、一日中小言ばかり言つてゐなくては、氣の済まぬやうな女になつてしまつた。勿論、ルイザの場合とは正反對の實例も、無數に引用出来るであらう。私は、ルイザの例から、道徳的結論を引き出さうとは思はないが、次のことだけは言つて置きたい。即ち、現代の社會は、まだ原始時代そのまゝと言つてもよい程の、無意義な性的タブーによつて支配されてゐる、それに對する批判は別として、既婚の婦人が、良人以外の男性と慾望を満たすには、相當の覺悟をしなければならぬ、良人以外の男性によつて満足を得るのは、女性として最後の手段で、夫婦關係を圓滿な軌道に戻すためのあらゆる方法が無効に終つた時にだ

け、しかも、辛うじて許し得る程度のものでしかない、といふことである。

私がこの問題に就いて、道徳的な方面から一言も觸れずにきたのは、第一に、哲學者でも社會學者でもない私に、さういふ問題に立ち入る資格がなく、第二には、表面だけはいかに道徳家振つた御連中の、大時代物のお説教にうんざりしてゐられるに違ひないあなた方に、またかと思はれるのは考へるだけでも澤山だからである。性問題が、宗教や道徳だけで律せられるものならば、人類の歴史が始まつて以來何千年もの間、その問題が紛糾を重ねてゐる筈はないのだ。だから、私は科學者、醫師、精神病學者としての研究の報告をあなた方に捧げて、あなた方の日常の行動や態度の一助とすることが、私の任務であると思つたのである。

若しもあなた方が、結婚生活に多少でも不満を懷いてゐるなら、先づ、どうしたら生活を幸福にすることが出来るかを考へて、一步でもそれに近づくやうに努めることだ。また良人の性格の中に、私がこれまでに概説した性の法則を満さぬものがあつたり、環境にさういふ條件があつたりして、あなた方が精神的にも肉體的にも幸福にひたれないなら、満ち足りな

いで落ちつかない性的精力を、家庭的にも社會的にも有意義な仕事に向けて、心を鎮靜させるやうにすることだ。そして、さうしても思ふやうに行かず、あなた方に理解のある年長者と相談しても、打解の方法がなかつたならば、その時には、最後の手段として、別居するなり、離婚するなり、その他社會的に指弾されないやうな方法で、解決の道を求めるのも已むを得ない。

### 夫婦愛の墮落した場合

性的衝動や慾望の強さに、人によつて相異があるのは、女性も男性も同様である。多くの女性の中には、良人の性的技術がいつまでも新婚當時のまゝで進歩しないのを、苦しめられないで助かると喜んで、性的な關係以外のところに、結婚の楽しみを見出してゐる人が少なくない。さういふ婦人が私に語つたところによると、彼女達は、性生活がさして重要な役割を演じない程、良人の生活が多忙だつたり、或ひは良人が性的不能になつてしまつたりすると、

ほつとして安堵の喜びを感じるといふことである。一方、他の女性は、暫くでも性的に顧みられないでゐると、耐えきれぬほど不安が高まつてくると、切實に語つてゐる。かういふ、強烈な性的衝動に身もだへする、原始的な女性の心を安らかにするものは、良人のエネルギーツシユな肉體だけである。

だが、また他の女性は、もて餘す性的エネルギーを社交や、慈善事業や、趣味の藝術や、スポーツなどに向けてまぎらせてしまふ。

また、母性的本能の強い女性は、子供のない淋しさに耐えかねて、他人の子供を誘拐したりする。誘拐とまでは行かないけれども、毎日のやうに、近所の子供を借りてきて楽しんでゐる、子供のない婦人は、あなた方の周囲にいくらでも見られる。さうかと思ふと、子供がなくても平気で、幸福な家庭生活を営んでゐる女性もある。

ある種の女性は、性に關する問題は、口にすることも汚ららしいといふやうな、傳統的な教育の影響を深く受けてゐて、性的衝動を徹底的に押し殺してしまつてゐる。けれども、またあ

