

心と身体の間；精神療法の世界との出会い Part 1

大場 弘

はじめに

たいへんすばらしい精神科医の方がいらっしゃるということは、精神疾患の患者さんを多くみている伊澤勝典先生から何度かお聞きしていたが、あまり心や感情の問題には関わりたくないという気持ちがあったせいか、あまり興味をしないままだった。ところが鹿児島島の増山博之先生から患者さんを紹介したい旨のメールがあり、そうしていらした方々はカウンセラーの方とか、精神科医の方達であった。みなさん、鹿児島島の神田橋條治先生のところへ研修に行かれ、「カイロプラクティックを体験し身体感覚を磨きなさい」という神田橋先生の勧めで増山先生のところへ治療を受けたとのことであった。神田橋先生も増山先生のところへ治療を定期的に受けているとのことであった。そうした方々のつながりから神田橋條治先生をあらためて知るようになり、東京で行われている神田橋先生の勉強会に顔を出すようになった。この勉強会は、参加者があらかじめ質問を出しておき、それに目を通した神田橋先生が当日、自由な連想で話を進められる勉強会で、ただお話を聞きに行っているようなリラックスとした勉強会である。私にはそのように思えた。毎回、二百名にもおよぶ方々が集まって来られ、時には笑いも湧き上がったり、楽しく日曜の朝を過ごして帰って行く。知り合いになったカウンセラーの方に聞くと、それでも何か心が揺さぶられることがあり、調子が崩れることもあるというのである。私も何人か紹介してこの勉強会と一緒に参加したが、中に一人、心身ともに変調をきたした女性がいた。心の中にある何か揺さぶられていた。大和医学の米田哲男先生も何回か一緒に参加してくれたが、彼の感想は、あのような話し方はとてもできるようなことじゃないと興奮気味に感想を述べられた。声の出し方、トーン、そして間、独特の雰囲気と、ただ驚嘆されていた。私には何だかわからない世界があるようであった。それにしても、そうした世界を感じ取る人達もすごいと思わざるを得なかった。私が鈍いということかも知れないが。

最初の質問

最初に神田橋先生に出した質問は、次のようなたわいのないものであった。「患者さんと対面しているときに伝わってくる感覚は患者さんも感じているのでしょうか」という質問であった。とくに新しい患者さんと間では、何かしっくりいかない違和感を持つこともあり、このような感覚は患者さん自身も感じているものなのかという疑問があった。初診の患者さんとの対面でうまくかみ合った感じがないと、どうも治療がうまくいかない感じになってしまう。場がうまくつけれない、間が合わない、切迫感あるといった感じもあれば、私自身の呼吸がなんとなくしづらいときもあるし、まれには頭に妙に締め付けられるような不快感となることもある。こうした患者さんとの間で生じる特殊な感覚について疑問に思っていたのである。「増山先生のお友達ですね」と話しかけてくれて、とても優しい声のトーンで、質問に答えてくれた。「カウンセリングは言語によってわかりにくくなってきていますので、みなさんはこうした身体について、身体と身体が関わり合うことで作りだされる場とか雰囲気、関心を持って欲しいと常々思っていました。おたがい同じ場の中にあっても、感じ方には個人差がありますから、できあがってくる場は同じでも個人の感覚によって異なります。大まかに考えますと、患者さんは感じていません。というのも、辛い身体の状態、生活の状態を生きていくために、感覚を麻痺させ、あるいは感覚を鈍くさせているのです。これが一番手軽な方法だからなのです。病気が知らずできた人が、あるときコテンと死んでしまうA typeの人がいるでしょ。そうした人は、お酒でまぎらしたりと、自分のからだの感覚を無視するのいろいろと努力したり工夫したりしているのです。未病の段階で異常のサインをとらえることができないのです」。その後、徒手療法の人達へのアドバイスとして、せっかく身体を扱っているのだから、理屈っぽい話にせず、身体的に患者さんに話しかけると良いと話してくれた。たとえば、身体の動きはまだ硬いよと実際に動かしてみても、患者さんに身体感覚をキャッチさせなさいということであった。緊張もできるかぎり緊張させてみた感じと、弛めさせたときの弛みの感覚を対比させて、それぞれの感覚を味和ってもらうのだという。自分の身体から発してくるメッセージをキャッチすることの重要性はきわめて大きい。ちょっと話がそれるが、勉強会ではフォーカシングということが盛んに言われていた。これは身体の気になる感じにフォーカス（焦点を合わ）し、そこから自然に湧き上がる気づきを得ると理解したのであるが、言語化する前のフィーリングとか気分浸って、そこから得られるイメージや思い出された出来事から何か気づくことがある。それは思いがけない気づきであって、そこからいろいろな発想が生まれ、これまでの考え方が大きく転換し発展していく可能性をもたらしてくれるらしい。身体とはいわば無意識の領域がかなりを占

