



ニュースレター

高良興生院・森田療法関連資料保存会

あるがまま

No. 15

2019年10月15日発行

高良興生院と森田療法

近藤 喬一（元大正大学教授）

蕪村に「遅き日のつもりて遠きむかしかな」という懐旧の句がある。興生院に大学の医局からパートで勤務したのが1954年であるから、まさしくつもりて遠い茫茫たる過去のことになる。思い返してみると、そこに浮かび上がってくるのは、やはり、ひとりひとりの患者さんのことである。印象的なのは彼らが病を体験する、あるいは訴えるその仕方が真剣・直截^{ちよくせつ}で絶対的なことである。そうしてまた、輪郭がはっきりしていることである。この点は平和ボケの現代の様子とは違いがあったような気がする。

オランダの史家ホイジンガはその名著『中世の秋』の冒頭で、次のような意味のことを述べている。「世界がまだ若いころ、人生の出来事は今よりもっとくっきりした形をみせていた。……悲しみと喜びのあいだ、幸と不幸のあいだのへだたりは、わたしたちの場合よりも大きかったようだ」。

このような事情は当時の興生院の入院患者の中核だった森田神経質の病態の特徴や、各年代の文化的情況の相違が関係しているかもしれない。一方で患者さんたちは、興生院の自然と静寂につつまれた環境のなかで、思い思いに時間を過ごしていた。森田療法ではからだを動かす仕事行動を重視するとよくいわれるが、高良先生はそのほか知的理解についても軽視されなかったように思う。それは毎週木曜日に行われる講話や、日記指導のコメントなどにも現われた。

興生院には、医師・看護師・作業療法士などのほか、例えば料理を担当する女性を小母さんなどと呼んで一種の治療チームを形造っていた。こう考えると入院療法は集団で行われていたと考えても間違いはない。ただ、興生院でのそれは森田療法であつたし、集団をひとつの治療構造として自覚的に扱っていたかどうかという点になると、必ずしもそうとはいえないであろう。興生院での入院患者は森田神経

質ばかりでなく、その他の疾患も入り交じるのが常であつた。私は集団療法に興味があつたが、当時は若造^{わかぞう}の身でそのようなアプローチができるわけがない。しかし比較的長く勤務できた間には、小規模で試行したこともできた。それには阿部先生が来られて、受持患者の制度になったことも幸いしたと思う。例えば雨の日など、患者同士が数人集まってお互いの苦しみを話し合い、先輩がアドバイスをしたりするのを見て、それを自助グループの形にしたりとか。また、受持患者をグループにして話し合う程度のことはやった覚えがある。その後の職場で当時「治療共同体」などと呼ばれていた方式を実施したり、仲間と集団療法学会を立ち上げたりしたこともあり、興生院での経験を集団という観点から見直すのも一興かも知れない。

フランスの精神医学に「制度としての精神療法」と称する概念があり、1953年にG・ドムゾンの提唱によるが、その主旨はこうである。治療のための集団といっても、それはただ経験に基づいて作られたようなやり方を超えて、社会との絆をとり戻し、現実との生きた触れ合いを見つけるために共同体での生活を役立たせることが重要と主張した。それには二つの焦点をもつモデルが必要で、その一つはそれぞれの患者を担当する精神療法の専門家であり、もう一つは日常生活の面を支持してくれるような人びとを備えることも同時に要求される。

もともと広義には、治療環境にとって有害な条件を精神療法的な手段を用いて改善するというのが趣旨であつたが、このやり方は一步も二歩も踏み出したものといえる。そして興生院にはこの二つの条件を充たす人員が揃っていると考えられる。大きく、しかも緩やかにこの方法を集団としての森田入院治療^{かぶ}に被せて実行することも可能ではないかというのが、私の半ば空想めいた想いである。

「今に生きる」という生き方

畑野 文夫 (元講談社インターナショナル社長、正知会会長)

わたしは半世紀も前になりますけれども、学生のときに対人恐怖と読書恐怖で登校不能となりました。3年あまり悩みぬき、悪戦苦闘したあげく、鈴木知準診療所に入院してようやく克服することができました。鈴木知準先生を頼ったのは、先生自身が中学生のときに強度の不眠症などで森田正馬先生のもとに入院した経験をもっておられたからです。

鈴木先生は、森田先生から二つの大事なことを学んだといわれました。一つは、医者になって社会に貢献せよという教えでした。鈴木先生は東大医学部に進んで医師となり、やがて森田療法専門の医院を開いて入院療法に生涯を捧げました。98歳という長寿に恵まれたこともあり、一説に入院者5千人といわれる未曾有の業績をあげられました。森田先生の期待を大きく上回ったといえるでしょう。