る種の女性は、性の満足のためには手段を選ばず、恥も外聞も忘れて狂奔する。

右に挙げた女性たちの例は、生理的慾求や、社會的慣習や、道徳的態度や、心理的傾向を決定する多様な要素を含んでゐる。それ故、中年の女性の性に關する問題は、各自の個人的條件を綜合した上でなければ、正しい解決を與へることは出来ない。

性的關係が圓滑に行はれてゐない場合には、何よりも先きに心理的探究をお薦めする。そして、將來に幸福をもたらすか、生活を破壊してしまふかするやうな決定的な態度をとる前に、一應、新しい精神病學者から、心理學的再教育を受けるやうにお薦めする。心理的分析とか再教育とかは、時によると極めて迂遠で、費用も相當にかゝるけれども、特に女性の性生活の分野に於いては、時間と金をかけただけの効果は必ずある。

社會感情を無視したり、全然さういふものがなかつたりして、手のつけられぬエゴイステイックな良人に、奴隸のやうに扱はれてきた婦人は、中年が近づくにつれて、出来るだけはつきりと、自分の來し方行く未に眼をみはるべきである。彼女が正常な性感を得られないで、

失望の代償に、經濟的安定や社會的地位を望むかどうか、また、結婚生活に龜裂が入るものも構はずに、どこか他所で肉體的或ひは精神的な幸福を求めらるゝに、度胸を据ゑてゐるか  
どうか、などといふことは、どこまで行つても、結局は個人的な問題に止まる。

母性的にも、感情的にも、趣味的にも、智的にも、社會的にも満たされず、あるものは肉體的満足だけといふ動物的な生活は、愛がなくて經濟的安定だけあるといふ生活と同様に、  
いとはしいものである。地球上至る所に轉がつてゐるかういふ状態——圓滿で缺けたところのない結婚生活は極く少く、性生活がうまく行つてゐれば性格が合はなかつたり、經濟的に安定してゐるかと思へば、性生活に破綻を來してゐるといふやうな家庭生活——について、  
一々解決方法を探すには、本書が何冊あつても足りるとは思へない。私の望むことは、女性を刺戟して、自分の周圍について考へさせ、萬が一さういふ破目に至つた時に、大過なく切り抜けて行けるやうな、豫備知識を與へることである。

結婚したての數年の間に、少しづつ目立たぬ程度に生じた不満足な事柄でも、中年期に達するまでの永い間には、積り積つて爆發するより仕方がなくなることが多い。次に示す實例によつて、あなた方もよく考へていただきたい。

最初に思ひ出されるのは、地位も頭腦も自分より劣つてゐるが、容貌だけはすばらしく美しい青年と戀に落ちた女性のことである。結婚した時彼女は二十五、良人は三十だつた。彼女は數年の間は、性愛の歡喜に酔ひ痴れてゐて、二人の生活に智的なものが殆どなくても平氣でゐられたが、四十を越すと、良人に對して幻滅の悲哀ばかり感ずるやうになつた。良人は、彼女がふんだんに美食させたので、みつともなく肥つてしまふし、頭は禿げるし、シツクな美青年の面影はどこにも見えなくなつてしまつた。さうなると、結婚の當初、二人をしっかりと結びつける唯一の絆であつたはげしい性の享樂も、急激に魅力を失ひはじめた。彼女の方は、人生における社會的、智的、藝術的、精神的活動のます／＼必要な年齢が近づいてきてゐたが、良人はさういふ點ではお話にならぬ男だつたので、二人の矛盾は深まる一方であつた。毎日同じ屋根の下で顔を合せてゐながら、二人の心は離反し合ふばかりだつた。良