めているわけで、身体の深いところに集中することは無の世界に没入する瞑想の世界と共通している。このように身体感覚、フィーリング、気分集中することの意義はたいへん大きいということである。

「カウンセラーの人達は言語によって心身一如の統一体に働きかけるわけであるから、その効果は患者さんの身体的な変化として見ることができます。入ってきたときと出ていくときの歩き方や、表情の変化など、身体に現れる変化を見るようにすると良いのです。徒手療法の人達は、患者さんの声の調子とかトーンとか、話し方の変化に注目すると良いね」と神田橋先生はアドバイスされた。

二回目の質問

最初の質問にとても親切に答えていただいたことに味をしめたわけでもないが、最初の質問に引き続き、場に関わる質問を出させてもらった。少し長い質問であったので区切って回答をいただいている。

「前回、施術者が患者さんと対面しているときに感じることもある違和感（間がうまくとれない、切迫感など）について、質問させていただきました。今回も施術者と患者が生み出す特殊な場形成についてお尋ねさせていただきます。このような場を感じることは、身体感覚に基づいているようですが、精神疾患の方々にはまた特殊な感覚が伴っているように思います。たとえば、患者さんの眼を見ていますと、こちらが何かよじれた空間識に捕らわれたような不思議な違和感を覚えることがあります。このような経験はおありでしょうか？」
神田橋先生：「もちろん、みなさん、ありますよね。こうしたことを観察すれば、病状の変化が察知できるわけです。時間的な経過のなかで変化を見ることが出来ます」。

質問：「互いのパーソナル・スペースが交わり、そのとき何か干渉された場を生じていると考えていいのでしょうか。そもそもこのパーソナル・スペースとはどのように考えればよろしいのでしょうか。身体を超えた空間的な領域での干渉なのか、それとも先ず身体が受けた知覚的な現象とみなした方が正しいのでしょうか」。

神田橋先生：「気のわかる人なら、わかるよね。僕も疑問に思っていて、つじつまが合うようにわかりたいと願っているの。このようなことを解明したいと研究している人達もいるよね。人体生命科学学会ってまだやっているでしょう。僕としてはそうした感覚が確かならそれを治療に使うことを考えたいね。相手のよじれた空間の感覚をつかまえて、それをこちらから直すような操作をするね。電車なんかに乗って、なんだか具合が悪いなという人がいて、こっちから気で送ったら、その人すぐに電車から降りたりしたりしてね（笑い）。有川貞清先生が潜象界の診療という本を書いています参考になるかも知れませんが、有川先生が、もう自分は誰も治せない人だけしか診ないと言っていました。すごいよね」。

質問：「後者の考え方をしますと、身体感覚は他者と相見えることで、いわば自己感覚が揺らぐような変動波として影響を受けているように思えます。その変動が自己の中核に迫ってくることがあるとかなり心的な負担が大きいように思えます。守られるべき自己の境界を越えて侵入してくる変動波は、自己を脅かす驚異になることもあるように思えます」。

神田橋先生：「その通りです。気で治療するとても良い先生がいてね、僕がさかんに患者さんを紹介したら、その先生倒れてしまってね。それで増山先生に君はだいじょうぶかと聞いたら、そうしたことを避けるすべを知っているからだいじょうぶと言っていた。まあ、そうした変動波、動いている波は意識しないと危険だね。意識することでバリエーションになるからね。医者でも漢方をやる先生になると腹診しますから、変動波の影響が及ぶ。意識しないと受けてしまう。土居先生が、『神田橋君、精神病は伝染病だよ。あまり近づかない方が良いよ』と言っていた（笑い）」。