もう一つは、「今に生きる」生活態度を学んだことだといいます。周知のとおり、森田先生は休むことを知らない人でした。根岸病院という大きな精神病院の医長を本業としながら、自宅に入院施設を開き、同時に慈恵医学校（のちに大学）の教授もつとめました。その上に、日曜日には女学校の講師を長年にわたって引き受けていました。「休息は仕事の転換にあり」といって、疲れて外出から帰ったら来信の処理や返信を書く軽い仕事をすればよい、休息の時間をとる必要はないといいました。関東大震災のとき、折しも『恋愛の心理』を書いている、余震がおさまらないため庭に机を出して原稿執筆をつづけたといっています。まさに「今に生きる」生活を身をもって示したのです。

鈴木先生は、森田先生とちがい森田療法ひと筋であり、入院者も数人程度だった森田先生にくらべると何倍もいました。作業療法では患者に率先して手本を示し、入院者と24時間寝食をともにしていましたから、盆も正月もない生活でした。森田家の跡取りとしてときどき高知へ帰る必要があった森田先生よりも休む暇のない生活だったといえるかもしれません。

診療所が東京に移転してから始めたことがあります。庭に防犯用の外灯があり、これを夜明けとともに

に消灯する当番を設けました。退院まぢかの人が選ばれます。夜明けとともに起床して消灯しますが、目覚まし時計は禁止です。夜明けと同時に目が覚めるくらいでなければいけない、というのです。起きてみたらすでに消えていた。先生が消したのです。体験者から聞いたところでは、先生が消す回数が多かったとのこと。わたしが知る限り、これがもっとも高度な「今に生きる」生活態度の要求でした。鈴木先生は最後までこの生活を貫いたのです。

わたしは退院して3年後に出版社に就職しました。美術図書編集の仕事に就いて、幸い仕事が面白く、数ヶ月で没頭できるようになりました。編集は雑用の多い作業であり、すべて自ら処理しなければならぬので多忙を極めました。写真整理などの雑用をこなしながら、本の完成時期から逆算して「今しておかなければならないこと」に常に気をくばります。思いつくとメモをとり、雑用が済んだら直ちに執筆者に原稿の督促をするなど、メモを実行に移します。雑念が湧きやすい性質が大いに役立ちました。鈴木知準診療所で神経質を活かす鍛錬を受けたお陰であることはいまでもありません。

今、今、今と、今何をするのが大切か、常に緊張感をもって前へ前へと進むように生活すること。振り返ってみると、わたしが鈴木知準先生から学んだもっとも大事なことは、「今に生きる」生活態度を身につけることであったといえるでしょう。もちろん、両先生の厳しさには比べようもない不十分なものですが、仕事を卒業して10数年たったいまでもこの生活は変わりなくつづいています。10年がかりで『森田療法の誕生』を書くことができたのも、この力によるものでした。

森田先生は「努力即幸福」という言葉をくりかえし述べています。わたしは今しみじみと努力することの楽しさを味わっています。人が生きてゆくうえで最も大事なことを森田療法は教えてくれました。森田先生の言葉には、神経質のみならず人生一般に通じる教えが含まれています。

「今に生きる」はそのまま森田先生の言葉ではなく、鈴木先生が森田の神髄を表した言葉のように思

われます。森田先生は『神経衰弱及び強迫観念の根治法』に「前に謀^{はか}らず後に慮^{おもんばか}らず、あるが儘の心」と書いています。つまり、過ぎたことに思いをめぐらしたり将来のことを気にかけたりせず「今に生き

る」ことが「あるがままの心」であるということでしょう。実行してはじめて味わうことができる言葉ではないでしょうか。

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

◆ 2019年 春の心の健康講座のご報告

高良興生院・森田療法関連資料保存会 事務局長 足立美知子

保存会主催の春の心の健康講座を3月、4月と2回開催しました。

1回目は、「森田、モレノ、増野」のタイトルで増野肇先生（ルーテル学院大学名誉教授）にお話をいただきました。

演劇との出会いから始まり、心理劇・サイコドラマへと、また、精神保健・精神衛生の観点から森田療法を再発見されたこと等、先生の今までを振り返ってお話いただきました。

一人ひとりが持っている良いところを見つけて、そこに焦点を当てる。そして、楽しいことや、表現したいことを表現して少しずつ元気になっていく増野先生のサイコドラマ。「人間は本来、自分で治っていく自然治癒力を持っている。それを大事にしたい」と、先生は、おっしゃいます。