人は物を理解する能力がないから、彼女がなぜつまらなさうにしてゐるか、その理由に見當がつかず、自分も面白くないので、自暴になつて酒ばかり呻つてゐた。

彼女は友達に會つては、自分の亭主運の悪いのをこぼしてゐた。かうなると、解決の道は一つしかなさうに思はれる。この結婚が最初から間違つてゐたことを、負け惜しみなく認め、解消して、再び新しい生活をはじめることだ。この婦人は、良人に對してはまだ甘い夢を棄てきつた譯ではなかつたが、將來をよく考へた結果であらう、彼と離婚して生活の立て直しにかゝつた。彼女は昔の友達と舊交を温ため、文學や音楽で淋しさをまぎらせた。今のところ、再婚などいふことは、聞いただけでもぞつとするらしいが、智的にも感情的にもつり合ふ男性と近づきが出来れば、彼女の爲には、結婚した方がどれほどよいか知れない。

次に、華やかな歌姫生活から足を洗つて結婚し、母となつた女性の例を挙げよう。數年の間、彼女は良人を單なるパン稼ぎの男として輕蔑し、自分が藝術的に精進するためのパトロンと見なしてゐた。四十五歳になると、もう一年も良人と一緒に暮してゐれば、精神的に殺

されてしまふも同然だと感ずるやうになつた。ところが、突然肉體的にも感情的にも、更年期の大きな變化が起り、それが落ちつくとも、自分が非妥協的で神經質過ぎたことが、臍氣ながらわかつてきた。さうなると、數年間輕蔑しつゞけてゐて、機會さへあれば離婚してしまはうと思つてゐた自分の良人は、今まで自分が思つてゐたよりすつと學識があり、よく理解してくれることに氣がついた。彼女が中年期の危機を無難に切り抜けるのに、良人だけが頼るべき男だつたことは、言ふまでもない。

四十五回目の誕生日を迎へる頃には、彼女は今までこの上ないものと思つてゐた、浮ついた歌姫生活よりも、良人や子供たちと仲よく暮す、平和な市民生活の喜びの方が、遙かに尊いものと考へるやうになつた。そして、良人も人間である以上、少しくらの缺點があるのは當り前だと考へ、良人の美點を大きく眺めるやうになつた。そして、今までにない平和な生活がはじまつた。

既に述べたやうに、結婚して間もないうちは何でもなかつたことでも、四十代に入ると善

きにつけ、悪しきにつけ、急激に擴大される。中年期が女性の危機であるといふのは、この意味からであつて、必ず悪いことが起るといふのではない。たゞ、この時期を乗り越える態度如何で、これからの生活に大きな變動を來すから、慎重に物事を考へた上で、行動を定めねばならない。だから、この時期には一般的に善くなるとか、悪くなるとか言ふことは出来ない。善くなるのも、悪くなるのも、個人々々の今までの環境や、それに對する態度如何によるのである。ある女性にとつては、自分や良人や家庭の周圍に對して、寛容な態度をとり、同情あり理解ある觀察を下して、協調的に行動することによつて、多くの不満を解消することが出来るであらう。またある女性には、別居が唯一の治療方法であるかもしれない。私はあなた方にかう言ひたい、頭を高く上げて勇氣を持って！と。何故なら、他人から残酷に扱はれたり、無視されたりして、耐えがたい怒りを、ちつと我慢してゐるよりも、自ら強くなつて、自己完成のための苦痛や煩悶を敢然と受ける方が、人間としてはすつと尊いことだからである。

## 新しい性道德

夫婦生活や家族制度は、今や大きな變革期にのぞんでゐる。どの家庭に對しても安當であるといふやうな、新しい性道德はまだ生れてゐないし、昔からの封建的な性道德は、も早性生活の必要のない、老人の外には通用しない。かういふ時代にあつては、善い意味での性關係の試験時代といふものが各個人に許されてをり、ある程度まで自由行動の餘地が残されてゐて、然るべきだと思ふ。

私は、合意の上で適當に性慾の調節を行つて、餘つたエネルギーは、何か二人の役に立つ仕事に向け、楽しく暮してゐる夫婦を知つてゐる。また、何か不満があれば、別居するか離婚するか、さもなくば自殺すると思ひ、強硬な女性も知つてゐる。