質問：「ここで、身体感覚に基づく自己と他者の境界という概念が生じます。はたしてこの自己の境界とは皮膚になるのか、あるいは皮膚を超えた感覚的なスペースとなるのか、神田橋先生のお話をいただくことができれば幸いです」。

神田橋先生：「おそらく自他の境界はもともと皮膚にあったんだろうね。成長していくとその境界が皮膚を超えて広がって別の境界へと発展するんだろうね。危険な状況になると、皮膚をまた境界にして危険をしのぐのでしょう」。

おわりに

言語を超えた非言語的な身体的コミュニケーションを感じ取るために来られているカウンセラーの方々の勉強会としては、私の質問はあれこれと理屈をこねているようで、実にヘビーな質問であった。それにも関わらず、おもしろい話題をちりばめながら、楽しくお話ししていただいたように思える。精神療法に携わる人達は、言葉だけで患者さんの心を開き、治癒へと導いていく。理屈っぽい話ではとうてい心に届くことはない。言葉の発し方、トーン、感情のこめ方など、相手の状況に合らし、心に響く言葉の掛け方に細心の注意を払っている。ノン・バーバル（非言語的）な身体的なコミュニケーションをたいへん重要視されている。

患者さんとの対面は、いわば場づくりであり、関係の場でもある。二人だけで話し合うと、どうしても施術者と患者だけの閉塞した場になってしまいがちである。自然の中で風通しのよい、開けた家にくつろいでいられるように、できるだけ開けた場にしておく必要があるとのことであった。そのための技法として、話題は第三者が登場するような内容にしてゆくと良いらしい。世間話とか、たわいのない話の方が、気が晴れやすいのも体験的に理解できる。患者さんと一緒に、悩みにどっぷり陥ってしまうようでは逆効果である。ちょっとしたことで心を外に開いてあげることが大事ならしい。身も心も開けた感じになることが、自然に癒されるための大事なポイントとなる。

感情は身体的な表現である。感情のともなわない話し方は心と身体に響かない。本に書かれている常識的なことをそのまま話しても、患者さんに伝わることは何もなく、なんら益することはない。感情のない薄っぺらなアドバイス、人ごとのようなものの言い方をどれだけ発してきたか反省させられる。「人と人との関係は感情が行き交っているので、どのような感情が行き来しているか気遣い、その状況に応じた適切な言葉を発するように注意していなければならない」と神田橋先生は語っている（治療のこころ）。自分自身、これまでどれだけ自分本位の意見をただ反射的に発してきたことか、心苦しいばかりである。いつの日か、厚みのある人間的な触れ合いのある関係がつかれることを願うしだいである。

神田橋先生が語るに、「患者のこれまでの来歴も、また施術者の背負っているすべてがみな、等しく場の構成要素となっている」という（治療のこころ）。事実、患者さんとの面接の場ではまさに靈感が開いたように、いろいろなことが心に浮かんでいるようである。あるカウンセラーの方が自分の患者さんについて尋ねたことがあり、その時、神田橋先生は、なにか眼は空中をさまよい、声のトーンはか細く、一瞬なにか変わった雰囲気となった。そして何かあれこれとイメージを浮かべながらカウンセラーの方にアドバイスをしてあげていた。カウンセラーの方が発する声の響きを通して、その方の患者さんにコンタクトしているような様子であった。

心理的な関係の場も、物理的空間の場もいわば説明のための方便にすぎない。場は限りない情報に満ち溢れ、新たな発想を自然に生みだし、今を生きてゆくための気づきとなってくれる。清水博先生の「場の思想」とたいへん共鳴してくる思いであった。

参考文献

神田橋條治、「精神科養生のコツ」その他、岩崎学術出版社
ユージン・T・ジェンドリン、「フォーカシング」、福村出版
神田橋條治、「治療のこころ」1～10巻、花クリニック神田橋研究会の記録冊子（研究会にて購入できます）

花クリニック神田橋研究会の開催日程：4/2, 6/25, 9/10, 11/12, 12/10
会場：東京 JR代々木駅 代々木ゼミナールにて
参加申し込みの問い合わせはFax 03-3375-6035にて（神田橋研究会 林へ）