森田療法の〈森田〉、サイコドラマの創始者〈モレノ〉、そして、増野式サイコドラマの〈増野〉。

タイトルに込めた増野先生の思いがお話から伝わってきました。

参加者は35名でした。

2回目は、「対人恐怖症から『森田療法の誕生』を書くまで」のタイトルで畑野文夫様（元・講談社インターナショナル社長）にお話を伺いました。

畑野様は、大手出版会社の社長をつとめられたあと、現在は、鈴木知準診療所の入院体験者でつくる勉強会「**正知会**」の会長をされています。

お若いときから対人恐怖症に悩まれ、苦労の末、鈴木知準診療所に入院されました。鈴木先生と森田療法との出会いによって、〈そのままの自分で良いのだ〉という実感を得ることができ、神経症を克服されました。

3年ほど前に、畑野様は、森田正馬の35年分の日記を10年の歳月をかけて読み解き、460ページにも及ぶ労作『森田療法の誕生』を書かれました。

森田療法の神髄、鈴木先生の教えである一症状や気分^{しょうちがい}に左右されずに「今に生きる」一を実践された畑野様のご体験からのお話は、参加者の心にしっかりと届きました。

参加者は40名でした。

これからも心の健康について、皆様と一緒に学んでいきたいと思っています。

◆ 2019年度総会と特別講演会・座談会のご報告

高良興生院・森田療法関連資料保存会 事務局長 足立美知子

保存会の総会は、5月19日（日）、就労センター「街」3階の研修室で行われました。総会後の保存会結成20年の**特別講演**は、高良興生院に勤務されていた近藤喬一先生（元大正大学教授）に「**今、あらためて語る高良興生院と森田療法**」のタイトルでお話をいただきました。

一高良興生院の緑多い自然環境の中で、患者さんは身体を使って仕事をし、また、色々な場面で医療者・スタッフと、または、患者さん同士で話し合

う機会がたびたびあった。患者さんにとって、興生院でのこのような体験が回復につながっていった。一

様々な体験をしながらの時間の流れと、身体を使って仕事をすることがとても大事であることを教えていただきました。

続いて行われた**座談会**は、増野肇先生の進行で、興生院に勤務されていた阿部亨元院長、近藤喬一先生、丸山晋先生にお話いただきました。テーマ

座談会



は、高良武久先生の思い出、高良興生院のドクター・スタッフたちのこと、森田療法において高良興生院が果たした役割等で、それぞれの先生方に**高良興生院の森田療法**を語っていただきました。

保存会結成20年の節目の年に先生方と出席者で、高良興生院の森田療法をあらためて考えてみることができました。

◆ ◆ ◆ ◆ ◆
★ 寄付金・・・会員のT. H氏から寄付がありました。

★ 贈呈図書のご紹介

下記の先生方から贈呈されました。

・青木薫久先生から（今年10月の秋の講座の講演依頼の際にいただいたもの）

1. 『森田療法のいま』 青木薫久著・3冊

・比嘉千賀先生から（いずれも森田正馬著。河原宗次郎氏のご遺族から託されたもの）・・・各1冊

1. 『神経質及神経衰弱症の療法』 2. 『神経衰弱及強迫観念の根治法』

3. 『赤面恐怖の療法』 4. 『神経質療法への道』 5. 『神経質の本態及療法』

★ 図書の紹介

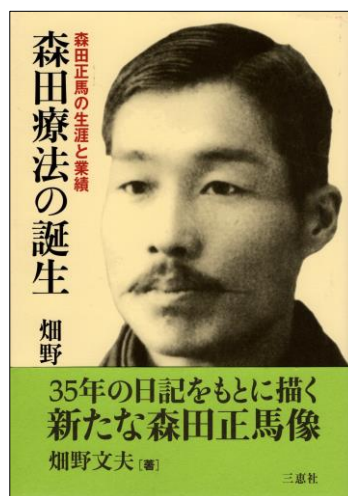


青木薫久著

『森田療法のいま』—進化する森田療法の理論と臨床—

2011年10月、批評社発行 B6版174ページ、
定価（本体1,700円＋税）

- ・第一部 地球環境問題のゆくえと森田療法
（中村敬先生との対談）
- ・第二部 「緑森田理論」の基本と臨床



畑野文夫著

『森田療法の誕生』—森田正馬の生涯と業績—

2016年11月、三恵社発行 A5版460ページ
定価（本体3,000円＋税）

【目次から】中学時代の読書／井上円了の思想／巢鴨病院時代／根岸病院看護法／千葉医学専門学校教授を断る／離婚／モンテッソーリ教育／フロイト批判／芸術・文学・哲学。

■編集／発行 高良興生院・森田療法関連資料保存会

◇連絡先 〒161-0032 東京都新宿区中落合1-6-21 就労センター「街」内

☎03-3952-9975 ただし、火・水・金曜日の10時から16時まで。

◇電子メール info@hozonkai.net

◇ホームページ <http://www.hozonkai.net/> ※最新の講演情報などをご案内しております。