それから、男も女も徹底的に文明化し、お互ひに相手を束縛しないで解放して置いて、結婚しても一夫一婦を厳守しなければならぬなどは、考へてもみない家庭も相當ある。かう

いふ夫婦は、二人ともそれ／＼自由に他の男女と戀愛しながら、嫉妬もせず、感傷に溺れることもなく、圓滿に結婚生活をつゞけてゐる。

また、私の知つてゐる婦人にこんながある。彼女は、定期的に數週間とか數ヶ月とか旅行して、その間に十分満足に行くまで肉體生活を満喫して、それから良人の許へ歸つてくる。良人もまた、性的には不満を感じながら、妻が對社會的には自分の地位にふさはしい奥さん振りを見せ、自分にはやさしい妻である點で満足して、性生活以外のところで楽しい家庭を營んでゐる。

これらの女性は、自分が信ずる性道德——その批判は別として——を持つてゐるだけに、一夫一婦からはみ出した性生活を送ることに良心の苛責を感じたり、後悔したりするやうなことはない。

私の知つてゐる最も幸福な、最も美しい結婚生活をつゞけてゐるある家庭では、良人は妻一人だけで完全に満足を得てゐるのだが、妻は體質の相異上良人一人ではあき足らぬため、

良人と合意の上で、現在まで十五年間も、ある男を愛人として持つてゐる。これは、むしろ異例に屬するかも知れないが、文明人でなければなし得ないことの一つであると、私は思つてゐる。勿論、二人とも離婚などは夢にも思つたことがない。

中年期に起る性問題は、夫婦の間では隠し立てなく話し合ふべきである。夫婦愛を完全なものにするためには、性の問題を口にするのを嫌つたり、相手から性の不満を訴へられると、まるで自分の性的能力を攻撃されてゐるやうに感じて、ヒステリーを起したりしてはいけない。お互ひによく研究し合ひ、問題が起つた場合には、共同してそれを解決するやうにつとめることが、夫婦愛を完全なものにし、家庭を圓滿にし、人間生活を意義あるものにする所以である。

## 不感症の原因と療法

中年期の女性が惱まされる最も大きな不幸の一つは、不感症になることである。前にも述

べたやうに、この種の患者は近年ますます増加して、特に男性よりも女性に多い。彼等は性行為において、クライマックスを感じる事が出来ないが、しかし生殖の義務は立派に果たす事が出来る。この種の患者が若い女性に多いことは前にも述べたが、それにも劣らず多いのは中年期の女性で、婦人科醫の門を叩く中年婦人の大部分は、何れもこの悩みを訴へてゐる。實際、この種の疾患に悩む女性は、普通の人々の考へてゐるよりも遙かに多く、最近私の友人の婦人科醫が非公式に発表した統計によると、女性の七〇パーセントから八〇パーセントくらいまでは、何れもこれに悩まされてゐる。ちよつと考へると信じられないほどだが、事實がそれを證明してゐるのだから、どうするわけにもいかない。

妻の不感症は、良人の放蕩の大きな原因になるばかりでなく、妻自身が不貞を働く原因にもなる。これは一見不思議に考へられるが、性のクライマックスを味はつたことのない妻は、その罪は良人の側にあるのだと考へて、他の男ならば自分に満足と與へてくれるに違ひないと、あらゆる空想に耽りはじめるからである。

六年前に結婚したある若い夫婦が、ひそかに私にもらしたところによると、良人は妻を深く愛し、妻は四つになる男の子を可愛がつて、一見何の不足もない生活を営んでゐるにも拘らず、性生活が完全に暗礁に乗りあげてしまつた。二人はあらゆる手段を講じてみたけれども、どうしても思はしい結果が得られない。良人は、妻が完全に不感症になつたといつて不平をいひ、妻はそれを良人のせいだと主張して一步も譲らない。良人は、妻が何故不感症になつたか、その原因がわからぬまゝに、いつも妻に辛くあたつたのだつた。結局、私がいろいろ調べた結果によると、良人は男性として立派な完全な男で、性的能力も十分に具はつてゐるばかりでなく、愛の技術にも訓練され、女性の心理にも精通してゐることがわかつた。そこで、世間には良人が妻のデリケートな感受性を養ふなしにして、性生活を無茶苦茶にしてしまふことが少くないのだが、この場合はそんな單純なものではなく、もつと複雑な原因のあることがわかつた。

この場合、罪が妻の側にあつて、良人のせいではないことは明らかだ。では、その原因は

どこにあるのだらうかと、いろ／＼と調べてゐるうち、彼女の思ひ出話の中から、不意に意外な事実が現はれて来た。彼女は少女時代に、一度暴行されたことがあつたのだ。結婚する前に、そのことについてこつそりと醫者に相談すると、醫者は、そのくらゐのことは絶対にわかるものではないから、氣にかけないで安心するやうにといつた。けれども、處女でないことを良人に發見されはしまいかと、彼女はそればかり心配してゐた。

彼女は、幼い頃に両親に死なれてから、両親の知り合ひの、親切な婦人の手で育てられた。その婦人は、性行爲ほど罪深く、いまはしいものはないと考へてゐる、狂信的なクリスチャンだつたので、彼女はその影響を受けて、結婚してからも、夫婦生活はほんのお義理でいとなむだけだつた。そして、けがらはしい性行爲を良人のために甘んじて行ふのも、一つの道徳的犠牲であり、美德であると信じてゐた。

その後間もなく、女の友人と内輪話をしながら、自分が夫婦生活で少しも快感を味はつてゐないのを知ると、これは閨房の技術がなつてゐないからだと考へて、ひどく良人を責めは

じめた。自分が性行爲をいまはしいものと思ひつめて来た、その潜在意識のために、完全に不感症になつてしまつてゐることに、全然氣がつかなかつたのである。

この種の症状の原因は、女性の器管の畸形や分泌腺の故障による場合もあるが、それは全體の一パーセントにも達しないほど少数である。

最も多くの普通の原因は、良人が愛の技術を知らないこと、妻の性的衝動の生理と心理について理解を缺いてゐること、この種の問題を研究しようといふ意志を持つてゐないこと等、要するに肉體的戀愛といふことを知らないところにあるのだ。

多くの女性は、話が性的の問題に及ぶと、いつも「シツ！」「シツ！」といつて制止してしまふやうに教育されてゐるが、これは人類のために非常に不幸なことである。私の數限りない臨床醫學の経験から割出した信念によると、肉體的戀愛の必要を認める眞に教養ある女性は、若しも愛の藝術家でない人と結婚した場合には、勇氣と卒直をもつて良人を指導し、訓練して、立派な愛人に仕上げるべきである。あまりに多くの女性が、その良人が單に愛の訓練に

おいて缺けてゐるといふだけの理由で、立派な良人を完全に棄て、しまつてゐる。これはあまりに高價な浪費である。多くの男性は、あなたの方のために立派な愛人になりたいと思つてゐるし、そのために熱心に努力してゐる。たゞ、彼等の多くははにかみやで、不器用で、無智なのだ。けれども、妻と一緒に本當に打ち明けた生活をつゞけるなら、その方面の大藝術家になるために、全力をつくしてあらゆる努力を拂ふであらう。

惻い妻は、あらゆる問題の中でも最も重要なこの問題を、腹藏なく打ち明けて、やさしい指導と客觀的な議論によつて、巧みに良人を訓練し、立派な愛人に仕上げるに違ひない。

この症状の第二の原因は、嚴格すぎる家庭に育つた少女たちの心の底にしみ込んでゐる、あの清教徒的な道徳觀である。かういふ少女たちは、一般に性に關することを罪深いことと考へ、男性を悪いものと考へてゐる。こんな風に、若しもあらゆる性的關係を動物的なもの、罪深いものと見なすなら、どんな女性でも、愛の至上の世界を経験することは出来ない。私たちが性的問題について客觀的な見方をし、正しい解釋を下すならば、男性も女性も、完全

な一夫一婦制に容易に到達することが出来るであらう。

第三の原因は、妊娠することを極度に怖れ、しかも避妊の方法を知らないことである。昔氣質の女性は、感情を抑制して、クライマックスを経験しなければ、妊娠する心配はあるまゝとてふ、心理的にも生理的にも非常に不幸な、誤つた考へを持つてゐる。

けれども、最も普通の原因は、以上のものよりもずつと純粹な、心理的なものに根ざしてゐることが多い。既にしばしば述べたやうに、あなた方は男性の支配する世界に住んでゐる。男性の世界における女性の地位は、女性と男性の優劣は問題外として、男性より低く取り扱はれてゐる。優れた女性は、性的關係を結ぶや否や、女性を從屬的な地位に置かうとする、男性の通有性である因襲的な考へ方を憤る。

男性は優位で、女性は劣位に位するといふからくりは、全く歴史的、社會的謬見なのである。最近出版された性道徳の進化に關する書物を二三冊も讀めば、かういふ男性の迷信の起原がはつきり諒解される。

女性は歴史以前から、この謬論を強制されてきてゐるけれども、人間として女性の権利を取り戻すために闘つてゐる女性、自力で生活費を稼いでゐる女性、心理的に男性よりも豊富に優れたものを持つてゐる女性は、女性の従属的地位に絶えず憤懣を感じてゐる。

さういふ女性は、自分の生理的、心理的必要からばかりでなく、社会的慣習のために結婚する。ところが、一たび結婚して、良人の御機嫌とりの役をつとめることが豫定されてゐるのに気がつくと、彼女は心理的に反撥するものを感じる。つまり、彼女は良人や愛人の愛の技巧に服従はするが、歡喜に身を燃やしてはしない。彼女は、性慾の亢進を抑制出来れば、良人に敗北しない證據になる、と空想的に信じてゐる。服従はしても、心から降服してはゐない！この考への背後にある心理作用は、あなた方にも理解されよう。性慾の亢進を経験するのは、取りも直さず「私は女です、幸福になるためにはあなたなしではゐられません」といふことを認めることになる。女といふものは男よりも劣つてゐる、とうるさい程詰めこまれてきた女性にとつて、これを認めるのは堪えきれぬことである。彼女はどんな犠牲を拂つ

ても、男性より優位に立たねばならないと考へ、自分の不感症を利用して「あなたには男性の資格がない、私に性感の極致を味はせてくれないではないか」といふ意味を、肉體の言葉で物語るのである。

一部の中年の女性は、不感症を理由にして、良人以外の男性から不満を癒して貰ふ。しかし、この種の不感症は、不義の性的關係によつて癒すよりも、心理分析や再教育を施してもらふ方が、ずつと確實に解決がつくのである。

中年期の女性のヒステリーの原因は、底を洗つてみれば、大抵性の満足を缺く生活を續けてゐることにある。彼女自身では、心の中にいふつてゐるこの問題の根本へ突込んで行かないで、徒らに家族や友人たちに不興げな様子を示してゐるのだ。何に對しても冷酷に嘲笑したり、皮肉を言つたりして、物事を素直にとれなくなるので、他人からもよく思はれず、結局、この世は住みにくいと、ひねくれて考へるやうになつてしまふ。

前にもいつたやうに、あらゆる女性は正常な性生活を持ち、正常な性の満足を得る権利を

持つてゐる。けれども、性的不満をいなく婦人は、最後の手段である雑婚的性生活をする前に、必ず、不満とその原因の意味を探究すべきである。

性格的な缺陷から不感症になつた女性、性的關係に對する無智から不感症になつた女性、男性を支配し、大いに威張つてみたい慾望から、自己虐殺的に感情を押し殺して、不感症になつたやうな女性は、雑婚的な性關係の中に、幸福な性生活を見出さうとは考へない。かういふ女性は、雑多な男たちと醜關係を結んだり、理想的な男を神話的に求めたりはしないから、幸福な性生活に入らせる唯一の方法は、自分の性向をよく理解させ、心理的な再教育を授けて、神経的ないらだゝしさを解きほごさせることである。

何れにしても、完全な夫婦愛の生活をつゞけるためには、先づ第一に、かうした缺陷を除かねばならない。

## 愛する権利と愛される権利



## 愛情の危機

最近、女性の一生の危機ともいふべき中期の性問題に關する文章が、新聞や雑誌に相次いで發表される。ところが、煽情的な小説は論外としても、法律的な問題まで煽情的に取り扱つて、私が本書で冷靜に、科學的な方法で論じて來た問題を、極くありふれた因襲的な態度で片づけてしまつてゐる。さういふ文章では、中期は女性の危機であると聲を大にして叫んで、女性の心の中の不安をいやが上にも咬つてゐるが、自分の無智や恐怖の犠牲になつて、軌道をあやまりさへしなければ、中期とて決して危険でも何でもないのである。ところで、所謂女性の危機にどんなことが起るか、實例について考へて見よう。

三、四十年の間、經濟的には至極安らかに暮してきた婦人がある。彼女は、理想的な良になつて貰はうなどとはてんで思つてもゐず、また思つたところでもなれさうにもない自分の良人に、大した期待もいだかないで、いゝ加減のところ諦めをつけてゐた。彼女の家庭生活は

別に不幸ではなかつた。子供が生長するにつれて、自分のための餘暇が出来て来たし、良人の収入も大分よくなつて来た。季節々々には山や海へ旅行したり、今までより度々芝居や映画を見に行くやうになり、小説などを讀む時間の餘裕も出来て来た。その代り、良人との性的交渉は次第に稀薄になつていつたので、良人はどこかで他の女と關係を結んでゐるに違ひないと思つたが、しかし事實は少しもわからなかつた。

彼女は、話といへば男女の情事ばかりで、何でも性的刺戟を與へるやうなものに話題を轉じてしまふ社交界で、あり餘る時間をつぶしてゐた。好きな食べ物だと食べ過ぎたり、カクテルも二三杯くらゐは嗜むやうになつた。そして、彼女は月經閉止期があまり遠い將來のことでないのを知り、性の享樂を滿喫出来る時代が残り少なくなつたことにばかり、頭を悩ますやうになつた。

またある女性には、結婚の經驗はなさうで、長い間職業婦人や教師などをして自活してゐた。彼女は情事のいささはなるべく避けるやうにして、全生命を仕事に打ち込んで来た。

といつても、コチ／＼のオールド・ミスではないのだが、彼女に戀愛を感じさせたり、結婚を申し込んだりする男は一人もなかつた。ある時、普通に結婚して子供のある昔の級友に遇つたのが機縁になつて、いろ／＼な性に關する書物を讀みはじめてみると、自分には人生における何か重大なものが缺けてゐるらしいのに思ひ至つた。彼女もまた、自分の性的魅力の消え失せる日が、一步々々と近よつて来るのを感じ、恐怖とともに、何もかを渴望する複雑な氣持で、將來のことを考へはじめた。彼女のこれからの生活は、中年期の身の處し方一つで、どうにでもなるのである。

三番目の例は、極めて積極的な奔放な、生活を送つて来た女性である。彼女は、今までにこれはと思ふ男を一人残らず射とめて来たことを、どうしても忘れることが出来ない。そしてそれを、女性としての誇るべき歴史だと思つてゐるのだが、内心ではいつも、女に生れて来たことをあきたらなく感じてゐた。そして、所謂「挑戰的な魅力」を練磨して、彼女の魅力に迷つてくる男性を女郎蜘蛛のやうにたらし込むのだつた。いふまでもなく、かういふ女

性は嬌態や、戀の手段や、愛の技巧などは堂に入つたものであつた。彼女のためには、男が妻を棄てたり、犯罪者になつたり、果ては自殺までする、といふやうな型の女であつた。若い頃の彼女は名だゝる高等淫賣で、流行のサロンで女王のやうに振舞つてゐた。彼女の化粧は、今でも娼婦のやうにけばくしい。それなのに、不感症の女性たちと同じやうな心理的傾向を持つてゐて、彼女もまた、中年の危険な時期に足を踏み入れようとしてゐる。

### 貞節と不義

右にあげた三つの型の女性が、共通に持つてゐるものは、自分の肉體からみづ／＼しい若さといふものが消え去りはしないかといふ、不安な感じから生れた虚榮心である。そして、世の中には、彼女たちの経験したこともないやうな戀の世界について上手に話したり、非常に巧みにダンスをしたりする青年たちが、兩手をひろげて彼女たちを待ちかまへてゐる。所謂ジゴロは、この方面にかけては、確かに心理學の大家である。彼等は中年期の女性に向つ

て、あなたはいつまでも美しいとか、お化粧が上手だとか、着物の趣味が優れてゐるとか、あなたの女盛りはこれからだなど、あらん限りの讃辭を呈する。彼女はすつかりいゝ氣持になつて、彼のために媚笑を投げる。骰子は既に投げられた。この狂氣じみた女性は、かうして危険な情事へ飛び込んで行くのだ。

かういふ風にしてはじまつた非合法の情事關係は、はじめのうちは、恐らく彼女に新しい世界を與へ、彼女の人生に新鮮な喜びを與へるであらう。けれども、そのすぐあとへ來るものは、底の知れない絶望と後悔である。彼女を芝居や、ダンスや、オペラや、ナイト・クラブなどへつれて行く忠實な若者は、それらの奉仕に對して報酬を豫期してゐる。このことを知つた時、彼女が若し鈍感でないなら、それは彼女の自尊心にとつて徹底的な衝擊となり、彼女の自尊心を叩きつぶしてしまふと同時に、彼女を性的絶望のどん底へ落してしまふ。

ある女性は、この最初の不義の冒險に味を占めて、更に別の冒險へと、遠足に出かけた。慾望を起しはじめ。また別の女性は、今まで極端に世間知らずの「道德的」な生活を送つ

て来たため、自分の冒険に對して、後悔と自己折檻の煩悶をつゞけ、却つて反動的な態度をとるやうになる。何れにしても、かういふ女性性は、自分の魂の中の非常に高價なものを、知らず／＼の間に失つてゐるのである。

### ジゴロについて

私は必ずしも、ジゴロの存在を輕蔑しない。ある立派な女性が、ジゴロの存在によつて、精神病院で餘生を送らないで済んだ、といふやうな例が少くないからである。私の知つてゐるある女性性は、四十五の年に耳壁硬化症になつて、耳が次第に聞えなくなり、それ以來世間から全く孤立してしまふやうになつた。聾者といふものは、非常に疑ひ深くなるものである。その點では、盲者とは正反對だ。盲者は人に手を引いてもらはねばならないので、非常に社交的な感情を持つやうになるが、聾者は反對に、非常に非社交的になりがちである。

彼女は耳が聞えないために、氣持が次第にひねくれて來て、社交といふことを絶対に拒絶するやうになつた。彼女の良人は非常に多忙な實業家だつたが、あまり同情心がなくて、妻のために多くの醫者に莫大な金を拂つたのだから、もうこれで自分の義務は十分に果たしたのだ、これ以上はどうする必要もあるまい、と考へて、夜は大抵クラブや事務所に泊るやうになつた。妻には子供がなかつた。彼女の唯一の相手は一匹の犬で、それに對して非常な愛情を注いだ。けれども、どんなに苦心して躡けても、犬は矢張犬で、人間の代用にはならなかつた。そこで、かういふ場合にあり勝ちなやうに、彼女は別の方面に興味を向けるやうになつた。彼女は人間の會話を聞くことは出来なかつたが、音楽を聞くことは出来た。彼女はリズムに對して異常な敏感さを持つてゐた。實際、耳が聞えなくなる前には、彼女は素晴らしいダンサーとして、社交界に知られてゐたくらゐた。その當時、踊ることは彼女の情熱であつた。耳が悪くなつてからも、ダンスに對しては異常な情熱と魅力を感じてゐたのだが、良人は彼女のためには少しも時間を割いてはくれなかつたし、彼女としてもさういふ時間がなかつた上に、耳が聞えないばかりに、若い男たちを誘つて、ダンスに行く約束をすること